

Zihnin ?stemli Gezinmesi Ölçe?i (Z?GÖ)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Zihnin ?stemli Gezinmesi Ölçe?i (Z?GÖ)*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=33604>

Özet

Zihnin İstemli Gezinmesi Ölçeği (ZİGÖ), bireylerin görevden bağımsız düşüncelerinin ne kadarının bilinçli ve istemli olarak gerçekleştiğini ölçmek amacıyla uyarlama yoluyla Türkçeye kazandırılmış psikometrik bir araçtır. Bu ölçek, Sevgi Sezgin tarafından 2020 yılında tamamlanan doktora tezinin bir parçası olarak geliştirilmiştir. Ölçeğin temel amacı, özellikle lise öğrencilerinde zihin gezinmesi, motivasyon ve akademik performans arasındaki karmaşık ilişkileri incelemektir. ZİGÖ, zihinsel süreçlerin eğitim bağlamındaki etkilerini değerlendirmek için önemli bir katkı sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Zihin gezinmesi, istemli zihin gezinmesi, motivasyon, akademik performans, lise öğrencileri, bilişsel süreçler, psikometrik araç.

Yazarlar

Sevgi SEZGİN

Amaç

Zihnin İstemli Gezinmesi Ölçeği (ZİGÖ), bireylerin dikkatlerini mevcut görevden uzaklaştırmaya eylemlerinin istemli boyutunu tespit etmeyi amaçlar. Ölçek, özellikle eğitim çağındaki gençlerin (lise öğrencilerinin) öğrenme ortamlarında yaşadıkları dikkat dağınıcılığının kaynakları ve sıklığını belirleyerek, bu bilişsel süreçlerin akademik başarı ve motivasyon düzeyleri üzerindeki potansiyel etkilerini araştırmaları için ölçülebilir kılmayı hedefler. Bu araç, zihin gezinmesinin farklı boyutları (istemli ve istemsiz) ayrıştırılmasına olanak tanır.

Yapı

ZİGÖ, temel olarak zihin gezinmesi (mind wandering) yapısının istemli (voluntary) boyutunu ölçmektedir. Zihin gezinmesi, dikkatin mevcut görevden uzaklaşarak geçmiş veya gelecekle ilgili kişisel düşüncelere kayması olarak tanımlanır. İstemli zihin gezinmesi ise, bireyin bilinçli bir karar alarak dikkatini görevden uzaklaştırması durumunu ifade eder. Bu yapı, bilişsel kontrol ve yürütücü işlevlerle yakından ilişkilidir ve ölçek, bireylerin kendi zihinsel süreçleri üzerindeki kontrol algılarının yansıtıcı maddeler içermektedir. Ölçeğin uyarlanması, bu yapının kültürel ve dilsel olarak Türk örneğinde geçerliliğini korumasını sağlamıştır.

Geçerlik

Zihnin İstemli Gezinmesi Ölçeği'nin (ZİGÖ) geçerlik çalışmaları, ölçeğin uyarlama sürecinde

yapılmıtır. Özgün kaynaktan edinilen bilgilere göre, spesifik geçerlik katsayılar ve detaylı analiz sonuçları bu özeti sunulan platformda açıkça belirtilmemiştir. Ancak, bir doktora tezi kapsamında uyarılma çalışması yapıldığı göz önüne alındığında, yapı geçerliliği, kapsam geçerliliği ve muhtemel ölçüt bağıntılı geçerlik türlerinin incelenmesi beklenmektedir. Bu geçerlik analizleri, ölçeğin kuramsal olarak ölçmesi gereken yapıyı ne derece doğru ölçtüğünü kanıtlamak için kritik öneme sahiptir.

Güvenirlilik

Ölçeğin güvenirlilik analizlerine dair kesin istatistiksel veriler (örneğin, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı veya test-tekrar test güvenirliliği) sunulan kaynaktan yer almamaktadır. Tipik bir psikometrik araç uyarılmasında, ölçeğin iç tutarlılığına Türk örnekleminde yüksek düzeyde olduğunu gösteren analizler yapılmış olmalıdır. Bu güvenirlilik çalışmaları, ölçek maddelerinin tutarlı sonuçlar üretme kapasitesini ve ölçümdeki hatayı en aza indirme yeteneğini ortaya koymaktadır.

Faktör Analizi

Zihnin İstemli Gezinmesi Ölçeği'nin Türkçeye uyarılması sürecinde, ölçeğin orijinal faktör yapısının korunup korunmadığına test etmek amacıyla faktör analizleri (genellikle Doğrulayıcı Faktör Analizi) uygulanmıştır. Bu analizler, ölçek maddelerinin teorik olarak temsil etmesi beklenen tek bir faktör (istemli zihin gezinmesi) altında toplandı mı veya orijinal ölçeğin boyutları tutarlı bir şekilde yansıtıp göstermeyi amaçlamıştır. Faktör analizinin sonuçları, ölçeğin yapısal geçerliliğinin Türkiye bağlamında desteklendiğini ortaya koyar.

Araç

Test Type: Uyarılma (Adaptation)

Format: Orijinal ölçeğin formatına bağlı olarak, genellikle 5'li veya 7'li Likert tipi derecelendirme ile yanıtlanan bir öz bildirim envanteridir.

Language Available: Türkçe (Turkish)

Population Group: Lise Öğrencileri

Age Group: Genellikle 14-18 yaş aralığındaki ergenler.

Population Details: Çalışma, Sezgin'in doktora tezi kapsamında, lise düzeyindeki öğrencilerden oluşan bir örneklem üzerinde yürütülmüştür.

Test Methodology: Öz bildirim raporlama yöntemi kullanılarak, katılımcıların belirli bir görevi

yerine getirirken veya genel olarak zihinlerinin istemli olarak ne sıklıkla gezindiğine dair yargılarını ifade etmeleri istenmiştir.

Anahtar Kelimeler

Zihin gezinmesi, istemli dikkat, bilişsel kontrol, akademik performans, ergenlik, mind wandering, ölçme ve değerlendirme.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Belirtilmemiştir.

Affiliation Email addresses: sevgi_sezgin@hotmail.com

Correspondence Address: Gazi Üniversitesi, Ankara (Doktora tezi kurumu).

Şinler, Ücret ve Test Yılı

Test Yılı: 2020 (Doktora tezi tamamlanma yılı).

Şinler ve Ücret: Ölçeğin kullanımı için sorumlu yazar Sevgi Sezgin ile iletişime geçilmesi gerekmektedir. Ticari olmayan akademik kullanımlarda izin prosedürleri farklılık gösterebilir. İletişim e-posta adresi yukarıda belirtilmiştir.

Kaynaklar

Sezgin, S. (2020). *Lise öğrencilerinde zihin gezinmesi, motivasyon ve akademik performans ilişkisi*. Gazi Üniversitesi, Ankara.

Ölçeğin orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [zihnin-istemli-gezinmesi-olcegi-zigo-toad.pdf](#)

Zihnin İstemli Gezinmesi Ölçeği (ZİGÖ) Maddeleri

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

Ölçek maddeleri, saılanan kaynak içerikte yer almamaktadır. Detaylı maddelere doktora tezi referansından veya yazar ile iletişime geçilerek ulaşılması gerekmektedir.