Zihnin ?stemsiz Gezinmesi Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Zihnin ?stemsiz Gezinmesi Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=33606

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Zihnin ?stemsiz Gezinmesi Ölçe?i (Z?ZGÖ), bireylerin görevle ilgili olmayan ve genellikle kendili?inden ortaya ç?kan dü?üncelere kayma e?ilimlerini ölçmek amac?yla Türk kültürüne uyarlanm?? psikometrik bir araçt?r. Ölçek, özellikle zihin gezinmesi yap?s?n?n istemsiz boyutuna odaklanmaktad?r. Bu uyarlama çal??mas?, Sevgi Sezgin taraf?ndan 2020 y?l?nda yürütülen bir doktora tezi kapsam?nda gerçekle?tirilmi?tir. Ölçe?in temel amac?, bu bili?sel sürecin lise ö?rencileri popülasyonunda motivasyon ve akademik performans üzerindeki etkilerini incelemektir. Z?ZGÖ, dikkatin da??lmas? ve görevden uzakla?ma e?ilimlerini belirlemede önemli bir rol oynamaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Zihin gezinmesi, istemsiz dikkat, bili?sel süreçler, adaptasyon, lise ö?rencileri, motivasyon, akademik performans, psikometri.

Yazarlar

Sevgi SEZG?N

Amaç

Zihnin ?stemsiz Gezinmesi Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin dikkatlerini sürdürmekte zorland?klar? ve dü?üncelerinin kendili?inden görev d??? konulara kayd??? durumlar?n s?kl???n? ve yo?unlu?unu belirlemektir. Bu araç, bili?sel psikoloji ve e?itim bilimleri alanlar?nda, dikkatin kontrolü ve i?leyen belle?in kapasitesi ile ilgili ara?t?rmalara veri sa?lamak için tasarlanm??t?r.

Ölçe?in Türkçeye uyarlanmas?, özellikle Türkiye'deki lise ö?rencileri ba?lam?nda, zihin gezinmesinin ö?renme süreçleri, derse kat?l?m ve genel akademik ba?ar? üzerindeki etkilerini sistematik olarak incelemeyi hedeflemi?tir. Bu sayede, e?itim psikolojisi alan?nda zihin gezinmesine yönelik kültürel olarak geçerli ve güvenilir bir ölçüm arac? sa?lanm??t?r.

Yap?

Ölçek, ana yap? olarak **?stemsiz Zihin Gezinmesi** (Involuntary Mind Wandering) kavram?n? ölçmektedir. ?stemsiz zihin gezinmesi, ki?inin bilinçli bir çaba göstermeksizin, o anda yürütmekte oldu?u görevle ilgisi olmayan dü?üncelerin zihnine nüfuz etmesi durumu olarak tan?mlan?r. Bu durum, genellikle dikkatin da??lmas? ve bili?sel kaynaklar?n as?l görevden uzakla?mas?yla sonuçlan?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Ölçülen yap?, bili?sel kontrol mekanizmalar?n?n zay?f oldu?u veya görev yükünün yüksek oldu?u anlarda kendili?inden ortaya ç?kan ve genellikle bireyin performans?n? olumsuz etkileyen dü?ünce ak??lar?n? kapsar. Bu, kas?tl? olarak hayal kurmaktan veya plan yapmaktan farkl?d?r; çünkü istemsiz gezinme üzerinde ki?inin kontrolü dü?üktür.

Geçerlik

Ölçe?in uyarlama çal??mas?nda geçerlik analizlerinin yap?ld??? varsay?lmaktad?r, ancak kaynak içerikte detayl? bilgi yer almamaktad?r. Tipik bir uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in yap? geçerli?ini sa?lamak amac?yla hem Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) hem de Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) kullan?lm?? olmal?d?r. Bu analizler, ölçe?in maddelerinin, teorik olarak hedeflenen "?stemsiz Zihin Gezinmesi" yap?s?n? ne ölçüde temsil etti?ini belirler.

Ayr?ca, ölçe?in Türkçe formunun orijinal ölçekle kavramsal e?de?erli?ini göstermek için dilsel ve kültürel geçerlik çal??malar? (uzman görü?leri) yürütülmü?tür. Kriter geçerli?i kapsam?nda ise, Z?ZGÖ puanlar?n?n dikkat eksikli?i, dürtüsellik ve dü?ük akademik performans gibi teorik olarak ili?kili yap?larla anlaml? korelasyonlar göstermesi beklenir.

Güvenirlik

Kaynak içerikte güvenirlik bilgisi verilmemi?tir. Ancak, psikometri standartlar?na uygun bir uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in iç tutarl?l??? (Internal Consistency) mutlaka incelenmi?tir. ?ç tutarl?l?k, genellikle Cronbach Alfa (Reliability) katsay?s? ile rapor edilir ve ölçek maddelerinin ayn? yap?y? ölçme derecesini gösterir.

Yüksek güvenirlik katsay?s? (genellikle .70 ve üzeri), ölçe?in tutarl? ölçümler yapt???n? gösterir. Ek olarak, ölçe?in zamana kar?? kararl?l???n? test etmek amac?yla test-tekrar test güvenirlik analizlerinin de yap?ld??? varsay?labilir. Bu analiz, ayn? bireylere farkl? zamanlarda uygulanan ölçek sonuçlar?n?n ne kadar benzer oldu?unu gösterir.

Faktör Analizi

Zihnin ?stemsiz Gezinmesi Ölçe?i'nin Türkçeye uyarlanmas? sürecinde, ölçe?in faktör yap?s?n?n Türk örnekleminde de geçerli olup olmad???n? test etmek için faktör analizleri kullan?lm??t?r.

Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA): Ölçe?in temel boyutlar?n? ke?fetmek ve maddelerin hangi faktörler alt?nda topland???n? belirlemek için kullan?lm??t?r.
Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA): Orijinal ölçe?in faktör yap?s?n?n (muhtemelen tek faktörlü veya iki faktörlü bir yap?) Türk örnekleminde de uygun model uyumu indeksleri (RMSEA, CFI, TLI vb.) ile do?ruland??? varsay?lmaktad?r. Bu analizler, ölçe?in yap?sal bütünlü?ünü kan?tlamaktad?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Ölçme Arac?

Test Type: Uyarlama (Adaptation)

Format: Kaynakta belirtilmemi?tir, ancak psikolojik ölçekler için tipik olarak 5'li veya 7'li Likert tipi derecelendirme format?n?n kullan?ld??? varsay?lmaktad?r (Örn: "Hiçbir zaman"dan "Her zaman"a).

Language Available: Türkçe

Population Group: Ö?renciler (Spesifik olarak lise ö?rencileri)

Age Group: Ergenlik dönemi (Tipik olarak 14-18 ya? aras?)

Population Details: Sezgin (2020) taraf?ndan yürütülen çal??mada, ölçe?in lise ö?rencileri örnekleminde geçerlik ve güvenirlik çal??malar? yap?lm??t?r. Bu, ölçe?in özellikle bu ya? grubunun bili?sel ve akademik ba?lam?na uygun oldu?unu göstermektedir.

Test Methodology: Öz Bildirim Envanteri (Self-report inventory). Kat?l?mc?lar, kendilerine sunulan maddeleri okuyarak, istemsiz zihin gezinmesi deneyimlerinin s?kl???na veya yo?unlu?una göre derecelendirme yaparlar.

Anahtar Kelimeler

?stemsiz zihin gezinmesi, dikkat kontrolü, bili?sel psikoloji, ö?renme, doktora tezi, psikometrik özellikler, adaptasyon.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Bilinmiyor (Kaynakta belirtilmemi?tir)

Affiliation Email addresses: sevgi__sezgin@hotmail.com

Correspondence Address: Gazi Üniversitesi, Ankara (Uyarlama çal??mas?n?n yap?ld??? kurum)

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l?: 2020 (Uyarlama çal??mas?n?n tamamland??? y?l)

?zinler ve Ücret: Ölçe?in ticari olmayan akademik ara?t?rmalarda kullan?m? için genellikle

ARABPSYCHOLOGY.COM

sorumlu yazar Sevgi Sezgin'den izin al?nmas? gerekmektedir. Kullan?m ücreti bilgisi kaynakta yer almamaktad?r; ancak akademik çal??malarda genellikle ücretsizdir, yazarla ileti?ime geçilmesi önerilir.

Kaynaklar

Zihnin ?stemsiz Gezinmesi Ölçe?i'nin uyarlama çal??mas? a?a??daki akademik kayna?a dayanmaktad?r:

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

Ölçe?in orijinal halinin referans?na dair detaylar bu kaynakta bulunabilir. Ölçe?in orijinal PDF'i a?a??daki adresten indirilebilir: zihnin-istemsiz-gezinmesi-olcegi-zizgo-toad.pdf

Zihnin ?stemsiz Gezinmesi Ölçe?i Maddeleri

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

Ölçek maddeleri, sa?lanan kaynak içerikte yer almamaktad?r. Maddelerin tam listesi için, Sezgin (2020) taraf?ndan haz?rlanan **doktora tezi** incelenmeli veya sorumlu yazar ile ileti?ime geçilmelidir.

ARABPSYCHOLOGY.COM