

# **DURUMLUK VE SÜREKLİ OPTİMAL PERFORMANS DUYGU DURUM-2 ÖLÇEKLERİ'NİN UYARLAMA ÇALIŞMASI**

**F. Hülya Aşçı\*, Emine Çağlar\*\*, Robert C. Eklund\*\*\*, Atahan Altıntaş\*, Sue Jackson\*\*\*\***

\*Başkent Üniversitesi, Spor Bilimleri Bölümü

\*\*Kırıkkale Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

\*\*\*Florida State University, Department of Educational Psychology and Learning Systems

\*\*\*\*University of Queensland, School of Human Movement Studies

## **ÖZ**

*Bu çalışmanın amacı Durumluk ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçeklerinin Türkçe versiyonunun geçerliği ve güvenilirliğini sınamaktır. Bu amaç doğrultusunda Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği-2 301 (X yaş = 21.58, SS = 3.57 yıl), Durumluk Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği-2 ise 422 (X yaş = 25.11, SS = 8.06 yıl) egzersiz ve spor katılımcısına uygulanmıştır. Durumluk ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçekleri her bir alt boyutu 4 maddeden oluşan 9 alt boyut ve toplam 36'şar maddeden oluşmaktadır. Ölçeklerde yer alan her bir madde 5'li ölçek üzerinde değerlendirilmektedir. Ölçeklerin faktör yapıları EQS programında doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir. Elde edilen uyum indeks değerleri 36 maddelik ölçek formları için düşük bulunmuştur. Faktör yükleri düşük iki madde modelden çıkarıldığında, her iki ölçek modelinin uyum indeks değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu ve faktör yapısının Türkçe versiyonu için desteklendiği görülmüştür. Ölçeklerin güvenilirliği Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları ile incelenmiştir. Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği-2 için hesaplanan iç tutarlık katsayıları 0.55 (Görev Zorluğu/Beceri Dengesi) ile 0.87 (Kendilik Farkındalığının Azalması) arasında; Durumluk ölçeği için ise 0.70 (Görev Zorluğu/Beceri Dengesi) ile 0.86 (Zamanın Dönüşümü) arasındadır. Sonuç olarak, Durumluk ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçeklerinin Türkçe versiyonunun kullanılabilir olduğu söylenebilir.*

**Anahtar Kelimeler:** Optimal performans duygu durumu, Geçerlik, Güvenirlik

## **THE ADAPTATION STUDY OF DISPOSITIONAL FLOW SCALE-2 AND FLOW STATE SCALE-2**

### **ABSTRACT**

*The purpose of this study was to test the validity and reliability of the Turkish version of Dispositional Flow Scale-2 (DFS-2) and Flow State Scale-2 (FSS-2). 301 (Mage = 21.58, SD = 3.57 years) and 422 (Mage = 25.11, SD = 8.06 years) exercise and sport participants completed DFS-2 and FSS-2, respectively. Both DFS-2 and FSS-2 are 36 item instruments which have nine subscales with four items each. Respondents of the*

FSS-2 indicate the extent to which they agree with each statement on a five-point Likert scale, ranging from 1 (Strongly Disagree) to 5 (Strongly Agree). Respondents of the DFS-2 indicate the frequency of each statement on a five-point Likert scale, ranging from 1 (Never) to 5 (Always). Factor structures of the scales were tested by confirmatory factor analysis in EQS program. EQS analysis revealed low fit index values for 36 item scales. When two items with low factor loadings were excluded from the model, it was obtained acceptable fit index values of both scales which confirming factor structures of Turkish versions. Internal consistency coefficients of DFS-2 were found ranging from 0.55 (Challenge-Skill Balance) to 0.87 (Loss of self-consciousness) for DFS-2, 0.70 (Challenge-Skill Balance) to 0.86 (Transformation of time) for FSS-2.

It can be concluded that, Turkish versions of DFS-2 and FSS-2 are used to assess dispositional and state flow.

**Key Words:** Flow state, Validity, Reliability

## GİRİŞ

Günümüzde spor ortamındaki psikolojik faktörlerin performansla olan etkisinin önem kazanmasıyla birlikte, bu alanda yapılan çalışmalar da ivme kazanmıştır. Özellikle, sporcuların duygu durumları ve bununla bağlantılı olarak sergiledikleri davranışlar son yıllarda spor ve egzersiz psikolojisi alanındaki araştırmacıların ilgi odağı olmuştur. Optimal performans duygu durumu/akış deneyimi (flow state), spor ve egzersiz ortamında yaşanan optimal performans deneyimi ile oluşan zihinsel ve psikolojik durumu yansıması açısından ele alınan önemli yapılardan ve kavramlardan biri olmuştur (Jackson ve diğ., 1998, Jackson ve Marsh, 1996; Jackson ve diğ., 2001).

Optimal performans duygu durumu kavramı, ilk olarak 1975 yılında Csikszentmihalyi'nin "Beyond Boredom and Anxiety" adlı kitabında bireyleri serbest zaman etkinliklerine iten nedenleri açıklamak amacı ile kullanılmıştır. Csikszentmihalyi yaptığı görüşmelerin sonucunda yoğun olarak bir işle ilgilenme ve haz almayı "optimal performans duygu durumu" olarak adlandırmıştır. Optimal performans deneyimi sonucu oluşan bu duygu durumu spor, sanat ve iş gibi bir çok aktivite sırasında kişi tarafından yaşanabilmektedir

(Kivikangas, 2006). Optimal performans deneyimi sonucu oluşan duygu durumu sıklıkla bilinen "optimal performans" veya "doruk performans" kavramından ayrıştırmalıdır. Optimal performans veya doruk performans, psikolojik bir durumu ifade etmekten ziyade bireyin belirlenen standartları başarmasıdır. Optimal performans deneyimi, optimal performans duygu durumu ile yakından ilişkilidir ve bireyin doruk performansı yaşamasıdır. Her zaman optimal performans deneyimi, optimal performans duygu durumunun oluşmasına neden olmaz (Jackson, 1996). Bu bağlamda, optimal performans duygu durumu ele alındığında, bireyin yapmış olduğu görevin içinde kaybolması, görev üzerinde bilişsel yeterliği ve kontrolü olduğunu hissetmesi, ve yaptığı aktiviteden almış olduğu içsel haz ve zevk olarak tanımlanabilir (Moneta, 2004a). Csikszentmihalyi'ye göre optimal performans duygu durumu, spor ve fiziksel aktivite ortamında, bireylerin fiziksel aktivite sırasında sergiledikleri becerileri ile o anda algılanan durum, gereklilikler veya mücadele arasında kurdukları denge sonucunda oluşan optimal zihinsel durumdur. Başka bir deyişle, optimal performans duygu durumu optimal performans deneyimi ile ya-

kından ilişkilidir ve yapılan fiziksel aktiviteye çok fazla odaklanma ile birlikte yoğun bir konsantrasyonun oluşmasıdır (Csikszentmihalyi, 1990). Optimal performans duygu durumu, yapılan görevin mücadele içermesi ve bireyin bu mücadele ve zorluklarla başa çıkabilecek düzeyde beceriye sahip olduğunu hissetmesi durumunda oluşan içsel hazdır (Moneta, 2004a). Sporcu yüksek performans ve yüksek beceri düzeyine sahip ise verilen görevin zor olması durumunda, optimal performans deneyimini yaşar ve optimal performans duygu durumuna ulaşır. Optimal performans duygu durumunun oluşumunu net olarak ortaya koymak için Csikszentmihalyi tarafından önerilen modeli incelemek faydalıdır (Şekil 1). Bu modele göre, optimal performans duygu durumu, sporcunun, yüksek düzeyde mücadele ve zorluk gerektiren görevleri başarabilecek ve bu görevler üzerinde kontrol sağlayabilecek beceriye sahip olması durumunda oluşur. Model'e göre, yüksek mücadele gerektiren görevleri başarabilecek beceriye sahip olmaması durumunda sporcu kaygı, becerilerin görevin gerekliliklerine göre daha yüksek olması durumunda bıkkınlık, sıkıntı, becerinin düşük ve görevin



**Şekil 1.** Jackson ve Csikszentmihalyi'nin optimal performans duygu durumu modeli (Jackson, SA ve Eklund, RC (2004). Flow Scales Manual, Morgontown: Fitness Information Technology).

mücadele içermemesi durumunda ise ilgisizlik duygularını yaşar (Moneta, 2004 b).

Optimal performans duygu durumu oluştuğunda, sporcu aktivite süresince zamanın nasıl geçtiğinin farkına varmaz, yaptığı göreve tam odaklanır ve içsel olarak güdülenir (Csikszentmihalyi, 1990). Sporcu yapmış olduğu görevden haz alır; görevi zorlanmadan yaptığı hissini yaşar ve aktivite ile bütünleştiğini ve tüm hareketlerde kendi kontrolü olduğunu hisseder. Optimal performans duygu durumuna ulaşmak, sporcunun otomatikleşme hissi ile birlikte yüksek seviyede kendine güven ile en iyisini yapmasını sağlar (Fournier ve diğ., 2007).

Optimal performans duygu durumunu konu alan çalışmalar, pozitif duygu durumları, beceri gelişimi, performans arttırma ve yaşam doyumu gibi kavramlar ile ilişkili olması nedeniyle büyük önem taşımaktadır (Asakawa, 2004; Csikszentmihalyi, 1990). Optimal performans deneyimi hakkında daha fazla bilgiye sahip olmak da sporcuların performanslarını arttırmada, becerilerini geliştirmede ve olumlu duygulara sahip olmalarında önemli bir rol oynamaktadır. Yapılan ilk çalışmalarda günlük hayatımızda yer alan fiziksel aktiviteler (bilgisayar kullanmak, dans etmek vb.) yer alırken, daha sonraları spor ortamında optimal performans deneyiminin incelendiği çalışmalar yer almaya başlamıştır. Bu çalışmalarda optimal performans duygu durumu ile hedef yönelimi (Jackson ve Roberts, 1992), algılanan yeterlik, kaygı (Jackson ve diğ., 1998), hür irade (self determination) (Jackson ve diğ., 1998; Kowal ve Fortier, 2000), benlik algısı ve diğer psikolojik beceriler (Jackson ve diğ., 2001) arasındaki ilişkilerin önemi ortaya konmuştur.

Optimal performans duygu durumunun değerlendirildiği ilk çalışmalar, farklı yaşam boyutlarında yarı yapılandırılmış görüşme teknikleri ile gerçekleştirilmiştir. Fi-

ziksel aktivite ve spor ortamındaki optimal performans duygu durumunu değerlendirmek amacı ile ise Jackson ve Marsh (1996) Durumluk ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeklerini (Flow State and Dispositional Flow Scales), sporcularla yaptıkları nitel araştırmalardan elde ettikleri temaları ve duygu durum ölçeklerini kullandıkları araştırma sonuçlarını temel alarak geliştirmişlerdir. 394 Amerikalı ve Avusturyalı gönüllü sporcu üzerinde yaptıkları bu çalışmada, Csikszentmihalyi (1990) tarafından belirtilen optimal performans duygu durumunu tanımlayan 9 alt boyuta -Görev Zorluğu-Beceri Dengesi (Challenge-Skill Balance), Eylem-Farkındalık Birleşimi (Action-Awareness Merging), Açık (net) Hedefler (Clear Goals), Belirli Geri Bildirim (Unambiguous Feedback), Göreve Odaklanma (Total concentration on the task at hand), Kontrol Duygusu (Sense of Control), Kendilik Farkındalığının Azalması (Loss of Self-consciousness), Zamanın Dönüşümü (Transformation of Time) ve Amaca Ulaşma Deneyimi (Autotelic Experience) - destek bulunmuşlardır. Jackson ve Marsh tarafından optimal performans duygu durumunu ölçmek amacıyla 1996 yılında geliştirilen bu ölçek, iki ayrı ölçek formundan oluşmaktadır. Birincisi, Durumluk Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği (DOPDDÖ) 'dir ve fiziksel aktivite sırasında bireyin optimal performans duygu durumunu değerlendirmek için geliştirilmiştir. DOPDDÖ, bireyin fiziksel aktivite veya spor ortamında yaşadığı duygu durumunu değerlendirmek amacı ile hemen aktivite sonrasında uygulanmaktadır. Diğer ölçek ise Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği (SOPDDÖ)'dir. SOPDDÖ, optimal performans duygu durumunun aktiviteye katılan birey üzerindeki genel durumunun bir ölçümüdür ve fiziksel aktivite ve spora katılımdaki optimal performans deneyim sıklığını değerlendirmeyi amaçlamaktadır (Jackson ve Marsh, 1996). Diğer

bir deyişle, SOPDDÖ ile belli bir aktivitede optimal performans duygu durumunu yaşamaya genel eğilimi ve aktiviteye ilişkin genellikle yaşanan optimal duygu durum sıklığı değerlendirilmektedir. DOPDDÖ ve SOPDDÖ ile yapılan bu ilk geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları, ölçeklerin faktör geçerliklerinin kabul edilebilir düzeyde olduklarını ve iç tutarlık katsayılarının (Cronbach alfa) Durumluk Ölçeği için.70-.91; Sürekli Ölçeği için ise.70-.88 arasında değiştiğini ortaya koymuştur. Jackson ve Marsh (1996) tarafından ortaya konan 9 alt boyutlu ölçek Dünya Master Oyunlarına katılan 385 sporcu üzerinde yapılan çalışma ile de desteklenmiştir (Marsh ve Jackson, 1999). Vlachopoulos, Karageorghis ve Terry (2000) İngiliz 1231 aerobik egzersiz katılımcısı üzerinde DOPDDÖ'nin faktör yapısını test etmişler ve 9 alt boyutun iç tutarlık katsayılarının 0.65 ile 0.84 arasında değiştiğini bulmuşlardır. Bu çalışmaları, ölçeklerin farklı kültürlerde, ana dili İngilizce olmayan ülkelerde test edilmesini içeren çalışmalar (Kawabata ve Harimoto, 2000; Stavrou ve Zervas, 2004) izlemiştir. Örneğin Doganis ve diğ. (2000) DOPDDÖ'nin Yunan sporcular için geçerli ve güvenilir olduğunu ortaya koymuşlardır.

Jackson ve Eklund (2002) DOPDDÖ ve SOPDDÖ'nin bazı kavramsal ve istatistiksel problemleri olduğunu, daha önceki çalışmalarda problemleri bazı maddelerin (Zamanın Dönüşümü ve Kendilik Farkındalığının Azalması alt boyutlarındaki) bulunduğunu belirterek, problemleri maddeleri ölçekten çıkarıp yerine yeni maddeler ekleyerek Durumluk-Sürekli Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçeklerini (Flow State Scale-2; FSS-2 ve Dispositional Flow Scale-2; DFS-2) geliştirmişlerdir. Revize edilen bu ölçekler, 422 farklı düzeyden egzersiz ve spor katılımcısı üzerinde test edilerek, 9 alt boyutlu yapıya destek bulunmuştur.

Revize edilen ölçeklerin geçerliği ve güvenilirliği daha önce Jackson ve Marsh

(1996) tarafından geliştirilen ilk ölçekler gibi farklı kültürlerde test edilmiştir. Örneğin, Chen ve diğerleri (2003) DOPDDÖ-2'nin Çince versiyonunun; Fournier ve diğerleri (2007) de Fransız versiyonunun geçerliliği ve güvenilirliğini sınamışlardır. Chen ve diğerleri (2003) Çin örneklemini için doğrulayıcı faktör analizi sonucu elde edilen uyum indekslerinin düşük olduğunu ve Jackson ve Eklund (2002) tarafından önerilen modelin desteklenmediğini belirtmişlerdir. Öte yandan, Fournier ve diğerleri (2007) DOPDDÖ-2'nin 425 Fransız sporcu için geçerli ve güvenilir olduğunu belirtmişlerdir. Aynı çalışmada, Fournier ve arkadaşları, Jackson ve Eklund (2002)'in çalışmasındaki orijinal veri setini kullanarak DOPDDÖ-2'nin geçerliliğine ilişkin kültürlerarası karşılaştırma yapmışlardır. Yapılan çok örneklemlili analiz, her iki kültür içinde ölçeğin uyum değerlerinin benzer olduğunu ortaya koymuştur. Son olarak, Kawabata ve diğerleri (2008), DOPDDÖ ve SOPDDÖ-2 Ölçekleri'nin geçerliliğini ve güvenilirliğini farklı Japon örneklem gruplarında test etmişlerdir. Ayrıca, Fournier ve diğerleri (2007) gibi, Jackson ve Eklund (2002)'in çalışmasının orijinal veri setindeki İngilizce cevaplarla karşılaştırmışlardır. Elde edilen sonuçlar, ölçeklerin Japon örneklemini için uyum indekslerinin yüksek olduğunu ve 9 alt boyutlu yapının desteklendiğini ortaya koymuştur. Bunun yanı sıra, iç tutarlık katsayılarının her iki ölçekte yer alan 9 alt boyut için 0.80'in (iki alt boyut hariç) üzerinde olduğu bulunmuştur.

Optimal performans duygu durumu kavramının son zamanlarda popüler olan konular arasında yer alması ve özellikle ülkemizde bu kavram ile ilgili çalışmaların bulunmaması bu çalışmaya yön vermiştir. Ayrıca, farklı branşlardaki sporcuların yarışma ortamındaki deneyimleri, becerileri ve performanslarının niteliklerinin değerlendirilerek uygulanan programda düzenleme yapıl-

ması açısından optimal performans duygu durumu hakkında bilgi edinilmesi ve ilişkili olan diğer psikolojik faktörlerin ele alınması spor ve egzersiz psikolojisi literatürüne katkı sağlayacaktır. Bu faktörlerin belirlenmesine hizmet eden bir ölçeğin Türk spor ve egzersiz katılımcılarına uygulanabilir hale getirilmesi ise bu alandaki çalışmalarını arttıracaktır. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı, DOPDDÖ ve SOPDDÖ-2'nin Türk sporcuları ve egzersiz katılımcıları için geçerliliği ve güvenilirliğinin test edilmesidir.

## YÖNTEM

**Araştırma Grubu:** Çalışma iki farklı örneklem grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir. SOPDDÖ-2 96 bayan ( $\bar{X}$  yaş = 21.20, SS = 3.36 yıl), 205 erkek ( $\bar{X}$  yaş = 21.76, SS = 3.66 yıl) toplam 301 egzersiz katılımcısına; DOPDDÖ-2 ise 228 bayan ( $\bar{X}$  yaş = 25.75, SS = 8.87 yıl) 191 erkek ( $\bar{X}$  yaş = 24.24, SS = 6.83 yıl) toplam 422 egzersiz katılımcısına uygulanmıştır. İki farklı örneklem grubunda yer alan katılımcıların ortalama egzersize katılım süreleri SOPDDÖ-2'yi dolduranlar için 63.36 ay (SS = 53.41); DOPDDÖ-2'ni dolduranlar için ise 36.26 (SS = 46.48) aydır. Tablo 1'de katılımcıların egzersize katılım düzeyleri, yarışmacılık düzeyleri ve egzersiz yapma sıklıkları verilmiştir.

Tablo 2'de ise çalışmaya katılan egzersiz katılımcılarının katıldıkları aktivite türleri ve bu aktivitelere katılan katılımcı yüzdeleri verilmiştir.

**Veri Toplama Araçları:** Durumluk ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçekleri (Jackson ve Eklund, 2004): DOPDDÖ-2, bir fiziksel aktiviteye özel olarak yaşanan optimal deneyim duygulanımını değerlendirmek üzere geliştirilmiştir. Bir başka deyişle, DOPDDÖ-2 bireyin tamamladığı aktiviteden hemen sonra yaşadığı optimal performans duygulanımını yansıtmaktadır. Ölçek, 1 (Tamamen

**Tablo 1.** Katılımcıların egzersiz düzeylerine yönelik tanımlayıcı bilgiler

Değişkenler	SOPDDÖ-2		DOPDDÖ-2	
	n	%	n	%
Egzersize Katılım Düzeyleri				
Rekreatif	136	45.2	304	75.1
Yarışmacı	157	52.2	101	24.9
Yarışmacılık Düzeyleri				
Okul	67	22.3	62	62
Klüp	90	29.9	38	38
Egzersiz Sıklığı				
Haftada 3 veya daha az	172	57.9	266	65.5
Haftada 4 veya daha fazla	125	41.5	140	34.5

**Tablo 2.** Katılımcıların egzersiz türlerine göre dağılımları

Aktivite Türleri	DOPDDÖ-2		SOPDDÖ-2	
	n	%	n	%
Aerobik, Step, Pilates	89	21.1	6	2.0
Aikido/karate/capeora	14	2.9	1	0.3
Basketbol	21	5.0	51	16.9
Dağcılık/Tırmanma	18	4.2	16	5.3
Scuba Diving	1	0.2		
Dans/Halk dansları	98	23.3	3	1.0
Fitnes	89	21.1	28	9.3
Futbol	11	2.6	41	13.6
Tenis/Masa Tenisi	24	5.7	37	12.3
Voleybol	21	5.0	27	9.0
Yüzme	4	0.9	2	0.7
Hentbol	-	-	16	5.3
Amerikan Futbolu	-	-	21	7.0
Oryantiring	-	-	17	5.6
Kayak	-	-	3	1.0
Diğer (Atıcılık, Eskrim, Hokey, Satranç, Bowling, Boks...)	7	1.9	11	3.3

Katılmıyorum) ile 5 (Tamamen Katılıyorum) arasında değişen 5'li Likert ölçek üzerinde değerlendirilmekte ve aktivite bitimini takiben en kısa sürede uygulanmaktadır.

SOPDDÖ-2 ise fiziksel aktivite sırasında bireyin optimal performans duygulanımını genel olarak yaşama eğilimini değerlendirmektedir. Birey bu ölçeği doldururken yaptığı aktiviteler sırasında genel olarak optimal performans duygulanımını ne sıklıkla yaşadığını düşünerek cevaplandırma-

ya yönlendirilmektedir. Ölçekte yer alan her madde Hiç Bir Zaman (1) ile Her Zaman (5) arasında değişen 5'li Likert ölçek üzerinde cevaplandırılmaktadır.

Her iki ölçek formundan da elde edilen ortalama yüksek puan (4-5 puan), kişinin katıldığı aktivitede optimal performans duygu durumuna ulaştığını gösterirken, elde edilen düşük puanlar, kişinin optimal performans duygu durumunu yaşamadığını ifade etmektedir.

Her iki ölçek de (DOPDDÖ-2, SOP-DDÖ-2) Csikszentmihalyi (1990) 'nin kuramsal temeline dayalı olarak 9 alt boyutlu yapıdadır. Bu 9 alt boyut, Görev Zorluğu-Beceri Dengesi (Challenge-Skill Balance), Eylem-Farkındalık Birleşimi (Action-Awareness Merging), Açık (net) Hedefler (Clear Goals), Belirli Geri Bildirim (Unambiguous Feedback), Göreve Odaklanma (Total concentration on the task at hand), Kontrol Duygusu (Sense of Control), Kendilik Farkındalığının Azalması (Loss of Self-consciousness), Zamanın Dönüşümü (Transformation of Time) ve Amaca Ulaşma Deneyimi (Autotelic Experience)'dir. 9 alt boyutun tanımlamaları ve madde örnekleri aşağıda verilmiştir:

**Görev Zorluğu/Beceri Dengesi:** Görevin gerektirdiği mücadele ve kişinin bu görevi başarmaya ilişkin becerisi arasındaki denge algısıdır.

“Zorlanırım; ama becerilerimin bu zorluğu yeneceğine inanırım” (Sürekli)

“Zorlandım; ama becerilerimin bu zorluğu yeneceğine inandım” (Durumluk)

**Eylem-Farkındalık Birleşimi:** Görevin gerekliliklerini uyumlu, düşünmeden otomatik olarak yapabildiğini hissetmesi ve algılaması.

“Düşünmeksizin doğru hareketleri yaparım” (Sürekli)

“Düşünmeksizin doğru hareketleri yaptım” (Durumluk)

**Açık (net) hedefler:** Hareketin gerekliliklerini bildiğini hissetmesi, hareket için gerekli hedefleri açıkça bildiğini hissetme.

“Ne yapmak istediğimi çok iyi bilirim” (Sürekli)

“Ne yapmak istediğimi çok iyi biliyorum” (Durumluk)

**Belirli Geri Bildirim:** Hareketin gereklilikleri ve hedefleri doğrultusunda performansının nasıl olduğunu hissetme ve bireyin sergilenen performanstan kendi kendine geribildirim/bilgi alabilme durumu.

“Performansım konusunda net bir fikre sahibim” (Sürekli)

“Performansım konusunda net bir fikre sahiptim” (Durumluk)

**Göreve Odaklanma:** Yaptığı göreve tamamen odaklanma.

“Dikkatimi tamamen yapmakta olduğum şeye odaklanırım” (Sürekli)

“Dikkatimi tamamen yapmakta olduğum şeye odakladım” (Durumluk)

**Kontrol Duygusu:** Yaptığı aktivite üzerinde kontrolü olduğunu hissetme.

“Yaptıklarım üzerinde kontrole sahibimdir” (Sürekli)

“Yaptıklarımın kontrolü bende idi” (Durumluk)

**Kendilik Farkındalığının Azalması:** Aktivite ile ilgili olarak başkalarının değerlendirmelerine önem vermeme.

“Başkalarının benim hakkında düşünebilecekleri ile ilgilenmem” (Sürekli)

“Başkalarının benim hakkımda düşünebilecekleri ile ilgilenmedim” (Durumluk)

**Zamanın Dönüşümü:** Aktivite esnasında kendini zamana kaptırma, aktivitenin içerisinde kaybolma, zamanın nasıl geçtiğini hissetmeme, aktivitenin içine tamamen dahil olabilme.

“Zamanın farklılaştığını hissederim (yavaşlıyor veya hızlanıyor)” (Sürekli)

“Zamanın farklılaştığını hissettim (yavaşlıyor veya hızlanıyor)” (Durumluk)

**Amaca Ulaşma Deneyimi:** Bireyin yaptığı aktiviteden aldığı içsel tatmin, ödül.

“Birşeyi denemekten zevk alırım” (Sürekli)

“Etkinlikleri yapmaktan gerçekten zevk aldım” (Durumluk)

Jackson ve Eklund (2004) her iki ölçeğin uygulanması sırasında “Aktivite Deneyim ve Etkinlik Tecrübe Ölçeği” adının kullanılmasını önermişlerdir. Bu ölçek isimlerinin, genel olarak ölçülmek isteneni yansıttığını ve optimal performans deneyimine

ilişkin maddelerin yansız olarak cevaplanmasına imkan sağladığını belirtmişlerdir.

**Çeviri Aşaması:** Durumluk ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçeklerinin çeviri aşamasında Brislin (1986) tarafından çeviri-geri çeviri yöntemi için önerilen standart işlem yolu takip edilmiştir. Ölçeğin İngilizce orijinali, akademik olarak İngilizce eğitim görmüş psikoloji alanından 1, beden eğitimi ve spor alanından 1 uzman tarafından Türkçe'ye çevrilmiştir. Elde edilen iki Türkçe Ölçekteki maddeler karşılaştırılmış ve aynı çeviriye sahip maddeler belirlenmiştir. Aynı çeviriye sahip maddeler ve farklı çeviriye sahip maddelerin her bir çeviri şekli yeniden uzmana verilerek tekrar İngilizceye çevrilmiştir. Geri çevirisi yapılan ölçek maddeleri, orijinal ölçek maddeleri ile karşılaştırılmış farklılıklar, hatalar belirlenmiştir. İngilizce çeviri orijinal ölçek ile karşılaştırılarak bir birine en yakın çeviriler ile Türkçe Ölçeğin son şekli oluşturulmuştur.

**Verilerin Toplanması:** DOPDDÖ-2, çalışmaya katılan egzersiz katılımcılarına katıldıkları aktivitede hissettiklerini yansıtma amacı ile aktiviteden hemen sonra uygulanmıştır. SOPDDÖ-2 ise aktiviteler öncesinde veya sonrasında belli bir zaman süresi gözetmeksizin uygulanmıştır.

**Verilerin Analizi:** Jackson ve Marsh (1996), Jackson ve Eklund (2002) tarafından önerilen ölçüm modelinin (her biri 4 maddeden oluşan 9 alt boyutlu model) değerlendirilmesi, EQS programında yapısal eşitlik modeli temel alınarak doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapısal Eşitlik Modeline dayalı analizler, sosyal bilimlerde temel olan gizli değişkenleri (latent constructs) belirlemek, yordamak ve nedensel modelleri test etmek amacı ile kullanılmaktadır (Sümer, Sümer, Çifçi ve Demirutku, 2000). Önerilen modelin eldeki veriye ne

derece uyum gösterdiğinin belirlenmesinde hem mutlak hem de görel artış uyum indeksleri kullanılmaktadır (Sümer, 2000). Bu çalışmada, doğrulayıcı faktör analizi kapsamında; Hoyle ve Panter tarafından önerilen farklı uyum indeksleri –ki kare ( $\chi^2$ ), karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI); normleştirilmemiş uyum indeksi (non-normed fit index-NFI), standardize edilmiş kök ortalama kare yaklaşım hatası (Root mean square error of approximation-RMSEA) - dikkate alınmıştır.  $\chi^2$  değerleri, modelin uygunluğunun ne kadar kötü olduğunu kestirir ve "0" değeri mükemmel bir uyumu yansıtır. Artan  $\chi^2$  değeri gözlenen kovaryans matrisinin hesaplanan kovaryans matrisinden ne ölçüde ayrıldığının göstergesidir ve büyük  $\chi^2$  değerleri önerilen model ile eldeki verinin uyuşmadığını gösterir (Sümer, 2000, Sümer ve diğ., 2000).  $\chi^2$  değeri örneklem genişliğine duyarlı olduğu için başka uyum indekslerinin de kullanımı önerilmektedir (Hu ve Bentler, 1999). NNFI and CFI değerlerinin.90 ve.95 üzerinde olması modelin uygunluğunun kabul edilebilir ve mükemmel olduğunu göstermektedir (Hoyle ve Panter, 1995; Hu ve Bentler, 1999). RMSEA değerlerinin.05'ten küçük olması durumunda model uygunluğunun mükemmel olduğu;.08 değerinin ise kabul edilebilir bir sınır olduğu belirtilmektedir (Browne ve Cudeck, 1993). Standardize edilmiş kök ortalama kare artık (SRMR) değeri 0 ile 1 arasında değişkenlik göstermekle birlikte değerlerin 0.05'den küçük olması, verilerin modele mükemmel uyum gösterdiğini belirtmektedir (Ullman, 1996).

Ölçeklerin güvenilirliğini test etmek amacı ile Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır.

## BULGULAR

Tablo 3'te, doğrulayıcı faktör analizi sonuçları görülmektedir. Bu sonuçlara göre;



**Tablo 3.** Ölçüm Modeli' nin Uyum İndeksleri

	Uyum İndeksleri						
	$\chi^2$	SD	CFI	NNFI	RMSEA	RMSEA 90% CI	SRMR
SOPDDÖ-2 (n = 301)							
36 madde	865.466	558	.920	.909	.043	.037, .048	.051
34 madde	755.786	491	.929	.919	.042	.036, .048	.050
SOPDDÖ-2 (Jackson ve Eklund, 2002; Çalışma 2)							
	1427.22	558	.912	.901	.052	-	-
DOPDDÖ-2 (n = 422)							
36 madde	1233.749	558	.886	.871	.054	.050, .058	.063
34 madde	1047.048	491	.902	.888	.052	.047, .056	.050
DOPDDÖ-2 (Jackson ve Eklund, 2002; Çalışma 2)							
	1177.56	558	.939	.931	.051	-	-

Not:  $\chi^2$  = Ki Kare, SD = Serbestlik derecesi, CFI = Karşılaştırmalı uyum indeksi, NNFI = Normlaştırılmamış uyum indeksi, SRMR = Standardize edilmiş kök ortalama kare artık, RMSEA = Kök ortalama kare yaklaşım hatası

36 maddelik SOPDDÖ-2 için ki-kare değeri  $\chi^2$  (558) = 865.466,  $p < .01$  olarak tespit edilmiştir. Kök ortalama kare yaklaşım hatası (RMSEA) = 0.043; standardize edilmiş kök ortalama kare artık (SRMR) = 0.051; normlaştırılmamış uyum indeksi (NNFI) = 0.909; karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI) = 0.920 olarak belirlenmiştir. 36 maddelik DOPDDÖ-2 için belirlenen değerler ise, ki-kare istatistiği  $\chi^2$  (558) = 1233.749,  $p < .01$ , kök ortalama kare yaklaşım hatası (RMSEA) = 0.054; standardize edilmiş kök ortalama kare artık (SRMR) = 0.063; normlaştırılmamış uyum indeksi (NNFI) = 0.871; karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI) = 0.886'dır. Elde edilen sonuçlar mükemmel uyum değerlerine sahip olmasa bile, her iki form için NNFI değerleri ve DOPDDÖ-2 için CFI hariç kabul edilebilir sınırlar içinde olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 4'te maddelerin faktör yükleri incelendiğinde, bazı maddelerin ilgili faktöre olan yüklerinin düşük olduğu görülmektedir. Örneğin; Madde 1 ve Madde 11 her iki ölçekte de 0.30 altında faktör yüküne sa-

hipdir. Bu maddeler modelden çıkarıldığından 34 maddelik model için ölçüm modelinin uyum indekslerine bakıldığında (Tablo 3), uyum indeks değerlerinin 36 maddelik modelden daha yüksek olduğu ve özellikle CFI ve NNFI uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeye yaklaştığı görülmektedir. 34 maddelik SOPDDÖ-2 için elde edilen uyum indeks değerleri  $\chi^2$  (491) = 755.786,  $p < .01$ ; kök ortalama kare yaklaşım hatası (RMSEA) = 0.042; standardize edilmiş kök ortalama kare artık (SRMR) = 0.050; normlaştırılmamış uyum indeksi (NNFI) = 0.919; karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI) = 0.929 olarak bulunmuştur. 34 maddelik DOPDDÖ-2 için ki-kare istatistiği  $\chi^2$  (491) = 1047.048;  $p < .01$ 'dir. Diğer uyum indeks değerleri ise, kök ortalama kare yaklaşım hatası (RMSEA) = 0.052; standardize edilmiş kök ortalama kare artık (SRMR) = 0.050; normlaştırılmamış uyum indeksi (NNFI) = 0.888; karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI) = 0.902'dir.

Daha önce de belirtildiği ve Tablo 4'te de görüldüğü gibi, 36 maddelik Op-

*Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçekleri*

**Tablo 4.** Sürekli ve Durumluk Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçekleri'ne ait faktör yükleri

Faktör	SOPDDÖ-2		DOPDDÖ-2	
	36 Madde	34 Madde	36 Madde	34 Madde
Görev Zorluğu – Beceri Dengesi				
1	.184	-	.253	-
10	.673	.667	.706	.704
19	.687	.686	.799	.795
28	.363	.358	.521	.521
Eylem-Farkındalık Birleşimi				
2	.511	.519	.563	.558
11	.251	-	.249	-
20	.769	.760	.734	.736
29	.711	.713	.873	.886
Açık Hedefler				
3	.598	.597	.614	.613
12	.611	.611	.690	.689
21	.747	.747	.727	.728
30	.709	.710	.670	.671
Belirli Geri Bildirim				
4	.639	.638	.575	.576
13	.725	.726	.753	.753
22	.755	.754	.790	.790
31	.733	.734	.703	.703
Göreve Odaklanma				
5	.693	.693	.680	.679
14	.520	.520	.401	.401
23	.722	.723	.736	.736
32	.782	.782	.820	.820
Kontrol Duygusu				
6	.678	.679	.702	.701
15	.637	.637	.688	.688
24	.723	.724	.711	.711
33	.724	.723	.768	.768
Kendilik Farkındalığının Azalması				
7	.711	.711	.722	.722
16	.781	.781	.736	.736
25	.866	.866	.747	.747
34	.801	.801	.732	.733
Zamanın Dönüşümü				
8	.689	.690	.688	.688
17	.790	.790	.807	.807
26	.784	.784	.819	.819
35	.654	.653	.784	.783
Amaca Ulaşma Deneyimi				
9	.348	.347	.728	.728
18	.733	.732	.666	.667
27	.651	.653	.734	.734
36	.593	.593	.648	.648

timal Performans Duygu Durum Ölçeklerindeki faktör yüklerinden bazıları 0.30'un altında bulunmuştur. Faktör yükü 0.30'un altındaki madde 1 ve madde 11 modelden çıkarıldığında, 34 maddelik modele

ait faktör yüklerinde artış olduğu tespit edilmiştir. 34 maddelik SOPDDÖ-2 için elde edilen faktör yükleri 0.35 ile 0.87 arasında değişirken, DOPDDÖ-2 için 0.40 ile 0.89 arasında değişmektedir.

Hem 34 hem de 36 maddelik ölçek modelleri için hesaplanan değişkenler arası korelasyon değerleri ve eğilimleri benzerlik gösterdiğinden 34 maddelik ölçeklere ait korelasyon değerleri Tablo 5'te verilmiştir. Elde edilen alt boyutlar arasındaki ilişkiler irdelendiğinde, "Zamanın Dönüşümü" ve "Kendilik Farkındalığının Azalması" alt boyutları ile diğer alt boyutlar arasında düşük ilişki olduğu bulunmuştur.

Tablo 6'da Sürekli ve Durumluk Ölçekleri alt boyutları için hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları verilmiştir. 36 maddelik SOPDDÖ-2 için elde edilen iç tutarlık katsayıları 0.49 (Görev Zorluğu-Beceri Dengesi) ile 0.87 (Kendilik Farkındalığının Azalması) arasında değişmektedir. Görev Zorluğu-Beceri Dengesi ( $\alpha = 0.55$ ) ve Eylem-Farkındalık Birleşimi ( $\alpha = 0.69$ ) alt boyutlarında iç tutarlık katsayıları faktör yükü

düşük olan 1. ve 11. maddenin çıkarılması durumunda artış göstermektedir. Benzer durum DOPDDÖ-2 için de geçerlidir. Bu iki maddenin ölçekten çıkarılması, iç tutarlık katsayılarının yükselmesine (Görev Zorluğu-Beceri Dengesi  $\alpha = 0.70$  ve Eylem-Farkındalık Birleşimi  $\alpha = 0.76$ ) neden olmaktadır. Öte yandan, 36 maddelik Durumluk ölçeği için hesaplanan iç tutarlık katsayıları 0.63 (Görev Zorluğu-Beceri Dengesi) ile 0.86 (Zamanın Dönüşümü) arasındadır.

36 maddelik SOPDDÖ-2 için madde alt boyut toplam korelasyonları irdelendiğinde; en düşük değer 0.18 (madde 1, madde 11) olarak bulunmuştur. Bu maddeler çıkarılarak elde edilen 34 maddelik ölçek için madde alt boyut toplam korelasyonları ele alındığında değerlerin 0.21 (madde 9) ile 0.78 (madde 25) arasında değiştiği görülmektedir. 36 maddelik

**Tablo 5.** Sürekli ve Durumluk Ölçekleri değişkenler arası ilişkiler

SOPDDÖ-2 34 madde	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8
F2	.650							
F3	.826	.559						
F4	.846	.584	.826					
F5	.716	.383	.838	.764				
F6	.818	.581	.828	.853	.903			
F7	.294	.306	.243	.258	.216	.307		
F8	.247	.279	.210	.116	.194	.195	.304	
F9	.861	.434	.773	.656	.720	.635	.277	.271
DOPDDÖ-2 34 madde	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8
F2	.505							
F3	.856	.599						
F4	.820	.576	.844					
F5	.746	.470	.820	.758				
F6	.856	.543	.922	.835	.904			
F7	.409	.397	.496	.402	.554	.513		
F8	.476	.243	.455	.329	.409	.383	.422	
F9	.691	.349	.673	.509	.706	.561	.489	.653

Not: F1 = Görev Zorluğu-Beceri Dengesi, F2 = Eylem-Farkındalık Birleşimi, F3 = Açık Hedefler, F4 = Belirli Geri Bildirim, F5 = Göreve Odaklanma, F6 = Kontrol Duygusu, F7 = Kendilik Farkındalığının Azalması, F8 = Zamanın Dönüşümü, F9 = Amaca Ulaşma Deneyimi

**Tablo 6.** Sürekli ve Durumluk Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçekleri Alt Boyutlarına İlişkin İç Tutarlık Katsayıları

Alt Boyutlar			Jackson ve Eklund (2002, Çalışma 1)		Jackson ve Eklund (2002, Çalışma 2)	
	SOPDDÖ2	DOPDDÖ2	SOPDDÖ2	DOPDDÖ2	SOPDDÖ2	DOPDDÖ2
Görev Zorluğu-Beceri Dengesi	0.49 (0.55)	0.63 (0.70)	0.85	0.83	0.78	0.83
Eylem-Farkındalık Birleşimi	0.60 (0.69)	0.68 (0.76)	0.82	0.84	0.86	0.90
Açık Hedefler	0.76	0.76	0.85	0.85	0.82	0.87
Belirli Geri Bildirim	0.80	0.80	0.90	0.88	0.86	0.88
Göreve Odaklanma	0.77	0.72	0.84	0.85	0.80	0.88
Kontrol Duygusu	0.78	0.81	0.86	0.88	0.81	0.88
Kendilik Farkındalığının Azalması	0.87	0.82	0.88	0.90	0.84	0.92
Zamanın Dönüşümü	0.82	0.86	0.81	0.80	0.82	0.80
Amaca Ulaşma Deneyimi	0.63	0.79	0.85	0.87	0.79	0.91

Not: Parantez içerisindeki değerler 1. ve 11. maddenin atılması sonucu elde edilen iç tutarlık katsayılarıdır.

*DOPDDÖ-2* için ise yine en düşük değerler madde 1 (0.22) ve madde 11 (madde 19)'de elde edilmiştir. Bu maddeler çıkarıldığında madde alt boyut toplam korelasyonların 0.33 (madde 14) ile 0.75 (madde 26) arasında değiştiği gözlenmektedir.

### TARTIŞMA

Bu çalışma, Jackson ve arkadaşları (Jackson ve Marsh, 1996; Jackson ve diğ., 1998) tarafından geliştirilen ve 2002 yılında Jackson ve Eklund tarafından revize edilen Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçeklerinin Türkçe versiyonunun geçerliği ve güvenilirliğini sınamak amacı ile yapılmıştır.

Ölçeklerin geçerliğini test etmek üzere yapılan doğrulayıcı faktör analiz sonuçları, her alt boyutun 4 maddeden oluştuğu 9 alt boyutlu, toplam 36 maddeden oluşan ölçeklere ait uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermekle birlikte, hem sürekli hem de durumluk ölçeklerinde yer alan madde 1 ve madde 11'in faktör yüklerinin 0.30'dan düşük olması, bu maddelerin çıkarılarak tekrar modelin 34 madde üzerinden uygunluğunun test edilmesini gerektirmiştir. 34 maddelik ölçek modellerinin uyum indeksleri incelendiğinde, 36 maddelik modelden daha yüksek olduğu, 36 maddelik modelde kabul edi-

lebilir düzeye ulaşamayan bazı uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeye ulaştığı görülmektedir.

36 ve 34 maddelik sürekli ölçek modelleri için elde edilen uyum indeks değerleri Jackson ve Eklund (2002)'in 17-72 yaşları arasındaki fiziksel aktivite katılımcıları üzerinde yaptıkları çalışmada elde edilen uyum indekslerinden düşük bulunmuştur. Öte yandan; bu çalışmada elde edilen değerler, 2002 yılında Jackson ve Eklund'un DOPDDÖ ve SOPDDÖ-2'nin geçerliğini 16-82 yaşları arasındaki farklı fiziksel aktivite katılımcısı üzerinde test ettikleri ikinci çalışma sonucunda elde edilen uyum indeks değerlerinden yüksek bulunmuştur. Bunun yanı sıra, hem 36 hem de 34 maddelik durumluk ölçek modeli için elde edilen uyum indeks değerleri Jackson ve Eklund (2002) tarafından yapılan iki çalışmada elde edilen uyum indeks değerlerinden düşük olduğu bulunmuştur. Yazılı kaynaklarda yer alan farklı kültürlerde yapılan çalışma sonuçları ile karşılaştırıldığında, Türk versiyonu için elde edilen uyum indeks değerlerinin, Fransız (Fournier ve diğ., 2007) ve Japon (Kawabata ve diğ., 2008) versiyonları için hesaplanan değerlerden de düşük olduğu bulunmuştur. Fakat, Vlachopoulos ve diğerlerinin (2000) çalışmasında, İngiliz egzersiz katılımcıları için elde edilen uyum indeksleri ile kıyaslandığında, Türkçe versiyon için hesaplanan değerlerin daha yüksek olduğu görülmektedir. Yazılı kaynaklarda yer alan bir çok çalışmadaki doğrulayıcı faktör analizi uyum indeks değerlerinden daha düşük değerler elde edilmekle birlikte, uyum indeks değerlerinin kabul edilebilir düzey olarak belirtilen değerlerde olması, Türk egzersiz ve spor katılımcılarında 34 maddelik ölçeklerin geçerliğini destekler niteliktedir. Her iki ölçekte de madde 1 ve madde 11'in düşük faktör yüküne sahip olması, bu iki maddenin sözel yapısının yeniden ele alınması gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır.

Ölçeklerin güvenilirliğini sınamak amacıyla yapılan Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları incelendiğinde, DOPDDÖ-2 alt boyutları için elde edilen iç tutarlık katsayılarının 0.60'ın üzerinde olduğu, SOPDDÖ-2 alt boyutları için ise 0.55'in üzerinde olduğu görülmektedir. Genel olarak ele alındığında, her iki ölçek için elde edilen iç tutarlık katsayıları, Jackson ve Eklund (2002)'in yaptıkları iki çalışmada orijinal ölçek için belirtilen değerlerden daha düşüktür. 2002 yılında yapılan ilk çalışmada (Jackson ve Eklund, 2002) ortalama iç tutarlık hem durumluk hem de sürekli form için.85 olarak bulunurken, ikinci çalışmada (Jackson ve Eklund, 2002) durumluk ölçeği için.87 ve sürekli ölçek için.82 bulunmuştur. Benzer şekilde, bu çalışmada elde edilen iç tutarlık katsayıları Fournier ve diğerlerinin (2007) Fransız katılımcılar üzerinde DOPDDÖ-2 için elde ettikleri iç tutarlık katsayılarından düşüktür. SOPDDÖ-2 Ölçeği için hesaplanan iç tutarlık katsayıları incelendiğinde, bir alt boyutun katsayısının Alpar (2001) tarafından oldukça güvenilir olarak ifade edilen 0.60-0.80 değerlerinden daha düşük olduğu görülmektedir. Durumluk ölçeğinde yer alan alt boyutlar için hesaplanan iç tutarlık katsayılarının sürekli ölçek için elde edilen değerlerden daha yüksek ve kabul edilebilir değerler arasında olduğu tespit edilmiştir.

Ölçeğe ait madde ve alt boyut toplam korelasyon katsayılarına bakıldığında, elde edilen korelasyonların madde 1 ve madde 11 dışında oldukça yüksek olduğu görülmüştür. Madde 1 ve madde 11 çıkarılarak elde edilen 34 maddelik ölçek formu için elde edilen korelasyon değerleri madde 9 hariç 0.25'in üzerinde bulunmuştur. Elde edilen korelasyon değerleri her bir maddenin alt boyutun ölçmeyi hedeflediği özelliği, dolayısı ile ölçekte yer alan 9 alt boyutu ölçtüğünü göstermektedir. Alpar (2001) ve Kayış (2006), madde alt boyut toplam korelasyon katsayısının eksi işaretli olmaması

kaydı ile 0.25 den büyük olması gerektiğini belirtmektedirler. Bu bazda da değerlendirildiğinde elde edilen korelasyon katsayıları, istendik olan değere uygun bulunmuştur.

Sonuç olarak, 34 maddelik Sürekli ve Durumluk Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçeklerinin Türkçe versiyonunun geçerli olması ile birlikte bazı alt boyutların güvenilirliği düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu ölçeklerin Türkçe versiyonunun geçerliliği ve güvenilirliği ile ilgili yapılacak diğer çalışmalar, ölçeklerin kullanımına ilişkin net sonuçlar verecektir. Örneklem sayısı ve örnekleme dahil edilecek aktivite çeşitliliği ve farklı aktivite düzeylerinden katılımcılar ile yapılacak çalışmalar daha net sonuçlara ulaşılmasına katkıda bulunacaktır. Ayrıca, her iki ölçeğin de ölçüt bağıntılı geçerliliği ve test tekrar test güvenilirliğinin de ilerideki çalışmalarda sınanması faydalı olacaktır.

**Yazışma Adresi (Corresponding Address)**

Dr. F. Hülya AŞÇI

Başkent Üniversitesi, Spor Bilimleri

Bölümü

Eskişehir Yolu 20 km. 06810 Ankara/

Turkey

e-posta: [fhasci@baskent.edu.tr](mailto:fhasci@baskent.edu.tr)

**KAYNAKLAR**

- Alpar R. (2001). *Spor Bilimlerinde Uygulamalı İstatistik*. Ankara: Nobel Yayın-Dağıtım.
- Asakawa K. (2004). Flow experience and autotelic personality in Japanese college students: How do they experience challenges in daily life? *Journal of Happiness Studies*, 5, 123–154.
- Brislin RW. (1986). The wording and translation of research instruments. (WJ Lonner & JW Berry, Eds.), *Field Methods in Educational Research* (s. 137-164). Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Browne MW, Cudeck R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. (KA Bollen & JS Long, Eds.), *Testing Structural Equation Models* (s. 136–162). CA: Sage Publications.
- Chen YJ, Hung TM, Lin TC, Li CL, Chang CW, Lin SC. (2003). Confirmatory factor analysis of the Chinese version of Flow State Scale-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25, 40- 47.
- Csikszentmihalyi M. (1975). *Beyond Boredom and Anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: HarperCollins.
- Doganis G, Iosifidou P, Vlachopoulos S. (2000). Factor structure and internal consistency of the Greek version of the Flow State Scale. *Perceptual and Motor Skills*, 91, 1231–1240.
- Fournier J, Gaudreau P, Demontrond-Behr P, Visioli J, Forest J, Jackson SA. (2007). French translation of the Flow State Scale-2: Factor structure, cross-cultural invariance, and associations with goal attainment. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 897-916.
- Hoyle RH, Panter AT. (1995). Writing about structural equation models. (RH Hoyle, Ed.), *Structural Equation Modeling: Concepts, Issues, and Applications* (s. 158-176). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Hu L, Bentler PM. (1999). Cut-off criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modelling*. 6, 1-55.
- Jackson SA. (1996). Toward a conceptual understanding of the flow experience in elite athletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 67, (1), 76-90.
- Jackson SA, Eklund RC. (2002). Assessing flow in physical activity: The Flow State Scale-2 and Dispositional Flow Scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 133–150.

- Jackson SA, Eklund RC. (2004). *The Flow Scales Manual*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, Inc.
- Jackson SA, Marsh HW. (1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 18, 17–35.
- Jackson SA, Roberts GC. (1992). Positive performance states of athletes: Toward a conceptual understanding of peak performance. *The Sport Psychologist*, 6, 156–171.
- Jackson SA, Kimiecik JC, Ford SK, Marsh HW. (1998). Psychological correlates of flow in sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20, 358–378.
- Jackson SA, Thomas PR, Marsh HW, Smethurst CJ. (2001). Relationships between flow, self-concept, psychological skills, and performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13, 129–153.
- Kayış, A. (2006). Güvenirlik analizi (reliability analysis). (Ş Kalaycı, Ed.), *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri* içinde. (s. 404-419). Ankara: Asil Yayın.
- Kawabata M, Harimoto F. (2000). Evaluation of the Japanese version of the Flow State Scale: Analyzing with confirmatory factor analyses. *Proceedings of the 27th Annual Meeting of the Japanese Society of Sport Psychology*, (s. 8–9). Sapporo, Japan: Japanese Society of Sport Psychology.
- Kawabata M, Mallett CJ, Jackson SA. (2008). The flow state scale and dispositional flow scale-2: Examination of factorial validity and reliability for Japanese adults. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 465–485.
- Kivikangas JM. (2006). Psychophysiology of flow experience: An explorative study, Yüksek Lisans Tezi, Department of Psychology, University of Helsinki.
- Kowal J, Fortier MS. (2000). Testing relationships from the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation using flow as a motivational consequence. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71, 171-181.
- Marsh HW, Jackson SA. (1999). Flow experience in sport: Construct validation of multidimensional, hierarchical state and trait responses. *Structural Equation Modelling*, 6, 343-371.
- Moneta GB. (2004a). The flow experience across cultures. *Journal of Happiness Studies*, 5, 115-121.
- Moneta GB. (2004b). The flow model of intrinsic motivation in Chinese: Cultural and personal moderators. *Journal of Happiness Studies*, 5, 181-217.
- Stavrou NA, Zervas Y. (2004). Confirmatory factor analysis of the Flow State Scale in sports. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2, 161-181.
- Sümer N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3 (6), 49-74.
- Sümer HC, Sümer N, Çifci S, Demirutku K. (2000). Subay kişilik özelliklerinin ölçülmesi ve yapı geçerliği çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15 (45), 15-40.
- Ullman S. (1996). *High-level Vision: Object Recognition and Visual Cognition*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Vlachopoulos SP, Karageorghis CI, Terry PC. (2000). Motivation profiles in sport: A self-determination theory perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71, 387-397.