Zihin Gezinmesi Ölçe?i (ZGÖ)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Zihin Gezinmesi Ölçe?i (ZGÖ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=33579

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Zihin Gezinmesi Ölçe?i (ZGÖ), bireylerin bili?sel süreçlerinde görevden ba??ms?z dü?üncelere kayma e?ilimlerini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? psikometrik bir araçt?r. Ölçe?in Türkçe uyarlamas?, 2020 y?l?nda Sevgi Sezgin taraf?ndan lise ö?rencileri örnekleminde gerçekle?tirilen bir doktora tezi kapsam?nda yap?lm??t?r. Bu uyarlama çal??mas?, zihin gezinmesinin **motivasyon** ve **akademik performans** gibi kritik de?i?kenlerle ili?kisini incelemek üzere tasarlanm??t?r. ZGÖ, özellikle e?itim ve bili?sel psikoloji alanlar?nda dikkat ve görev oda??n?n de?erlendirilmesi için önemli bir ölçüm sa?lamaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Zihin Gezinmesi, **ZGÖ**, Bili?sel Psikoloji, Dikkat, Görev D??? Dü?ünce, Akademik Performans, Motivasyon, Ölçek Uyarlamas?.

Yazarlar

Sevgi Sezgin

Amaç

ZGÖ'nün temel amac?, bireylerin belirli bir görevle me?gulken dikkatlerinin o görevden uzakla?arak, geçmi? veya gelecekle ilgili ki?isel dü?üncelere kayma s?kl???n? ve yo?unlu?unu nicel olarak ölçmektir. Bu ölçek, özellikle ö?renme ortamlar?nda dikkat da??t?c?l???n do?as?n? ve bunun ö?renme ç?kt?lar? üzerindeki etkilerini ara?t?rmac?lara sunmak için uyarlanm??t?r.

Uyarlama çal??mas?n?n özel amac?, **zihin gezinmesi** düzeylerinin lise ö?rencilerinin akademik ba?ar?lar? ve içsel/d??sal motivasyon türleriyle olan karma??k ili?kilerini Türkiye ba?lam?nda analiz etmektir. Bu sayede, bili?sel müdahale programlar?n?n geli?tirilmesine zemin haz?rlanmas? hedeflenmi?tir.

Yap?

Ölçek, **zihin gezinmesi** (mind wandering) yap?sal bile?enini ölçmektedir. Bu yap?, genellikle iki ana boyutta ele al?n?r: kasten gerçekle?en zihin gezinmesi (intentional mind wandering) ve kendili?inden gerçekle?en zihin gezinmesi (spontaneous mind wandering). ZGÖ'nün orijinal yap?s?n?n bu alt boyutlar? içerip içermedi?i, uyarlama çal??mas?n?n faktör analizi sonuçlar?yla belirlenmi?tir.

Zihin gezinmesi, dikkat kaynaklar?n?n mevcut görevden uzakla?arak içsel ya?ant?lara

ARABPSYCHOLOGY.COM

odaklanmas? olarak tan?mlan?r ve bili?sel kontrolün bir göstergesi olarak kabul edilir. Ölçe?in maddeleri, bireylerin ders çal???rken, okuma yaparken veya dinlerken ne kadar s?k rüyalara dald???n? veya gelece?i planlad???n? yans?tan ifadelerden olu?ur.

Geçerlik

ZGÖ'nün Türkçe uyarlamas?n?n geçerlik çal??malar?, ölçe?in teorik olarak ölçmesi beklenen yap?y? ne ölçüde ölçtü?ünü göstermeyi amaçlam??t?r. Uyarlama çal??mas?nda (Sezgin, 2020), yap? geçerli?ini incelemek amac?yla genellikle do?rulay?c? faktör analizi (DFA) kullan?lm??t?r. Bu analizler, ölçe?in orijinal yap?s?n?n Türk örnekleminde de korundu?unu do?rulamaya odaklan?r.

Ek olarak, ölçüt ba??ml? geçerlik kapsam?nda, **ZGÖ** puanlar?n?n akademik performans (not ortalamalar?) ve motivasyon ölçeklerinden al?nan puanlarla korelasyonlar? incelenmi?tir. Yüksek zihin gezinmesi puanlar?n?n beklenen negatif korelasyonlar? göstermesi, ölçe?in geçerli?ine kan?t sa?lamaktad?r.

Güvenirlik

Güvenirlik çal??malar?, ölçe?in zamandan ba??ms?z olarak tutarl? ve istikrarl? sonuçlar üretme yetene?ini de?erlendirir. ZGÖ'nün güvenirlik analizleri genellikle iç tutarl?l?k katsay?s? (Cronbach Alfa) hesaplamas?yla gerçekle?tirilir. Yüksek Cronbach Alfa de?erleri, ölçek maddelerinin ayn? yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü gösterir.

Uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in toplam puan? veya alt boyutlar? için iç tutarl?l?k katsay?lar?n?n oldukça yüksek (genellikle 0.70 ve üzeri) oldu?u varsay?lmaktad?r, bu da ölçe?in lise ö?rencilerinde güvenilir bir ölçüm arac? oldu?unu i?aret eder. Test-tekrar test güvenirlik analizleri de, puanlar?n zaman içinde istikrar?n? kontrol etmek amac?yla kullan?lm?? olabilir.

Faktör Analizi

Zihin Gezinmesi Ölçe?i'nin (ZGÖ) Türkçe uyarlamas? sürecinde, ölçe?in yap?sal geçerli?ini belirlemek için faktör analizi kritik bir rol oynam??t?r. Genellikle, öncelikle ke?fedici faktör analizi (KFA) ile madde yap?s? incelenir, ard?ndan orijinal ölçe?in boyutlulu?unu do?rulamak için do?rulay?c? faktör analizi (DFA) uygulan?r.

Sezgin (2020) taraf?ndan yap?lan çal??mada, **ZGÖ**'nün tek faktörlü veya çok faktörlü yap?s?n?n Türk kültürü ve lise ö?rencileri ba?lam?nda ne kadar uygun oldu?u test edilmi?tir. Bu analizler, zihin gezinmesi yap?s?n?n farkl? bili?sel süreçleri temsil eden ayr?k alt boyutlara ayr?l?p ayr?lmad???n? belirlemeye yard?mc? olur.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Araç

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Likert Tipi Derecelendirme (Özgün kaynakta derecelendirme bilgisi verilmemi?tir, ancak uyarlama ölçekleri için standart kabul edilmi?tir.)

Language Available: Türkçe (Turkish)

Population Group: Lise Ö?rencileri (High School Students)

Age Group: Genellikle 14-18 ya? aral???

Population Details: Türkiye'deki lise kademesinde ö?renim gören ö?renciler.

Test Methodology: Öz Bildirim Ölçe?i (Self-Report Scale). Kullan?c?lar, belirli durumlar kar??s?nda zihinlerinin ne s?kl?kla görevden uzakla?t???n? belirtirler.

Anahtar Kelimeler

Zihin Gezinmesi, Lise Ö?rencileri, Bili?sel Kontrol, Dikkat Eksikli?i, Akademik Ba?ar?, Türkiye Uyarlamas?, Mind Wandering.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Belirtilmemi?tir.

Affiliation Email addresses: sevgi__sezgin@hotmail.com

Correspondence Address: Gazi Üniversitesi, Ankara (Doktora tezinin yap?ld??? kurum).

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, Sevgi Sezgin'in 2020 y?l?nda tamamlad??? yay?mlanmam?? doktora tezi kapsam?nda kullan?lm??t?r. Ölçe?in akademik veya ticari kullan?m? için sorumlu yazar ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

Orijinal PDF doküman?na a?a??daki ba?lant?dan ula??labilir:

The original PDF can be downloaded here: zihin-gezinmesi-olcegi-zgo-toad.pdf

ARABPSYCHOLOGY.COM

Kaynaklar

Sezgin, S. (2020). *Lise ö?rencilerinde zihin gezinmesi, motivasyon ve akademik performans ili?kisi* . Gazi Üniversitesi, Ankara.

Zihin Gezinmesi Ölçe?i (ZGÖ) Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

Ölçek maddeleri kaynak içerikte sa?lanmam??t?r. Ölçek maddelerinin tamam?na eri?im için yukar?da belirtilen doktora tezine veya sorumlu yazar?n ileti?im adresine ba?vurulmas? gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM