

Sporcu Ruh Sağlığı Sürekliliği- Kısa Formu: Türkçeye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi

Sport Mental Health Continuum- Short Form: Turkish Adaptation and Psychometric Properties

¹Emre Ozan TİNGAZ

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

Yazışma Adresi
Corresponding Address:

Doç. Dr. Emre Ozan TİNGAZ

ORCID No: 0000-0002-7048-2055

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, ANKARA

E-posta: emreozantingaz@gmail.com

Geliş Tarihi (Received): 05.06.2021
Kabul Tarihi (Accepted): 13.04.2022

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, Sporcu Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu'nun (SRSS-KF) Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesidir. Araştırma, ölçeğin Türkçeye çevrilmesi, geçerlik ve güvenilirlik olmak üzere üç aşamada yürütülmüştür. 254 ($M_{yaş}=21.96$, $SS=4.49$) üniversiteli sporcu ile gerçekleştirilen faktör analizi sonucunda ölçeğin uyum iyiliği indekslerinin yeterli olduğu görülmüştür. Benzer ölçek geçerliği çalışması amacıyla dahil edilen Ruh Sağlığı Sürekliliği Kısa Formu, SRSS-KF ile orta düzeyde pozitif yönde ilişkilidir. Madde toplam korelasyonlarının orta ve güçlü düzeyde, Spearman-Brown iki yarım test korelasyonunun oldukça yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin geneli ($\alpha=.922$), Sporda Öznel İyi Oluş ($\alpha=.833$), Sporda Sosyal İyi Oluş ($\alpha=.840$) ve Sporda Psikolojik İyi Oluş ($\alpha=.857$) alt ölçekleri için Cronbach's alpha iç tutarlık katsayıları oldukça yüksektir. İki hafta aralıklı olarak uygulanan test-tekrar test sonucunda ölçeğin zamana karşı tutarlı olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, Sporda Öznel İyi Oluş, Sporda Psikolojik İyi Oluş, Sporda Sosyal İyi Oluş olmak üzere üç alt boyutlu ve 14 maddeli SRSS-KF geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.

Anahtar Kelimeler: *Ruh sağlığı, Spor, İyi oluş, Ölçek uyarlama*

ABSTRACT

The aim of the present study is to adapt the Sport Mental Health Continuum-Short Form (Sport MHC-SF) into Turkish and to examine its psychometric properties. The research was carried out in three stages: the translation of the scale into Turkish, validity and reliability. As a result of the factor analysis performed with 254 ($M_{age}=21.96$, $SD=4.49$) student-athletes, the goodness of fit indices were appropriate. The Mental Health Continuum Short Form, which was included for the convergent validity study, was moderately positively correlated with Sport MHC-SF. The item-total correlations were moderate and strong, and the Spearman-Brown split-half correlation result was fairly high. Sport MHC-SF ($\alpha=.922$), Sport Subjective Well-Being ($\alpha=.833$), Sport Social Well Being ($\alpha=.857$), and Sport Psychological Well-Being ($\alpha=.857$) subscales demonstrated fairly high internal consistency. Two-weeks interval test-retest reliability showed that the scale was consistent over time. Consequently, Sport MHC-SF is a valid and reliable measurement tool, consisting of three subscales, Sport Subjective Well-Being, Sport Psychological Well-Being, and Sport Social Well-Being, and 14 items.

Keywords: *Mental health, Sport, Well-being, Scale adaptation*

GİRİŞ

Ruh sağlığı, kişilerin yeteneklerini fark edebildiği, hayatın olağan stresiyle baş edebildiği, üretken ve verimli şekilde çalışabildiği bununla birlikte içinde bulunduğu topluma katkı sağlayabildiği bir iyi oluş halidir (Dünya Sağlık Örgütü, 2004). Bu doğrultuda ruh sağlığı, öznel iyi oluş (Steptoe ve diğ., 2015), psikolojik iyi oluş (Ryff ve Singer, 1996) ve sosyal iyi oluş bağlamında değerlendirilmektedir (Keyes, 1998). Öznel iyi oluş, yaşam doyumunu ve hedonik iyi oluşu (mutluluk ve haz) temsil eder (Ryan ve Deci, 2001). Psikolojik iyi oluş ise, anlamlı hedefler peşinde koşmak, bir insan olarak büyümek ve gelişmek, başkalarıyla kaliteli bağlar kurmak gibi yaşamın varoluşsal zorluklarıyla meşgul olma algısıdır (Keyes ve diğ., 2002). Bunun yanı sıra sosyal iyi oluş, bireyin toplumla bütünleşmesine, diğer insanları kabul etmesine, topluma ve sosyal olaylara uyumuna, topluma katkı duygusuna, toplumun potansiyeline ve büyümesine ilişkin algısıdır (Keyes ve Shapiro, 2019). Öznel iyi oluş tek boyutlu olarak, psikolojik ve sosyal iyi oluş çok boyutlu olarak değerlendirilmektedir (Foster ve Chow, 2019). Psikolojik iyi oluş kendini kabul, diğerleriyle olumlu ilişkiler, özerklik, çevresel hakimiyet, yaşam amacı ve kişisel gelişimi içermektedir (Ryff, 1989). Sosyal iyi oluş ise sosyal bütünleşme, sosyal katkı, sosyal uyum, sosyal gerçekleştirim ve sosyal kabul bileşenlerinden oluşmaktadır (Keyes, 1998).

Bahsi geçen iyi oluş tanımlamaları günlük hayatla ilişkiliyken, sporcular için iyi oluşun spor bağlamında değerlendirilmesi önemlidir. Sporcu öznel iyi oluşu, spordaki duygulanım ve sporla ilişkili doyum bağlamında değerlendirilmektedir. Sporcu psikolojik iyi oluşu; bir sporcu olarak kendini kabul etmek, takım arkadaşları ve antrenörle olan olumlu ilişkiler, sporda özerklik, spor çevresine hakimiyet, spordaki amaç ve bir sporcu olarak kişisel gelişimi içermektedir. Sporcu sosyal iyi oluşu ise sporda sosyal kabul, spor aracılığı ile sosyal gerçekleştirim, spora sosyal katkı, sporda sosyal uyum ve sporda sosyal bütünleşmeyi kapsamaktadır (Lundqvist, 2011).

Sporda iyi oluş ile pek çok psikolojik yapı arasındaki bağlantı incelenmiştir. Örneğin, psikolojik iyi oluşu yüksek olan sporcularda algılanan stresin daha düşük (Malinauskas ve Malinauskiene, 2018), motivasyonunun, algılanan özerklik desteğinin ve ihtiyaç doyumunun ise daha yüksek olduğu raporlanmıştır (Stenling ve diğ., 2015). Ayrıca, sporcu psikolojik iyi oluşunu inceleyen bir araştırmada (Houltberg ve diğ., 2018) performansa dayalı öyküsel kimlikli sporcuların (yüksek mükemmeliyetçilik, başarısızlık korkusu ve koşullu öz değer) en yüksek psikolojik bozulma sergileyen profil olduğu, hedef temelli öyküsel kimlikli sporcuların (yüksek hedef, küresel öz-değer, spordan sonra kendine ilişkin olumlu görüş) ise en yüksek psikolojik iyi oluşa sahip profil olduğu görülmüştür. Karma tip sporcu profili ise performansa dayalı öyküsel kimlikli sporculara nazaran daha yüksek psikolojik iyi oluşa sahip olsalar da hedef temelli öyküsel kimlikli sporculara göre daha iyi bir sonuç elde edememişlerdir.

İyi oluşu ölçmek amacıyla geçerlik ve güvenilirliği yapılarak Türkçeye uyarlanmış Ruh Sağlığı Sürekliliği Kısa Formu (Demirci ve Akın, 2015), Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği (Keldal, 2015), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Telef, 2013), Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri (Akın, 2008) ve Kişisel İyi Oluş İndeksi Yetişkin Formu (Meral, 2014) bulunsun da bahsi geçen ölçme araçlarının özellikle sporcu örnekleminde geliştirilmediği görülmektedir. Bu noktadan hareketle, orijinali Keyes ve arkadaşlarına ait olan (2008) Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu, Foster ve Chow (2019) tarafından spor ortamına uyarlanmıştır. 2021 yılında yetişkin İtalyan sporcular için uyarlaması Bertollo ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada ise, Foster ve Chow (2019) tarafından geliştirilmiş olan SRSS-KF'nin psikometrik özellikleri incelenerek Türkçeye uyarlanması amaçlanmıştır.

METHODS

Araştırma Grubu: Tüm çalışma grupları için sporcu olmayan öğrenciler çalışmaya dahil edilmemiş, katılımcıların hepsi sporcu olduğunu beyan etmişlerdir. Faktör analizinde 200 katılımcının orta 300 katılımcının ise iyi olduğu görüşü (Comrey ve Lee, 1992, s. 217) temel alınarak katılımcı sayısı belirlenmiştir. Bu doğrultuda Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) amacıyla Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 254 bireysel ve takım sporcusu ($M_{yaş}=21.96$, $SS=4.49$) çalışmaya dahil edilmiştir. Sporcuların %58.7'si kadın %41.3'ü ise erkektir. Lisans yılı ortalamaları ise 8.28'dir ($SS=4.74$).

Benzer ölçek geçerliği çalışması için farklı bir örneklem grubu çalışmaya dahil edilmiştir. Katılımcı sayısını belirlemek amacıyla güç analizi yapılmıştır. %95 güç ($\alpha=.01$, çift yönlü) ve orta etki büyüklüğü $r=.30$ (Cohen, 1988, s. 80) ile Correlation: Bivariate Normal Modelde G*Power 3.1, 189 katılımcının çalışmaya dahil edilmesini önerir. Bu doğrultuda, Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 189 bireysel ve takım sporcusu çalışmaya dahil edilmiştir. Sporcuların %59.8'i kadın, %40.2'si erkek, yaş ortalamaları 21.80 ($SS=4.16$), lisans yılı ortalaması ise 8.38'dir ($SS=4.52$).

Test tekrar test güvenilirliğini sağlamak amacıyla yine Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören bireysel ve takım sporcusu öğrenciler katılımcı olarak belirlenmiştir. En düşük kabul edilebilir sınıf içi korelasyon katsayısı (ICC)=.7, beklenen ICC=.9, %80 güç ($\alpha=.05$, tek yönlü) ve %15'lik çalışmayı bırakma oranı hesaplanarak 22 sporcu öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Sporcuların yaş ortalaması 22.22 ($SS=5.23$), %63.6'sı kadın %36.4'ü erkek, lisans yılı ortalamaları ise 7.59'dur ($SS=4.82$).

Veri Toplama Araçları: Araştırmada katılımcıların demografik özelliklerini içeren kişisel bilgi formu, Sporcu Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu (SRSS-KF) ve Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu (RSS-KF) kullanılmıştır.

Sporcu ruh sağlığı sürekliliği-kısa formu (SRSS-KF): SRSS-KF, Keyes ve arkadaşlarına ait (2008) Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu'nun, Foster ve Chow (2019) tarafından spor ortamına uyarlanmasıyla geliştirilmiştir. SRSS-KF, Sporda Öznel İyi Oluş (1-3), Sporda Sosyal İyi Oluş (4-8) ve Sporda Psikolojik İyi Oluş (9-14) olmak üzere 14 madde ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutlara ait Cronbach's alpha katsayıları, Sporda Öznel İyi Oluş alt boyutu için .89, Sporda Sosyal İyi Oluş alt boyutu için .88 ve Sporda Psikolojik İyi Oluş alt boyutu için ise .90 olarak hesaplanmıştır. 6'lı Likert tipindeki ölçekten (0=Hiçbir zaman, 5=Her gün), tersten kodlanana madde bulunmamakta ve alınacak toplam puan 0-70 arasında değişmektedir. Bununla birlikte SRSS-KF'nin üç alt boyutunun yaşam kalitesi, sosyal işlev, duygusal rol işlevi, ruh sağlığı ve zindelik ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Foster ve Chow, 2019).

Ruh sağlığı sürekliliği-kısa formu (RSS-KF): Orijinali Keyes ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilmiş Türkçeye uyarlanması ise Demirci ve Akın (2015) tarafından yapılmış ölçek 14 madde ve Duygusal, Sosyal, Psikolojik İyi Olma olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. 6'lı Likert tipindeki ölçekten (0=Hiçbir zaman, 5=Her gün) alınacak puan 0-70 arasında değişmektedir. Tersten kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçeğin Cronbach's alpha iç tutarlılık kat sayıları; Duygusal İyi Olma=.84, Sosyal İyi Olma=.78, Psikolojik İyi Olma=.85 ve ölçeğin tamamı için .90 olarak hesaplanmıştır. RSS-KF ile psikolojik iyi olma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu bulgulamışlardır ($r=.634$, $p<.01$) (Demirci ve Akın, 2015).

Verilerin Toplanması: Araştırmada kullanılan tüm veriler Google Formlar aracılığı ile toplanmıştır. Araştırma, katılımcılardan onayları alınarak gerçekleştirilmiştir ve etik onayı Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu tarafından verilmiştir.

Verilerin Analizi: Verilerin analizinde SPSS (Versiyon 25) ve SPSS Amos (Versiyon 24) programları kullanılmıştır. Yapı geçerliğini test etmek amacıyla Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılmış ve 14 madde için iki farklı model (tek faktörlü ve üç faktörlü) test edilmiştir (Tablo 1). Ölçeğin iç tutarlığına kanıt sağlamak amacıyla; madde toplam korelasyonu, iki yarım test güvenirliği, Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı ve test-tekrar test sonuçları incelenmiştir.

Ölçeğin Türkçe'ye Çevrilmesi: SRSS-KF'nin Türkçeye uyarlama izni elektronik posta yoluyla orijinal formun yazarlarından (Foster ve Chow, 2019) alınmıştır. İngilizce form öncelikle beş ayrı dil uzmanı tarafından Türkçeye çevrilmiş ve araştırmacı tarafından çeviriler incelenerek tek bir Türkçe form oluşturulmuştur. Ardından, Türkçe form üç farklı dil uzmanı tarafından İngilizce'ye çevrilmiştir. Araştırmacı tarafından çeviriler incelenmiş ve tek bir İngilizce form oluşturularak orijinal ölçekle karşılaştırılmıştır. Gerekli görülen düzeltmeler yapıldıktan sonra spor bilimleri alanından üç ayrı uzman Türkçe ve İngilizce formu aynı anda değerlendirmişlerdir. Yapılan yüz yüze görüşmeler sonucunda gerekli düzeltmeler yapılmış ve taslak nihai Türkçe forma ulaşılmıştır.

Görünüş geçerliği: Görünüş geçerliğindeki temel amaç, ölçme aracında yer alan maddelerin ölçülmeye çalışılan özelliği yansıtmayı yansıtmadığını sınamaktır (Hardesty ve Bearden, 2004). Bu bir uzman görüşü aracılığı ile olabileceği gibi katılımcı görüşüne dayalı olarak da yapılabilir (Allen ve Yen, 2001, s. 96). Görünüş geçerliği kapsamında katılımcı görüşlerinin daha gerçekçi olduğu düşünüldüğünden (Lyons-Thomas, 2014) sesli düşünme tekniği (Fonteyn ve diğ., 1993) protokolü katılımcılara uygulanmıştır. Bu doğrultuda, Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 24 sporcu ile görüşmeler yapılmıştır. Sporcular, ölçek maddelerinden yaptıkları çıkarımları ifade etmişler ve daha iyi anlaşılabilirliğe ilişkin önerilerde bulunmuşlardır. Sporculardan gelen geri bildirimler neticesinde ölçek maddelerinde bazı küçük değişiklikler yapılarak maddelerden benzer çıkarımlar yapılması hedeflenmiştir.

Yapı geçerliği: Yapı geçerliği amacıyla kullanılan DFA uyum iyiliği indeks aralıkları şu şekilde değerlendirilmiştir; $0 \leq \chi^2/df \leq 2$ iyi uyum, $2 < \chi^2/df \leq 3$ kabul edilebilir uyum, $0 \leq SRMR \leq .05$ iyi uyum, $.05 < SRMR \leq .10$ kabul edilebilir uyum, $0 \leq RMSEA \leq .05$ iyi uyum, $.05 < RMSEA \leq .08$ kabul edilebilir uyum, $.95 \leq NFI \leq 1.00$ iyi uyum, $.90 \leq NFI < .95$ kabul edilebilir uyum, $90 \leq AGFI \leq 1.00$ iyi uyum, $.85 \leq AGFI < .90$ kabul edilebilir uyum (Schermele-Engel ve diğ., 2003), $.95 \leq CFI \leq 1.00$ iyi uyum, $90 \leq CFI < .95$ kabul edilebilir uyum (Hu ve Bentler, 1999; McDonald ve Ho, 2002).

Güvenirlilik: Güvenirlilik kapsamında değerlendirilen korelasyon aralıkları şu şekilde belirlenmiştir; .10-.39 zayıf korelasyon, .40-.69 orta korelasyon, .70-.89 güçlü korelasyon ve .90-1 çok güçlü korelasyon (Schober, Boer ve Schwarte, 2018). Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısının .76-.95 arasında olması ölçeğin oldukça güvenilir olduğuna işaret ettiğinden dolayı (Taber, 2018) bu aralık güvenirlik aralığı olarak belirlenmiştir. İki yarım test güvenirliği, Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı ile benzer şekilde yorumlanarak .70'in üzerinde olması beklenmektedir (Allen, 2017, s.1421). Bununla birlikte, test tekrar test güvenirliği amacıyla kullanılan sınıf içi korelasyon (ICC) değerlerinde ise .5'ten küçük ICC zayıf güvenirliği, .5 ve .75 arasındaki ICC orta güvenirliği, .75 ve .9 arasındaki ICC iyi güvenirliği, .9'dan büyük ICC ise mükemmel güvenirliği temsil etmektedir (Koo ve Li, 2016).

BULGULAR

Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Bulgular: Tek faktörlü modelin (Model 1: SRSS-KF) sonucunda $\chi^2/df=5.104$ olarak bulgulanmıştır. SRMR=.067 uyum iyiliği indeksi dışında diğer uyum iyiliği indekslerinin yetersiz olduğu görülmüştür (RMSEA=.127, CFI=.838, AGFI=.728, NFI=.807) Orijinal ölçek formuyla aynı şekilde üç faktörlü modelde ise (Model 2: Sporda Öznel İyi Oluş, Sporda Sosyal İyi Oluş, Sporda Psikolojik İyi Oluş) bütün uyum iyiliği indeksleri

iyi uyum ya da kabul edilebilir aralıktadır ($\chi^2/df=2.764$, SRMR=.055, RMSEA=.083, CFI=.936, AGFI=.850, NFI=.904). Bu sebeple tek faktörlü Model 1 reddedilirken üç faktörlü Model 2 kabul edilmiştir.

Tablo 1

Ölçeğe Ait Uyum İyiliği Değerleri

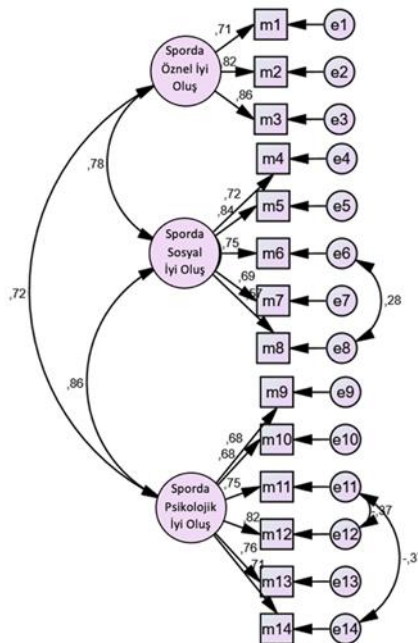
	Uyum Ölçümleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	SRSS-KF	Uyum
MODEL 1 (Tek Faktör)	χ^2/df 393,219/77	$0 \leq \chi^2/df \leq 2$	$2 < \chi^2/df \leq 3$	5.104	Yetersiz
	SRMR	$0 \leq SRMR \leq .05$	$.05 < SRMR \leq .10$.067	Kabul edilebilir
	RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq .05$	$.05 < RMSEA \leq .08$.127	Yetersiz
	CFI	$.95 \leq CFI \leq 1.00$	$.90 \leq CFI < .95$.838	Yetersiz
	AGFI	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$.85 \leq AGFI < .90$.728	Yetersiz
	NFI	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	$.90 \leq NFI < .95$.807	Yetersiz
MODEL 2 (Üç Faktör)	χ^2/df 196,218/71	$0 \leq \chi^2/df \leq 2$	$2 < \chi^2/df \leq 3$	2.764	İyi uyum
	SRMR	$0 \leq SRMR \leq .05$	$.05 < SRMR \leq .10$.055	İyi uyum
	RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq .05$	$.05 < RMSEA \leq .08$.083	Kabul edilebilir
	CFI	$.95 \leq CFI \leq 1.00$	$.90 \leq CFI < .95$.936	Kabul edilebilir
	AGFI	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$.85 \leq AGFI < .90$.850	Kabul edilebilir
	NFI	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	$.90 \leq NFI < .95$.904	Kabul edilebilir

χ^2/df =Ki kare/Serbestlik derecesi, SRMR= Standartlaştırılmış Ortalama Hataların Karekökü, RMSEA=Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü, CFI=Karşılaştırmalı Uyum İndeksi, AGFI=Düzeltilmiş Uyum İndeksi, NFI=Normlaştırılmış Uyum İndeksi, SRSS-KF=Sporcu Ruh Sağlığı Sürekliliği Kısa Formu

Üç faktörlü modele ait doğrulayıcı faktör analizi path diyagramında (Şekil 1) standardize madde faktör yük değerleri 57-.86 arasındadır. Model uyum iyiliği değerlerini yakalamak amacıyla, ölçeğin kuramsal çerçevesi de dikkate alınarak üç farklı kovaryans çizilmiştir (6-8, 11-12 ve 11-14).

Şekil 1

SRSS-KF'ye Ait DFA Path Diyagramı



Benzer Ölçek Geçerliliğine Ait Bulgular: SRSS-KF ve RSS-KF ölçekleri arasında .671 düzeyinde bir ilişki vardır. SRSS-KF öznel iyi oluş alt ölçeği ile RSS-KF duygusal iyi oluş alt ölçeği arasında .539 düzeyinde, SRSS-KF sosyal iyi oluş alt ölçeği ile RSS-KF sosyal iyi oluş alt ölçeği arasında .631 düzeyinde, SRSS-KF psikolojik iyi oluş alt ölçeği ile RSS-KF psikolojik iyi oluş alt ölçeği arasında .633 düzeyinde ilişki olduğu görülmüştür (Tablo 2). Tüm ilişkiler $p < .01$ düzeyinde anlamlılık göstermiştir.

Tablo 2

Sporcu Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Form'u ile Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Form'u Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Tablosu

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8
1. SRSS-KF ÖİÖ	1							
2. SRSS-KF SİO	.765**	1						
3. SRSS-KF PİO	.702**	.813**	1					
4. SRSS-KF Genel	.857**	.951**	.932**	1				
5. RSS-KF DİO	.539**	.497**	.462**	.533**	1			
6. RSS-KF SİO	.532**	.631**	.626**	.626**	.757**	1		
7. RSS-KF PİO	.538**	.564**	.633**	.633**	.677**	.717**	1	
8. RSS-KF Genel	.593**	.637**	.671**	.671**	.869**	.934**	.892**	1

** $p < .01$, SRSS-KF ÖİÖ=Sporcu Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu Öznel İyi Oluş, SRSS-KF SİO= Sporcu Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu Sosyal İyi Oluş, SRSS-KF PİO= Sporcu Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu Psikolojik İyi Oluş, RSS-KF DİO=Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu Duygusal İyi Oluş, RSS-KF SİO= Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu Sosyal İyi Oluş, RSS-KF PİO= Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu Psikolojik İyi Oluş

Güvenirliliğe Ait Bulgular: Madde toplam korelasyonları .568-.766 arasında (Tablo 3) ve Spearman-Brown iki yarım test korelasyonu ise .866'dır. Ölçeğin geneli için Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı .922, Sporda Öznel İyi Oluş alt ölçeği için $\alpha = .833$, Sporda Sosyal İyi Oluş alt ölçeği için $\alpha = .840$ ve Sporda Psikolojik İyi Oluş alt ölçeği için $\alpha = .857$ olarak hesaplanmıştır.

Tablo 3

SRSS-KF'nin Madde Toplam Korelasyon Değerleri

Maddeler	Madde Toplam Korelasyonu
1. Mutlu hissettim.	.589
2. Bu spora karşı ilgili olduğumu hissettim.	.657
3. Memnun hissettim.	.688
4. Takımına veya içinde bulunduğum spor camiasına katkıda bulunacak bir şeyler yaptığımı hissettim.	.638
5. Takımına veya içinde bulunduğum spor camiasına ait olduğumu hissettim.	.766
6. Takımımın veya içinde bulunduğum spor camiasının tüm katılımcılar için iyi bir ortam olduğunu hissettim.	.712
7. Spor ortamımdaki kişilerin esasında iyi olduklarımı hissettim.	.655
8. Yaptığım sporun mantıklı şekilde organize edildiğini hissettim.	.568
9. Sporcu kişiliğimin birçok yönünü sevdiğimi hissettim.	.637
10. Yaptığım sporun gündelik sorumluluklarımı yerine getirmede başarılı olduğumu hissettim.	.587
11. Spor ortamımdaki diğer insanlarla samimi ve güvene dayalı bir ilişkim olduğunu hissettim.	.693
12. Spor deneyimlerimin beni gelişmeye ve daha iyi bir insan olmaya teşvik ettiğini hissettim.	.685
13. Fikir ve görüşlerimi düşünmede ya da spor ortamımdaki diğer insanlara ifade etmede kendime güvendiğimi hissettim.	.705
14. Yaptığım sporda bir yön ve amacım olduğunu hissettim.	.623

n=254, $p < .001$

Test Tekrar Test Güvenirliğine Ait Bulgular: İki hafta arayla yanıtlanan SRSS-KF'ye ait iki yönlü karma model ve mutlak uyum tanımı kullanılarak elde edilen sınıf içi korelasyon katsayıları şu şekildedir; SRSS-KF geneli için $ICC=.945$ ($F(21,22)=18,088$, $p<.001$; %95 güven aralığı=.869-.977), Sporda Öznel İyi Oluş alt ölçeğine $ICC=.848$ ($F(21,22)=6,566$, $p<.001$; %95 güven aralığı=.639-.936), Sporda Sosyal İyi Oluş alt ölçeğine ait $ICC=.950$ ($F(21,22)=20,017$, $p<.001$; %95 güven aralığı=.881-.979), Sporda Psikolojik İyi Oluş ölçeğine ait $ICC=.917$ ($F(21,22)=12,107$, $p<.001$; %95 güven aralığı=.804-.965).

TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı, Foster ve Chow (2019) tarafından geliştirilmiş olan Sporcu Ruh Sağlığı Sürekliliği-Kısa Formu'nu Türkçeye uyarlamak ve psikometrik özelliklerini incelemektir.

DFA, tek faktörlü Model 1 (SRSS-KF) ve üç faktörlü Model 2 (Sporda Öznel İyi Oluş, Sporda Sosyal İyi Oluş, Sporda Psikolojik İyi Oluş) ile test edilmiştir. Model 1'e ait uyum iyiliği indekslerinin büyük çoğunluğu uygun aralıkta bulunmadığından reddedilmiştir (Hu ve Bentler, 1999; McDonald ve Ho, 2002; Schermelleh-Engel ve diğ., 2003). Üç faktörlü Model 2'ye ait uyum iyiliği indekslerinin kabul edilebilir ya da iyi uyum aralığında olduğu görülmüştür (Hu ve Bentler, 1999; McDonald ve Ho, 2002; Schermelleh-Engel ve diğ., 2003). Benzer şekilde, orijinal ölçekte de üç faktörlü modelin yeterli uyum iyiliği indekslerine sahip olduğu belirtilmiştir (Foster ve Chow, 2019). Ölçeğin İtalyan sporcular için uyarlanmış versiyonunda da uyum iyiliği indeksleri çok iyi olarak raporlanmıştır (Bertollo ve diğ., 2021). SRSS-KF'ye ait madde faktör yüklerinin .32'nin üzerinde olduğu görülmüştür (.57-.86). Nitekim, maddelere ait faktör yükünün .32 ve üstünde olmasının uygun olduğu düşünülmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007, s. 646). Ölçeğin orijinal formunda da faktör yük değerlerinin .32'nin üzerinde olduğu raporlanmıştır (.693-.870) (Foster ve Chow, 2019).

Benzer ölçek geçerliği çalışmasına, orijinal ölçekte de kullanılan (Foster ve Chow, 2019) RSS-KF dahil edilmiştir. SRSS-KF ve RSS-KF, sporda öznel iyi oluş ve genel duygusal iyi oluş, sporda sosyal iyi oluş ve genel sosyal iyi oluş, sporda psikolojik iyi oluş ve genel psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiler orta düzeyde olarak yorumlanabilir (Schober ve diğ., 2018). Orijinal ölçekte de benzer şekilde SRSS-KF ile RSS-KF'nin eşleşen alt boyutlarının (öznel iyi oluş, sosyal iyi oluş ve psikolojik iyi oluş) pozitif yönde orta düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür (Foster ve Chow, 2019). Bu sonuç, SRSS-KF'nin RSS-KF'de olduğu gibi ruh sağlığı sürekliliğini ölçmeye hizmet ettiğine işaret etmektedir. Madde toplam korelasyonları (.568-.766) orta ve güçlü düzeyde olarak yorumlanabilir (Schober ve diğ., 2018). Madde toplam korelasyonunun .30 ve üzerinde, pozitif yönde ve yüksek düzeyde olması maddelerin benzer davranışları ölçtüğüne işaret etmektedir (Büyüköztürk, 2020, s.183). Spearman-Brown iki yarım test korelasyonu sonucunun (.866) oldukça yüksek olduğu söylenebilir (Allen, 2017, s.1421; Taber, 2018). Hem ölçeğin geneli hem de alt boyutlarına ait Cronbach's alpha iç tutarlık katsayıları (.833-.922 arasında) oldukça yüksek olarak yorumlanabilir (Taber, 2018). Benzer şekilde, hem ölçeğin orijinalinde (.88-90 arasında) (Foster ve Chow, 2019), hem de İtalyan sporculara uyarlandığı çalışmada (.85-.93 arasında) (Bertollo ve diğ., 2021) alt boyutların ve ölçeğin genelinin iç tutarlık kat sayıları oldukça yüksek olarak raporlanmıştır. İki hafta aralıklı olarak uygulanan test-tekrar test sonucunda SRSS-KF'nin genelinin, Sporda Sosyal İyi Oluş alt ölçeğinin ve Sporda Psikolojik İyi Oluş alt ölçeğinin sınıf içi korelasyon katsayıları mükemmel, Sporda Öznel İyi Oluş alt ölçeğinin sınıf içi korelasyon katsayısı ise iyi olarak yorumlanabilir (Koo ve Li, 2016). Bu sonuç da ölçeğin zamana karşı tutarlığına destek sağlayarak güvenilirliğini artırmaktadır.

Tüm bu bulgularla birlikte, bu araştırma bazı sınırlılıklara sahiptir. Öncelikle, veriler çevrimiçi platformda ve COVID-19 pandemi döneminde toplanmıştır. Pandemi döneminin katılımcıların ruh sağlığı sürekliliğini etkilemiş olması muhtemeldir. Amaçlı örnekleme yöntemi kullanılarak ulaşılan araştırma grubunu sadece Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri

Fakültesindeki sporcu öğrencilerin oluşturması da diğer bir sınırlılık olarak değerlendirilebilir. Faktör analizi ve benzer ölçek geçerliğine dahil edilen kadın ve erkek sporcu oranı nispeten daha dengeli olsa da test tekrar test güvenirliğine dahil edilen kadın sporcuların erkek sporculardan daha fazla olması araştırmanın bir başka sınırlılığıdır. İleriki araştırmalarda niversite ğrencisi olmayan erişkin sporcuların çalışmaya rastgele örnekleme yöntemiyle ve yüz yüze dahil edilmesi sonuçların genellenebilirliğine katkı sağlayacaktır.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Sonuç olarak, 14 madde ve üç alt boyuttan oluşan SRSS-KF'nin geçerli ve güvenilir bir lme aracı olduğu görülmüştür. Ortalama puan ile hesaplanan 6'lı Likert tipindeki SRSS-KF'de (0=Hibir zaman, 5=Her gün) tersten kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 70'tir. Artan puanlar, sporcularda öznel, psikolojik ve sosyal iyi oluşun (ruh sağlığı sürekliliği) arttığına işaret etmektedir. Ölçeğin yanıtlama sresinin kısa olması önemli bir avantaj olarak değerlendirilebilir. Ölçek, sporcu ruh sağlığı sürekliliği konusunda araştırma yapmak isteyen araştırmacılar için önemli bir boşluğu dolduracaktır. Bununla birlikte spor psikologlarının, sporcuların iyi oluşları konusunda fikir edinebilmeleri için yardımcı bir araç olabilir. Sporculara sezon öncesinde, sezonda ya da sezon sonrasında ölçeğin uygulanması spora katılım ile iyi oluş arasındaki bağlantının anlaşılabilmesi açısından önemli olabilir.

Yazar Katkısı (Author contributions):

- 1. Emre Ozan TİNGAZ:** Fikir, Literatür Taraması, Veri Toplama, İstatistik, Yazım

Etik Kurul İzni ile İlgili Bilgiler

Kurul Adı: Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu

Tarih: 20.04.2021

Sayı No: 2021-590

KAYNAKÇA

1. **Akan, A. (2008).** The scales of psychological well-being: a study of validity and reliability. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 8(3), 741-750. <https://eric.ed.gov/?id=EJ837765>
2. **Allen, M. (Ed.). (2017).** *The SAGE encyclopedia of communication research methods*. SAGE Publications. <http://dx.doi.org/10.4135/9781483381411>
3. **Allen, M. J., ve Yen, W. M. (2001).** *Introduction to measurement theory*. Waveland Press.
4. **Bertollo, M., Forzini, F., Biondi, S., Di Liborio, M., Vaccaro, M. G., Georgiadis, E., ve Conti, C. (2021).** How does a sport psychological intervention help professional cyclists to cope with their mental health during the COVID-19 lockdown?. *Frontiers in Psychology*, 12, 699. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.607152>
5. **Büyükköztürk, Ş. (2020).** *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem.
6. **Cohen, J. (1988).** *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
7. **Comrey, A. L. ve Lee, H. B. (1992).** *A first course in factor analysis*. 2. bs. Lawrence Erlbaum Associates.
8. **Demirci, I., ve Akan, A. (2015).** Ruh Sağlığı Sürekliliği Kısa Formu'nun geçerliği ve güvenilirliği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 48(1), 49-64.
9. **Dünya Sağlık Örgütü. (2004).** *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: summary report*. https://www.who.int/mental_health/evidence/en/promoting_mhh.pdf
10. **Fonteyn, M. E., Kuipers, B. ve Grobe, S. J. (1993).** A description of think aloud method and protocol analysis. *Qualitative Health Research*, 3(4), 430-441. <https://doi.org/10.1177/104973239300300403>
11. **Foster, B. J., ve Chow, G. M. (2019).** Development of the Sport Mental Health Continuum—Short Form (Sport MHC-SF). *Journal of Clinical Sport Psychology*, 13(4), 593-608. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2017-0057>
12. **Hardesty, D. M. ve Bearden, W. O. (2004).** The use of expert judges in scale development: Implications for improving face validity of measures of unobservable constructs. *Journal of Business Research*, 57(2), 98-107. [https://doi.org/10.1016/S0148-2963\(01\)00295-8](https://doi.org/10.1016/S0148-2963(01)00295-8)
13. **Houlberg, B. J., Wang, K. T., Qi, W., ve Nelson, C. S. (2018).** Self-narrative profiles of elite athletes and comparisons on psychological well-being. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 89(3), 354-360. <https://doi.org/10.1080/02701367.2018.1481919>
14. **Hu, L. T., ve Bentler, P. M. (1999).** Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
15. **Keldal, G. (2015).** Warwick-Edinburgh mental iyi oluş ölçeği'nin Türkçe formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness ve Well-Being*, 3(1), 103-115.
16. **Keyes, C. L. M. (1998).** Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 121-140.
17. **Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., ve Ryff, C. D. (2002).** Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
18. **Keyes, C. L., ve Shapiro, A. D. (2019).** *Chapter Twelve. Social Well-Being in the United States: A Descriptive Epidemiology* (pp. 350-372). University of Chicago Press.
19. **Keyes, C. L., Wissing, M., Potgieter, J. P., Temane, M., Kruger, A., ve Van Rooy, S. (2008).** Evaluation of the mental health continuum—short form (MHC-SF) in setswana-speaking South Africans. *Clinical Psychology ve Psychotherapy*, 15(3), 181-192. <https://doi.org/10.1002/cpp.572>
20. **Koo, T. K., ve Li, M. Y. (2016).** A guideline of selecting and reporting intraclass correlation coefficients for reliability research. *Journal of Chiropractic Medicine*, 15(2), 155-163. <https://doi.org/10.1016/j.jcm.2016.02.012>
21. **Lundqvist, C. (2011).** Well-being in competitive sports—The feel-good factor? A review of conceptual considerations of well-being. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 109-127. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2011.584067>
22. **Lyons-Thomas, J. (2014).** *Using think aloud protocols in the validity investigation of an assessment of complex thinking* [Doktora tezi, British Columbia Üniversitesi].
23. **Malinauskas, D. R., ve Malinauskiene, V. (2018).** The mediation effect of perceived social support and perceived stress on the relationship between emotional intelligence and psychological wellbeing in male athletes. *Journal of Human Kinetics*, 65, 291. doi: 10.2478/hukin-2018-0017
24. **McDonald, R. P., ve Ho, M. H. R. (2002).** Principles and practice in reporting structural equation analyses. *Psychological Methods*, 7(1), 64. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.1.64>
25. **Meral, B. F. (2014).** Kişisel iyi oluş indeksi-yetişkin Türkçe formunun psikometrik özellikleri. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 2(2), 119-131.

26. **Ryan, R. M., ve Deci, E. L. (2001).** On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. 10.1146/annurev.psych.52.1.141
27. **Ryff, C. D. (1989).** Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069.
28. **Ryff, C. D., ve Singer, B. (1996).** Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65(1), 14-23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
29. **Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H. ve Müller, H. (2003).** Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74. Erişim adresi: <http://www.mpr-online.de/>
30. **Schober, P., Boer, C., ve Schwarte, L. A. (2018).** Correlation coefficients: appropriate use and interpretation. *Anesthesia ve Analgesia*, 126(5), 1763-1768. Doi: 10.1213/ANE.0000000000002864
31. **Stenling, A., Lindwall, M., ve Hassmén, P. (2015).** Changes in perceived autonomy support, need satisfaction, motivation, and well-being in young elite athletes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(1), 50. <http://dx.doi.org/10.1037/spy0000027>
32. **Steptoe, A., Deaton, A., ve Stone, A. A. (2015).** Subjective wellbeing, health, and ageing. *The Lancet*, 385(9968), 640-648. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)61489-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)61489-0)
33. **Tabachnick, B.G., ve Fidell, L.S. (2007).** *Using multivariate statistics* (5th ed.). Pearson Education.
34. **Taber, K. S. (2018).** The use of Cronbach's alpha when developing and reporting research instruments in science education. *Research in Science Education*, 48(6): 1273-1296. <https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2>
35. **Telef, B. B. (2013).** Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3), 374-384. <https://dergipark.org.tr/en/pub/hunefd/issue/7791/101929>