

Üniversite Öğrencilerinde Fiziksel Benlik Ölçeği

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Üniversite Öğrencilerinde Fiziksel Benlik Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=32145>

Özet

Üniversite Ö?rencilerinde Fiziksel Benlik Ölçe?i, bireylerin kendi fiziksel yetenekleri, görünümleri ve genel benlik alg?lar? hakk?ndaki inançlar?n? ölçmek amacıyla geli?tirilmis? bir arac?n Türkçe **uyarlama** çal??mas?d?r. Emine Ça?lar ve arkada?lar? taraf?ndan 2017 y?l?nda gerçekte?tirilen bu çal??ma, ölçe?in Türk üniversite ö?rencileri popülasyonunda geçerli ve güvenilir bir ölçüm arac? olarak kullan?l?p kullan?lamayaca??n? tespit etmeyi amaçlam??t?r. Ölçek, toplam 25 maddeden olu?makta ve **fiziksel benlik** kavram?n?n alt boyutlar?n? de?erlendirmektedir. Elde edilen **psikometrik özellikler**, ölçe?in yap?sal uygunlu?unu ve yüksek düzeyde iç tutarlıl??n? desteklemektedir.

Anahtar Kelimeler

Fiziksel Benlik, Üniversite Ö?rencileri, Ölçek Uyarlama, **Geçerlik**, Güvenirlik, Do?rulayc? Faktör Analizi, Benlik Kavram?

Yazarlar

Emine Ça?lar, F. Hülya A?çi, Nurhan Bilgili

Amaç

Bu çal??man?n temel amacı, orijinal Fiziksel Benlik Ölçe?i'nin Türkçe formunun üniversite ö?rencileri örnekleminde geçerlik ve güvenilirlik analizlerini yaparak ölçe?in psikometrik açıdan uygunlu?unu ortaya koymaktır. Ölçe?in Türkçe sürümünün, Türk kültürüne ve e?itim sistemine özgü ba?lamda **fiziksel benlik** alg?s?n? do?ru bir ?ekilde ölçebilmesi hedeflenmi?tir.

Ölçe?in kullan?ma sunulmas?yla birlikte, spor psikolojisi, e?itim bilimleri ve geli?im psikolojisi alanlar?nda çal??an ara?t?rmac?lara, ö?rencilerin fiziksel aktiviteye kat?l?m?n?, egzersiz motivasyonunu ve genel özsayg?s?n? etkileyen temel yap?lar? incelemede standart bir araç sa?lanm??t?r.

Yap?

Üniversite Ö?rencilerinde Fiziksel Benlik Ölçe?i, bireyin fiziksel özelliklerine ve yeteneklerine dair öznel de?erlendirmelerini kapsayan çok boyutlu bir yap? olan **fiziksel benlik** kavram?n? ölçmektedir. Bu yap?, sadece fiziksel görünüle s?n?rl? olmay?p, ayn? zamanda ki?inin spor yapma yetene?i ve fiziksel kondisyonu hakk?ndaki inançlar?n? da içerir.

Ölçek, toplam 25 madde ile alt? farklı boyutu de?erlendirmektedir. Bu boyutlar, genel benlik

kavramından başlayarak daha spesifik fiziksel yeterlilik alanlarına doğru ilerlemektedir. Bu çok boyutlu yaklaşım, fiziksel benliğin karmaşık doğasını kapsamlı bir şekilde incelemeye olanak tanır.

Geçerlik

Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek amacıyla **Doğrulayıcı Faktör Analizi** (DFA) uygulanmıştır. DFA sonuçları, ölçeğin orijinal yapısının Türkçe örneklemede de kabul edilebilir düzeyde uyum sağladığını göstermiştir.

Elde edilen uyum indeksi değerleri, modelin veriyle yüksek düzeyde örtüşmesini kanıtlamaktadır. Bu değerler şunlardır: Uyum Yılışı Endeksi (GFI) = 0.95; Düzeltilmiş Uyum Yılışı Endeksi (AGFI) = 0.94; Artımsal Uyum Endeksi (IFI) = 0.94. Bu sonuçlar, ölçeğin alt faktörlü yapısının Türk üniversite öğrencilerinde geçerli olduğunu desteklemektedir.

Güvenirlik

Ölçeğin güvenilirlik analizleri, iç tutarlılık katsayıları kullanılarak incelenmiştir. İç tutarlılık, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ne kadar tutarlı bir şekilde ölçtüğünü gösterir.

Yapılan analizler sonucunda, ölçeğin alt boyutları için hesaplanan **iç tutarlılık katsayıları** 0.77 ile 0.90 arasında değişmektedir. Bu aralık, psikometrik açıdan kabul edilebilir ve iyi düzeyde bir güvenilirliğe işaret etmektedir, bu da ölçeğin farklı zamanlarda veya farklı madde setleriyle tutarlı sonuçlar verebileceğini göstermektedir.

Faktör Analizi

Üniversite Öğrencilerinde Fiziksel Benlik Ölçeği'nin faktör yapısı, orijinal ölçeğin hipotez edilen alt boyutlu yapısının test etmek üzere **Doğrulayıcı Faktör Analizi** (DFA) ile incelenmiştir. DFA, ölçeğin 25 maddesinin alt farklı faktöre yüklendiğini doğrulamıştır.

Bu alt faktör, fiziksel benlik algısının farklı bileşenlerini temsil etmektedir ve her bir faktör, ilgili maddelerle güçlü bir ilişki sergilemiştir. Faktör yapısının uyum indeksleri (GFI, AGFI, IFI) incelenen örneklemede modelin yapısal uygunluğunu teyit etmiştir.

Araç

Test Türü: Uyarılama

Format: 25 maddeden oluşan, alt alt boyuta ayrılmış öz bildirim ölçeği.

Mevcut Diller: Türkçe (Orijinal ölçek İngilizcedir).

Popülasyon Grubu: Üniversite Öğrencileri

Yaş Grubu: Genç Yetkinlik dönemi (Tipik olarak 18-25 yaş arası üniversite öğrencileri).

Popülasyon Detayları: Türkiye'deki üniversitelerin farklı bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler örneklem olarak kullanılmıtır.

Test Metodolojisi: Katılımcılar, her bir maddeye kendilerini ne ölçüde tanımladıklarını belirterek yanıt verirler. Derecelendirme, 6'lı **Likert ölçeği** kullanılarak yapılr.

Anahtar Kelimeler

Spor Psikolojisi, Özsaygı, Fiziksel Çekicilik, Sportif Yeterlik, **Psikometrik Özellikler**, Öz Bildirim, Uyum İndeksi

Yazarlar

Sorumlu Yazar: Emine ÇAĞLAR

Yazar ORCID Tanımlayıcı: Saılanan kaynakta belirtilmemiştir.

Bağılı E-posta Adresleri: edolucaglar@gmail.com

Yazma Adresi: Saılanan kaynakta belirtilmemiştir.

İzinler, Ücret ve Test Yılı

Ölçeğin Türkçe uyarılma çalışması 2017 yılında yayımlanmıştır. Ölçeğin kullanımıyla ilgili izinler ve telif hakları için sorumlu yazar Emine Çağlar ile e-posta yoluyla iletişime kurulması gerekmektedir. Ticari kullanım ücretleri konusunda yazar ile doğrudan görüşülmelidir.

Kaynaklar

Çağlar, E., Açı, F. H., & Bilgili, N. (2017). Üniversite öğrencilerinde Fiziksel Benlik Ölçeği Türkçe sürümünün psikometrik özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(6), 594. doi: 10.5455/apd.260937

Ölçeğin orijinal PDF dosyasına buradan ulaşılabilir: [universite-ogrencilerinde-fiziksel-benlik-olcegi-toad.pdf](#)

Üniversite Öğrencilerinde Fiziksel Benlik Ölçeği Maddeleri

Ölçek, 6'lı **Likert** tipi derecelendirme (6= tamamen, 1=hiç) kullanılarak yanıtlanmaktadır ve toplam 25 maddeden oluşmaktadır. Maddeler altı temel boyutta gruplanmıştır:

Genel benlik kavramı (5 madde): 'Kendimle ilgili olumlu düşüncelere sahibim.'

Fiziksel benlik değeri (5 madde): 'Fiziksel olarak yapabildiklerimle gurur duyarım.'

Fiziksel kondisyon (5 madde): 'Yorulmadan uzun süre koşabileceğimi düşünürüm.'

Sportif Yeterlik (4 madde): 'Bütün sporları yapmak benim için kolaydır.'

Fiziksel çekicilik (3 madde): 'Güzel görünen bir vücuda sahibim.'

Fiziksel kuvvet (3 madde): 'Birçok kişiden fiziksel olarak daha güçlüyüm.'

ARABPSYCHOLOGY.COM