



IV. BİLSEL ULUSLARARASI
DÜNYA BİLİM VE ARAŞTIRMA
KONGRESİ
KONGRE KİTABI

22-23 HAZİRAN 2024



İSTANBUL

astana
yayınları

<https://bilselkongreleri.com>



4. BİLSEL INTERNATIONAL WORLD SCIENTIFIC AND RESEARCH CONGRESS, 22-23 June 2024 İSTANBUL/TÜRKİYE

CONGRESS ID
CONGRESS TITLE

4. BİLSEL INTERNATIONAL WORLD SCIENCE AND RESEARCH CONGRESS

DATE and PLACE

22-23 June, 2024

İSTANBUL/TÜRKİYE

GENERAL COORDINATOR

Dr. Bahar ALTUNOK

EDITOR

Dr. İlyas ERPAY

ORGANIZING COMMITTEE

Chairman of the Organizing Committee

Dr. İlyas ERPAY

University Academician Representative

Prof. Dr. Aitkul MAKHAYEVA/Abai Kazakh National Pedagogical University

Doç. Dr. Adem DOĞAN/Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi

Doç. Dr. Fatih KOÇYİĞİT/Dicle Üniversitesi

Doç. Dr. Semra AY/Manisa Celal Bayar Üniversitesi

Doç. Dr. Yavuz Selim KAFKASYALI/Kafkas Üniversitesi

Dr. Ayten CANTAŞ BAĞDAŞ/Pamukkale Üniversitesi

Dr. Derya KARATAŞ/Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi-Türkiye

Dr. İbrahim PINARCI/Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi

Dr. Merdin DANİŞMAZ/Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Türkiye

Dr. Şermin KOÇYİĞİT/Dicle Üniversitesi

Members

Prof. Dr. Hassan ZARIOUH

Prof. Manole COJOCARU

Doç. Dr. Abdrasheva Banu

Doç. Dr. Mehmet Veysi BABAYİĞİT

Doç. Dr. Hüseyin BOZ

Doç. Dr. Seyithan CAN

Dr. Adnanı SOUFIANE

Dr. Anitha Rajasekaran

Dr. Džana Rahimić Ramić

Dr. Haneen Vassel

Dr. Madan Lal Regar

Dr. Oljana Hoxhaj

Dr. Sándor Földvári

Dr. Yılmaz Ulvi UZUN

Öğr. Gör. Murat ÇELİK

PARTICIPANTS COUNTRY

Albania/Algeria/Azerbaijan/Belarus/Brazil/Bulgaria/China/Germany/Hungary

India/Indonesia/Iran/Italy/Kosovo/Malaysia/Moldova/Morocco/Nigeria

Pakistan/Romania/Serbia/Slovakia/USA/Vietnam

ORGANIZATION

BİLSEL

<https://bilselkongreleri.com>

All rights of this book belong to ASTANA PUBLICATIONS. Authors are responsible both ethically and juridically

Release Date: 05 JULY 2024

Bu kitabın tüm hakları ASTANA YAYINLARI yayınevine aittir. Kitap ticari bir kar amacı gütmemektedir.

Yayın Tarihi: 05 TEMMUZ 2024

ISBN: 978-625-6501-89-8



SCIENTIFIC COMMITTEE

Prof. Dr. Aitkul MAKHAYEVA
Abai Kazakh National Pedagogical University -
Kazakhstan
Prof. Dr. Arinova Olga
Karaganda Buketov University - Kazakhstan
Prof. Dr. Hassan ZARIOUH
Mohammed I University, Oujda Morocco
Prof. Dr. Isak Froumin
Constructor University Bremen- Germany
Prof. Dr. Kargin Sergali
Karaganda Buketov University -Kazakhstan
Prof. Dr. Kehinde Clement Lawrence
Walter Sisulu University Butterworth Campus -South
Africa
Prof. Manole COJOCARU
Academy of Romanian Scientists
Titu Maiorescu University, Romania
Prof. Dr. Natalia Shchukina
Tiraspol Shevchenko State University-Republic of
Moldova
Prof. Dr. Roza Nurtazina
L.n. Gumilyov Eurasian National University -
Kazakhstan
Prof. Dr. Sadhna Jain
University of Delhi -India
Prof. Dr. Süleyman DÖNMEZ
Akdeniz Üniversitesi-Türkiye
Prof. Dr. Süleyman GEZER
Hitit Üniversitesi-Türkiye
Prof. Dr. Yusuf ÖZKIR
Medipol Üniversitesi -Türkiye
Prof. Dr. Zariouh Hassan
Mohamed I University, Maroc
Doç. Dr. Abdullah ALPEREN
Çanakkale Üniversitesi -Türkiye
Doç. Dr. Abdrasheva Banu
Karaganda Buketov University-Kazakhstan
Doç. Dr. Adem DOĞAN
Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi – Türkiye
Doç. Dr. Ahmet AKTAŞ
Siirt Üniversitesi – Türkiye
Doç. Dr. Akhmedova Feruza Medetovna
National University of Uzbekistan named after Mirzo
Ulugbek – Uzbekistan
Doç. Dr. C. Vijai
Vel Tech Rangarajan Dr. Sagunthala R&D
Institute of Science and Technology, India
Doç. Dr. Dzhamalieva Gaziza
Karaganda Buketov University -Kazakhstan
Doç. Dr. Erdal AYDOĞMUŞ

Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi – Kırgızistan
Doç.Dr. Ergün AKTÜRK
Atatürk Üniversitesi, Türkiye
Doç. Dr. Hab. Elżbieta PATKOWSKA
University of Life Sciences -Poland
Doç. Dr. Hüseyin BOZ
Atatürk Üniversitesi- Türkiye
Doç. Dr. İlyas ERPAY
Siirt Üniversitesi – Türkiye
Doç. Dr. Kanat Bazarbayev
Ahmet Yesevi Üniversitesi- Kazakistan
Doç. Dr. Kendirbekova Zhanar
Karaganda Buketov University -Kazakhstan
Doç. Dr. Mambetalina Aliya Saktaganova
L.N. Gumilyov Eurasian National University -
Kazakhstan
Doç. Dr. Mazhenova Rauan
Karaganda Buketov University -Kazakhstan
Doç. Dr. Mehmet İLKİM
İnönü Üniversitesi-Türkiye
Doç. Dr. Naseem AKHTER
Shaheed Benazir Bhutto Women University, Pakistan
Doç. Dr. Nurlan Baigabylov
L.n. Gumilyov Eurasian National University -
Kazakhstan
Doç. Dr. Nurzyinat Toktorbekova
Osh State University – Kyrgyzstan
Doç. Dr. Ramazan AKKIR
Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi - Türkiye
Doç. Dr. Seyithan CAN
Siirt Üniversitesi – Türkiye
Doç. Dr. Yavuz Selim Kafkasyalı
Kafkas Üniversitesi-Türkiye
Doç. Dr. Yusuf Ziya GÖKÇEK
Marmara Üniversitesi – Türkiye
Dr. Abid HUSSANAN
University of Education-Pakistan
Dr. Adnanı SOUFIANE
University Ibn-Tofaul, Morocco
Dr. Anitha Rajasekaran
Bharathi Women’s College, India
Dr. Bülent ŞEN
Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi – Türkiye
Dr. Džana Rahimić Ramić
University of Sarajevo, Sarajevo
Dr. İlker TÜRKMEN
Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi – Türkiye
Dr. Kadir KÜÇÜKTOPUZLU
Siirt Üniversitesi - Türkiye
Dr. Madan Lal Regar



4. BİLSEL INTERNATIONAL WORLD SCIENTIFIC AND RESEARCH CONGRESS, 22-23 June 2024 İSTANBUL/TÜRKİYE

Institute of Fashion Technology, India
Dr. Muhammad FAISAL
Allama Iqbal Open University-Pakistan
Dr. Oljana Hoxhaj
University Ismail Qemali, Albania

Dr. Sándor Földvári
Debrecen University, Hungary
Dr. Yılmaz Ulvi UZUN
Bitlis Eren Üniversitesi - Türkiye

PSİKOLOJİK AKIŞ ÖLÇEĞİ'NİN TÜRKÇE'YE UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Rabia Uzunköprü
Prof. Dr. Halil Ekşi
Dr. Öğr. Üyesi İbrahim Halil Demir
Rabiauzunkopru65@gmail.com
halileksi@marmara.edu.tr
halildemir@yyu.edu.tr

Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, İstanbul, Türkiye
Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, İstanbul, Türkiye
Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitimde Rehberlik ve Psikolojik Hizmetler, Van, Türkiye

Özet

Bu çalışmanın amacı Norsworthy ve arkadaşları (2023) tarafından geliştirilen Psikolojik Akış Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanarak güvenilirlik ve geçerlilik çalışmasının yapılmasıdır. Araştırmanın çalışma grubunu 18-60 yaşları arasındaki 284 kadın ve 120 erkek toplam 404 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Ölçeğin orijinal İngilizce yapısı, alanında tecrübesi bulunan beş dil uzmanı tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Türkçe formuna kavuşturulan ölçek farklı dil uzmanları vasıtasıyla İngilizce'ye çevrilmiştir. Oluşan form, ölçeğin orijinal yapısı ile karşılaştırılarak İngilizce ve Türkçe formlar, psikolojik danışman ve dil uzmanları tarafından incelenerek nihai haline getirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda 3 alt boyuttan oluşan 9 maddelik ölçeğin faktör yapısının doğrulandığı görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek için Cronbach Alpha katsayısı hesaplanmıştır ve ölçeğin geneli için .89 ve alt boyutları için ise 82 ile .90 arasında olduğu görülmüştür

Anahtar Kelimeler: Akış, Akış Kuramı, Ölçek Uyarlaması

THE ADAPTATION OF THE PSYCHOLOGICAL FLOW SCALE INTO TURKISH: A STUDY OF VALIDITY AND RELIABILITY

Abstract

The aim of this study is to adapt the Psychological Flow Scale developed by Norworthy et al. (2023) into Turkish and to conduct reliability and validity studies. The study group consists of a total of 404 volunteer participants, including 284 women and 120 men aged between 18 and 60. The original English structure of the scale was translated into Turkish by language experts experienced in the field. The translated form was then back translated into English through different language experts. The resulting form was compared with the original structure of the scale, and the English and Turkish forms were finalized through examination by psychological counsellors and language experts. As a result of the analyses, it has been observed that the factor structure of the 9-item scale, consisting of 3 sub-dimensions, has been confirmed. The Cronbach's Alpha coefficient was calculated to determine the internal consistency of the scale, and it was found to be .89 for the overall scale and between .82 and .90 for the sub-dimensions.

Keywords: Flow, Flow Theory, Scale Adaptation

I.GİRİŞ

Akış kavramı ilk defa 1975 yılında Csikszentmihalyi tarafından ortaya atılmıştır. Csikszentmihalyi bir grup atlet, müzisyen ve sanatçının yapmakta oldukları aktivitelerde herhangi bir beklenti içinde bulunmadıkları halde aktiviteyi keyif alarak tekrar tekrar yapıyor olmalarına dair merak duyarak onlarla bireysel görüşmeler yapmıştır. Araştırmacı bu görüşmelerin nihayetinde bu kişilerin yapmakta oldukları eylemler esnasında kendilerini mutlu, başarılı, yaşamlarındaki sorunları unutmuş ve söz konusu etkinlikleri yaparken zamanın nasıl aktığını fark etmez vaziyette son derece yoğun bir konsantre duygu durumu içinde bulduklarını belirlemiştir (Csikszentmihalyi, 2014). Dolayısıyla akış, temel anlamda herhangi bir etkinliği kendi doğası gereği ödüllendirici bulma, ona sonucundan bağımsız odaklanma ve o etkinliğin içinde bulunmaktan, onu yapmaktan keyif alıyor olmak gibi birkaç özelliği barındıran bir duygu durumu olarak ifade edilmek için kullanılmıştır (Csikszentmihalyi, 2014).

Akış, kişinin bir hedefi başarmak için dikkatini en üst ölçüde odakladığı ve yapmış olduğu faaliyet üstünde kendisini bütünüyle kontrol sahibi hissettiği zamanlarda olup biten ve bireyde olumlu duygular yaratan bir durumdur (Csikszentmihalyi, 1990). Akış öznel bir yaşantı olup kişinin bir göreve tam olarak kendini verdiği, dışarıdan gelen tüm uyaranları göz ardı ederek zorlu ama başarılabilir nitelikteki bir aktiviteye tam potansiyeliyle odaklanması durumudur (Csikszentmihalyi, Abuhamdeh & Nakamura, 2005). Bu özellikleri ile akış, kişide pozitif duyguların ortaya çıkmasını sağlayan, kişinin yaşam kalitesinin artmasına olanak sunan ve hayatın olumsuz ve anlamsız algılanabildiği anlarda dahi kişinin yaşama tutunabilmesine imkân sağlayan durumlardan birisi olarak da nitelendirilebilir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Ayrıca akışta hissedilen anlarda kişide belirli bir durum üzerinde kontrol sahibi olan olma, üretken, yaratıcı olma ve yaşam doyumunu arttırma hissi sağlaması yönünden de pozitif psikolojinin öne çıkan kavramlarından (Csikszentmihalyi, 1990).

Birey akış yaşantısı halindeyken herhangi bir dışsal ödül edinimi beklentisi içinde olmaksızın tamamen kendisi için yaptığı eylemin içinde bulunur. Bu yaşantılar ise kişinin boş vakitlerinden ziyade bir işle ya da ilgi duydukları bir aktivite ile meşgul oldukları anda deneyimledikleri bir durum olmaya daha yatkındır (Csikszentmihalyi & LeFevre, 1989). Csikszentmihalyi'nin orijinal olarak önerdiği modelde akış deneyimi dokuz alt boyuttan oluşmaktadır. Akış deneyiminin temel boyutları; etkinlikte zorluk ve beceri dengesi, eylem ve farkındalığın birleşmesi, açık hedefler, anında geri bildirim, göreve odaklanma, kontrol hissi, öz-bilinç kaybı, zamanın dönüşümü, otomatik deneyim şeklinde ifade edilmektedir (Csikszentmihalyi, 1990; 1992; 1997; 2014; Nakamura ve Csikszentmihalyi, 2002). Akış deneyiminin temel boyutları şu şekilde ele alınmaktadır:

Geribildirim: Akışa konu olan aktivitenin bireye uygulama esnasında ne kadar başarılı olduğuna ve ilerleyebildiğine dair geribildirim vermesinin önemine işaret etmektedir. Akış deneyiminin öncül kriterlerinden biri olan geribildirim bireye bir meslektaş ya da süpervizörü tarafından da verilebilmektedir fakat çoğunlukla geri bildirim esas kaynağı aktivitenin kendisidir.

Açıkça Belirlenmiş Hedefler: Bir faaliyet esnasında akış deneyiminin yaşanabilmesi için bireyin başarmak istediği hedefini eylemden önce belirlemiş olması gerekmektedir (Ayazlar, 2015; Özkara ve Özmen, 2016). Csikszentmihalyi'ye (2014) göre bireyin aktivite esnasında içinde bulunduğu bir andan diğerine geçiş yaparken neyi nasıl yapması gerektiğine dair net bir bilgiye sahip olması önemlidir. Bu şekilde birey aktiviteye kendini kaptırabilip aktivite süresince kendi performansını değerlendirebilecektir. Akış yaşanan aktivitelerde kritik nokta aktivitenin sonundaki nihai hedeften ziyade bireyin dikkatini yönlendirmesini sağlayan parçalı küçük hedeflerdir.

Eylem Bilinç Birleşmesi: Bu durum bireyin kendisi ve yapmakta olduğu faaliyet ile tam bütünleşmesi haline işaret etmektedir. Bireyin enerjisini bütünüyle yapmakta olduğu aktiviteye ve içindeki zorluklarla başa çıkmaya yönlendirmiş olup bunun dışında kalan hiçbir durum için enerji ve dikkat harcamaması için kullanılmaktadır. Tüm dikkat aktivite üzerinde olduğundan birey artık yapmakta olduğu aktiviteyi otomatik bir biçimde kendiliğinden yapmaya başlar (Ayazlar, 2015; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Kontrol Duygusu: Bireyin yapmakta olduğu aktivite üzerinde tamamıyla kontrol sahibi olduğu duygusunu yaşamasıdır. Csikszentmihalyi'ye (1999) göre söz konusu kontrol duygusu bireye yapmakta olduğu aktiviteye ilişkin yapmak istediği her şeyi yapabilmiş hissini de yaşatmaktadır.

Konsantrasyon: Akış deneyimi yaşanan aktiviteye tam odaklanma halidir ve bir öncülde ziyade akışın bir parçası olarak düşünülmektedir. Bunun sonucunda birey için yapılan aktivite kendiliğinden ve otomatik hale gelmektedir.

Bireyin Kendine İlişkin Farkındalığının Kaybı: Akışın bu boyutu, kişinin kendisini yaptığı faaliyetin bir parçası olarak görmesini ifade eder. Csikszentmihalyi (1990), bireyin kendine yönelik farkındalığının kaybolmasının öz farkındalık kaybı değil, bireyin kendine harcadığı enerjinin ortadan kalkması anlamına geldiğini vurgulamaktadır. Bu enerji kaybıyla birlikte birey, bedensel ihtiyaçlarını bile fark edemez hale gelir ve açlık veya susuzluk gibi hisleri göz ardı edebilir. Ayrıca, normalde başkalarına nasıl görüldüğünü anlamak için zihinsel enerji harcayan birey akış deneyimi sırasında bu konuda hiç enerji harcamaz. Kısacası, akış deneyimi yaşayan birey, faaliyete o kadar odaklanır ki kendisine ve egosuna dair diğer düşünce ve faaliyetlere önem vermez hale gelir (Jackson & Csikszentmihalyi, 1999).

Zaman Algısındaki Bozulma: Akış deneyiminde bireyin zaman algısında bozulma yaşayarak aktivite esnasında zamanının nasıl geçtiğini anlayamamasını ifade etmektedir. Bu durum akış deneyiminde olan bazı bireylerce zaman durmuş hissini verirken bazılarınca zamanın çok hızlı akmış olmasına dair bir algı uyandırmaktadır.

Ototelik Deneyim: Köken bakımından Yunanca "Auto" ve "Telos" kelimelerinden türeyen bu ifade "amacı kendinde" olarak Türkçe'ye çevrilebilir (Baytar ve Yükselen 2018). Ototelik deneyim bireyin aktivitede bir amaca ulaşmanın yanında eğlenmeyi, haz duymayı ve anın içinde olmayı hissederek yapmakta olduğu etkinliği kendiliğinden ödüllendirici olarak algılamasını ifade eder. Dışarıdan bir tetiklenme ya da motivasyon ihtiyacı duymamayı ifade etmektedir.

Akış deneyimi bugüne kadar pek çok farklı alandaki çalışmalarda kullanılmıştır. Herrando ve diğerlerinin aktardığına göre akış; sanatsal aktivite ve performanslar, spor aktiviteleri, bilgisayar oyunları, çevrimiçi davranışlar, iş ve çalışma

yaşamı, turizm ve eğlence ve e-pazarlama ve e-reklamcılık gibi birbirinden çok farklı alana ve konuya uyarlanmıştır. Öte yandan bu kadar çok farklı disiplin ve alanda incelenmiş olmasına rağmen akışın yapısı, boyutları ve ölçülmesi konusunda henüz tam bir fikir birliği sağlanamamıştır (Herrando, Jiménez-Martínez, & Martín-De Hoyos, 2018). Bu alanlarda yapılan çeşitli çalışmalarda akış deneyiminin ölçümüne yönelik yeni ölçekler geliştirilmeye çalışılmıştır. 40 yılı aşkındır yapılan çok sayıda araştırmada akış deneyiminin bilişsel, motivasyonel ve duygusal yönleri ele alınmakta ve bu deneyimin çok yönlü olduğu ifade edilmektedir (Dalle Fave, 2009). Fakat ülkemizde akış deneyimine yönelik yapılmış sınırlı sayıda çalışma mevcuttur ve sınırlı sayıda ölçek uyarlanmıştır. Uyarlanmış versiyonların ise yeterince açıklayıcı olmadığına dikkat çekilmiştir (Yalçınkaya, 2013).

Literatüre bakıldığında akış bağlamında geçerlik ve güvenilirliği onaylanmış ve Türkçe'ye uyarlanmış ölçekler olarak Jackson ve Ecklund (2002) tarafından geliştirilerek, Aşçı ve arkadaşları (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan Durumluk Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği (Flow State Scale-2) ile ana dili Almanca olan Rheinberg ve diğ. (2003) tarafından geliştirilerek İşgüzel ve Çam (2014) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan Flow Yaşantısı Ölçeği Kısa Formu (Die Flow Kurz Skala) belirgin bir aktivitenin yapılması esnasında veya tamamlandıktan hemen sonra akış seviyesini ölçmeleri açısından belirtilebilir. Magyarodi ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen Akış Yaşantısı Ölçeği'nin Türkçe 'ye uyarlanmış formu ve 2008 yılında Bakker tarafından geliştirilen Flow at Work Scale ölçeğinin Turan ve Pala tarafından Çalışmada Akış Deneyimi Ölçeği (ÇADÖ) olarak Türkçe'ye uyarlanmış versiyonu akış kuramının çalışıldığı alanlara verilebilecek diğer örneklerdendir.

Çalışmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı Norsworthy ve arkadaşları (2023) tarafından geliştirilen Psychological Flow Scale (PFS) ölçeğini Psikolojik Akış ismi ile Türkçe'ye uyarlamak, geçerlik güvenilirliğini sağlamak ve literatüre kazandırmaktır.

Çalışmanın Önemi

Akış, bireylerin derin bir odaklanma ve maksimum performans durumu olarak tanımlanır ve birçok alanda kişisel gelişimi anlamak için önemli bir kavramdır. Bu sebeple araştırma, akış deneyimini ölçmek için oldukça kapsayıcı, farklı yaş gruplarını içeren ve üç temel boyutta akışın temel özelliklerini değerlendirebilen kısa ve işlevsel bir ölçeğin Türkçe' ye uyarlanması ve geçerlilik çalışmalarının yapılması açısından önemlidir. Bu ölçeğin Türkçe' ye uyarlanması, Türk toplumunda akış deneyimini anlamak ve araştırmak için değerli bir araç sağlayabilir.

II.YÖNTEM

2.1 Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu için 18 yaş ve üstü kadın ve erkek 404 bireye çevrimiçi anket aracılığıyla ulaşılmıştır. Uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ölüte dayalı geçerlik çalışması için 61 birey üzerinde uygulama yapılmıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların yaşları 18 ile 60 arasında olup, yaş ortalamaları 29.23'tür.

2.2 Veri Toplama Araçları

Psychological Flow Scale (PFS): Psikolojik Akış Ölçeği Norsworthy ve diğ. (2023) tarafından bireylerin yapmakta oldukları görev/faaliyet esnasında hissettikleri akış düzeyini belirlemek amacıyla 936 katılımcının katılımıyla geliştirilmiştir. Toplam 9 maddeden oluşan ölçeğin “kendini verme, çaba gerektirmeyen kontrol ve içsel ödül” olmak üzere 3 alt boyutu vardır. Ölçek 7’li likert tipi olarak geliştirilmiştir ve 1=Kesinlikle Katılıyorum ile 7=Kesinlikle Katılmıyorum arasındaki sıklık ifadeleriyle cevaplanmaktadır. Ölçeğin iç güvenilirlik katsayısı (α) toplam 0,85 şeklinde ortaya çıkmıştır. Alt boyutlar için güvenilirlik katsayıları incelemesinde kendini verme için α : 0,87, çaba gerektirmeyen kontrol için α : 0,83 ve içsel ödül için α : 0,93 değerlerine sahip olduğu belirtilmiştir.

Ototelik Kişilik Ölçeği (APQ): Ototelik Kişilik Ölçeği Tse ve diğ. (2018) tarafından geliştirilmiş olup Ak (2021) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ototelik kişilik yapısının ölçümünü sağlamak amacıyla geliştirilen bir ölçme aracıdır. 26 maddeye sahip olan ölçeğin kapsamında yer alan maddeler; “hayata merak ve ilgi, sebat, düşük benmerkezcilik, içsel motivasyon, can sıkıntısının keyfi ve dönüşümü, zorlukların keyfi ve dönüşümü, dikkat kontrolü” şeklinde 7 alt boyuttan oluşmaktadır. 7’li likert şeklindeki ölçek “1=Kesinlikle Katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 3=Kısmen Katılmıyorum, 4=Kararsızım, 5=Kısmen Katılıyorum, 6=Katılıyorum, 7=Kesinlikle Katılıyorum” şeklinde kodlanmıştır. Ölçeğin iç güvenilirlik katsayısı (α) toplam 0,91 şeklinde hesaplanmıştır. Alt boyutlar için güvenilirlik katsayıları incelemesinde merak için α :0,86, sebat için α : 0,93, düşük benmerkezcilik için α : 0,93, içsel motivasyon için α : 0,70, can sıkıntısının keyfi ve dönüşümü için α : 0,82, zorlukların keyfi ve dönüşümü için α : 0,87 ve dikkat kontrolü için α : 0,90 değerlerine sahip olduğu, doğrulayıcı faktör analizi kapsamında ise SRMR: 0,08 ($0,05 \leq 0,10$) ve RMSEA: 0,07 ($0,05 \leq 0,08$) değerlere sahip olduğu belirtilmiştir.

2.3 İşlem

Bu çalışmada, Norsworthy ve diğ. (2023) tarafından geliştirilen ve orijinal adı Psychological Flow Scale (PFS) olan Psikolojik Akış Ölçeğinin Türkçe uyarlamasının yapılması amaçlanmıştır. Uyarlama sürecinin başında ölçeği geliştiren araştırmacılara kullanılacak olan çalışmanın amacı anlatılarak e-mail yoluyla gerekli izinler alınmıştır. Aynı şekilde uyum geçerliliği için kullanılan ve orijinal ismi Autotelic Personality Questionnaire (APQ) olan Ototelik Kişilik Ölçeği için de uyarlayan araştırmacıdan kullanım izni temin edilmiştir.

Dilsel eşdeğerliği sağlamaya yönelik çalışmalar titizlikle yürütülmüştür. Ölçek İngilizce dil düzeyi ve alan bilgisi yeterli olan beş bağımsız Uzman Psikolojik Danışman tarafından Türkçe’ye çevrilmiş, edinilen çevirilerde her bir madde için karşılaştırma yapılarak araştırmacılar tarafından ölçeğin Türkçe formu oluşturulmuş olup sonrasında iki Çeviribilim uzmanı ile İngilizceye geri çevrilmiştir, çeviriler karşılaştırılarak Türkçe formu oluşturulmuştur. Üslubun anlaşılabilirliğinin kontrolü için on üniversite öğrencisi ile pilot çalışma yapılmıştır. İfadelerin Türkçe’ye uygunluğu Türk Dili ve Edebiyatı uzmanı tarafından incelenerek, dil bilgisi hataları ve cümlelerin anlaşılabilirliğiyle ilgili gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Böylelikle nihai Türkçe form oluşturulmuştur.

Orijinal form ile Türkçe form arasındaki ilişki ve maddelerin ayırt ediciliği, AMOS ve SPSS 26.0 programı kullanılarak korelasyon analizi ile incelenmiştir. Psikolojik Akış Ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları kapsamında yapı geçerliği ve ölçüt geçerliği değerlendirilmiştir. Yapı geçerliği çalışmasında doğrulayıcı faktör analizi yöntemi kullanılmıştır.

III. BULGULAR

3.1. Yapı Geçerliği

Psikolojik Akış Ölçeğinin maddelerinin faktör yükleri incelenmiştir. Faktör yükü, bir maddenin içinde bulunduğu faktörle ilişkisini gösteren bir değerdir. Eğer faktör yükü çok düşük ise o maddenin açıklanmak istenen değişkeni ölçmediği anlamına gelir. Faktör yükünün en az 0.32'den yüksek olması tercih edilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2001).

Psikolojik Akış Ölçeğinin üç faktörlü yapısını analiz etmek amacıyla birinci düzey ve ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Bu amaç için RMSEA, SRMR, CFI, GFI ve NFI değerleri hesaplanmıştır. Elde edilen uyum değerleri Tablo 1 'te gösterilmiştir.

Düzye	X ²	df	X ² /df	RMSEA	NFI	GFI	CFI	SRMR
1. Düzey	62.156	24	2,59	0,063	0.97	0.97	0.98	0.04

Tablo 1: Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Uyum Değerleri

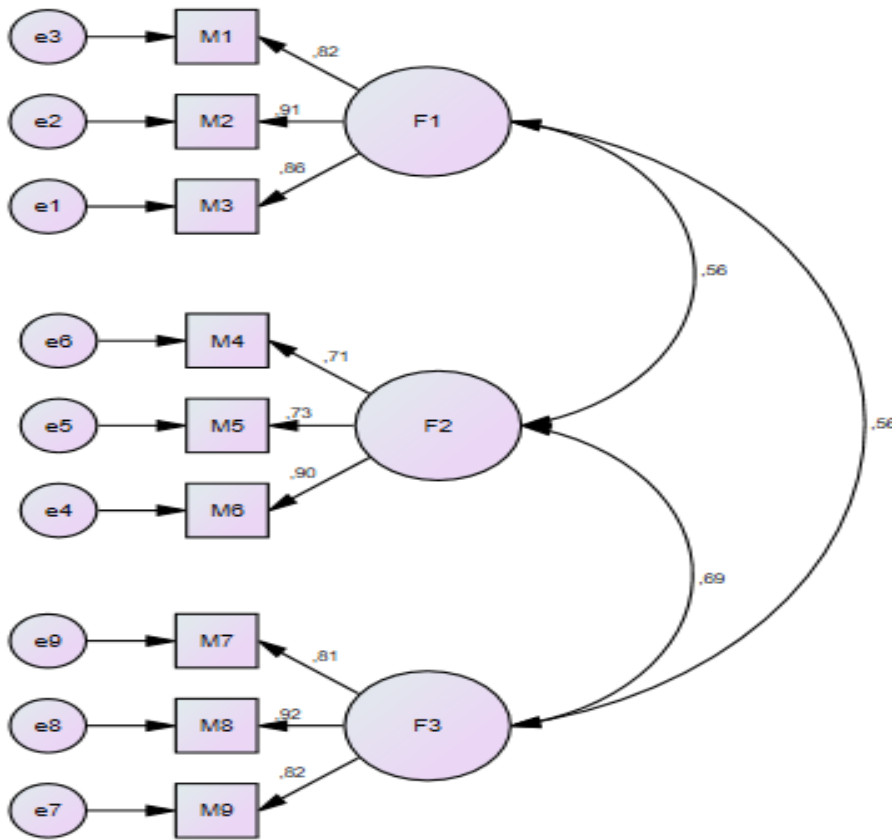
Tablo 1'de görüldüğü üzere, gerçekleştirilen DFA sonrasında üç alt boyutlu ve 9 maddelik ölçekten elde edilen uyum değerleri verilmiştir. Bu uyum değerlerinin uyum parametrelerine uygunluğunun ölçülmesi (Schermelleh-Engel, Moosbrugger, & Müller, 2003: 52) için Tablo 2'de verilen parametreler göz önüne alınmıştır.

Uyum Ölçüleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Elde Edilen Uyum Değerleri
C2/df	$0 \leq c2 \leq 2df$	$2df \leq c2 \leq 5df$	2,59
RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq 0.05$	$0.05 \leq RMSEA \leq 0.08$	0.063
SRMR	$0 \leq SRMR \leq 0.05$	$0.05 \leq SRMR \leq 0.10$	0.04
CFI	$0.95 \leq CFI \leq 1.00$	$0.90 \leq CFI \leq 0.97$	0.98
GFI	$0.90 < GFI < 1.00$	$0.85 < GFI < 0.90$	0.97
NFI	$0.95 \leq NFI \leq 1.00$	$0.90 \leq NFI < 0.95$	0.97

Tablo 2: DFA'ya İlişkin Uyum İndekslerinin Değerlendirilmesi

Tablo 1’de belirtildiği üzere yapılan birinci düzey faktör analizi sonuçlarına göre uyum indeksleri incelendiğinde Psikolojik Akış Ölçeğinin iyi uyum ve kabul edilebilir uyum gösterdiği görülmektedir. SRMR, NFI, CFI ve GFI değerleri iyi uyum değerleri arasındayken, C2/df, RMSEA ve değerleri kabul edilebilir uyum değerleri arasındadır. Sonuç olarak, yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin üç boyutlu modelinin kabul edilebilir düzeyde uyum verdiği görülmüştür. Şekil 1’de Psikolojik Akış Ölçeğine ait birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi diyagramı sunulmuştur.

Şekil 1. Psikolojik Akış Ölçeğine Ait Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı



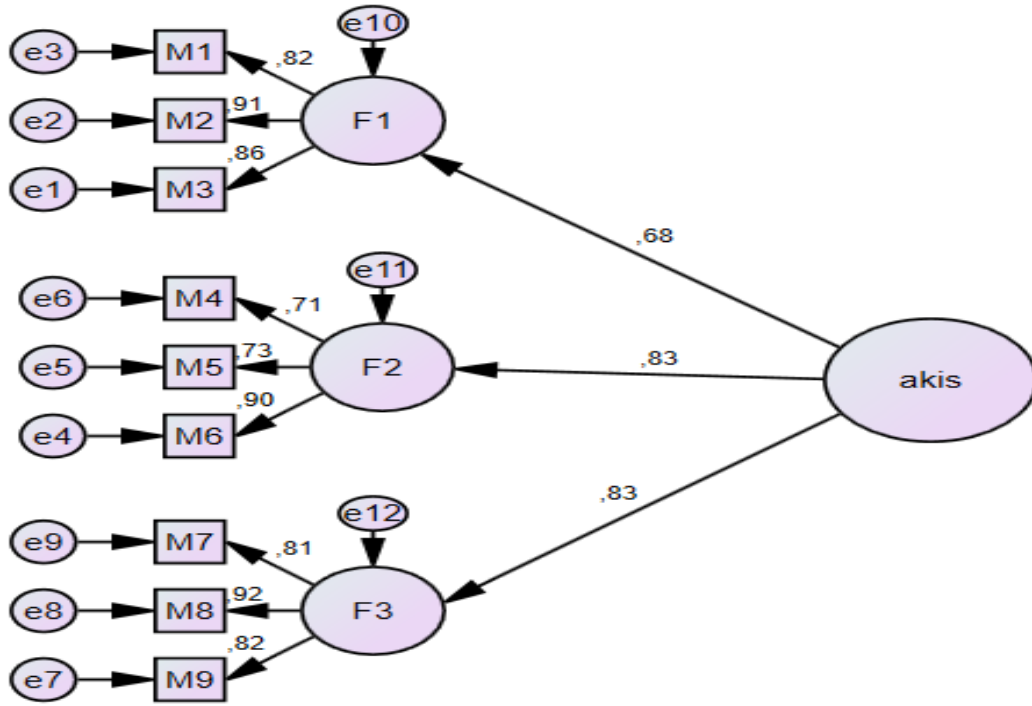
Düzey	X ²	df	X ² /df	RMSEA	NFI	GFI	CFI	SRMR
1. Düzey	62.156	24	2,59	,063	0.97	0.97	0.98	0.04

Tablo 3: İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Uyum Değerleri

Yapılan ikinci düzey DFA bulgularına göre ve Tablo 3’te belirtildiği üzere X²/df= 2,59, RMSEA= 0.063, CFI= 0.98, GFI= 0.97 ve SRMR= 0.04’dır. X²/df, RMSEA, CFI, GFI ve SRMR değerlerinin olması gereken düzey aralığında

olduğu görülmektedir. Sonuç olarak ölçeğin ikinci düzeyde de doğrulandığını söylemek mümkündür. Şekil 2’de Psikolojik Akış Ölçeğine ait ikinci düzey DFA diyagramı sunulmuştur.

Şekil 2. Psikolojik Akış Ölçeğine Ait İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı



Ölçüt Geçerliği

Ölçüt geçerliliği bir ölçme aracının diğer bir ölçme aracından elde edilen ölçümlerle karşılaştırılmasını ifade etmektedir. Bu doğrultuda aynı yapıyı ölçen iki ölçek arasında bulunan ilişki düzeyi belirleyici olmaktadır (Depoy ve Gitlin, 2015). Uygun bir ölçek bulunması halinde ölçüte dayalı geçerlik, istatistiksel olarak güvenilir sonuçlar verir. Bu çalışmada Psikolojik Akış Ölçeği ile Ototelik Kişilik Ölçeği 61 katılımcıya birlikte uygulanarak veri toplanmış ve ölçeğin ölçüt geçerliği sınanmıştır. Elde edilen veriler Tablo 4’te sunulmuştur.

Değişkenler	1	2	3	4	5
1-Ototelik	1				
2-Akış	,52**	1			
3-Altboyut1	,400**	,745**	1		
4-Altboyut2	,341**	,754**	,312*	1	
5-Altboyut3	,453**	,824**	,405**	,484**	1

** p < .01

Tablo 4. Psikolojik Akış Ölçeği ve Ototelik Kişilik Ölçeği Ölçüt Geçerliği Değerleri

Tablo 4 incelendiğinde gerçekleştirilen korelasyon analizi sonucunda bahsi geçen bu iki ölçme aracının toplam puanları arasındaki korelasyon değerinin .52 olduğu bulgulanmıştır. Korelasyon değerinin Psikolojik Akış Ölçeği için istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Dolayısıyla analiz sonuçları ölçeğin ölçüt geçerliliğini desteklemektedir. Bu sonuçlar, ölçeğin akışı etkili bir şekilde ölçtüğünü göstermektedir.

Güvenirlilik

İç tutarlık ve homojenlik koşullarının sağlanıp sağlanmadığını değerlendirmek için Cronbach Alpha değeri incelenmiştir. Cronbach Alpha 0 ve 1 arasında değerler alabilmektedir. 0,70 üzerindeki değerlerin güvenilir olduğu kabul edilmektedir (Gerbing ve Anderson, 1988). Psikolojik Akış Ölçeğinin güvenirliliği için Cronbach Alfa katsayısı .76 olarak bulunmuştur. Psikolojik Akış Ölçeğinin ve üç alt boyutunun Cronbach Alfa katsayıları Tablo 5'te verilmiştir.

Alt Boyutlar	Madde Sayısı	Cronbach Alpha Değeri
Kendini Verme	3	,90
Çaba Gerektirmeyen Kontrol	3	,82
İçsel Ödül	3	,88
Toplam	9	,89

Tablo 5. Psikolojik Akış Ölçeği ve Alt Boyutları İçin Cronbach Alpha Güvenirlilik Değerleri

Tablo 5'te görüldüğü üzere Psikolojik Akış Ölçeğinin Cronbach Alfa katsayısı ölçeğin tamamının toplam puanı için .89 bulunmuştur. Cronbach Alpha kendini verme alt boyutu için .90, çaba gerektirmeyen kontrol alt boyutu için .82, ve içsel ödül alt boyutu için .88 olarak hesaplanmıştır. Cronbach Alpha katsayısının 0.80'den büyük olması ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğunu göstermektedir (Özdamar, 2004). Dolayısıyla ölçeğin iç tutarlık seviyesi yüksek seviyede güvenirlilik ifade etmektedir.

IV. TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı Norsworthy ve diğ. (2023) tarafından geliştirilen Psikolojik Akış Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesidir. Bu amaçla öncelikle gerekli izinler alınmış ve çeviri sürecine geçilmiştir. Çeviri süreci İngilizce, Türkçe ve alan bilgisine sahip kişilerce çeviri-geri çeviri basamakları takip edilerek titizlikle yürütülmüştür. Ölçek 9 madde ile *kendini verme, çaba gerektirmeyen kontrol* ve *içsel motivasyon* olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Psikolojik Akış ölçeği akış deneyiminin ölçülmesinde yeni bir ölçüm aracı olarak üç temel boyut üzerinden değerlendirme yapabilen yalın bir model sunmaktadır. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin kapsayıcı ve tutarlı sonuçlar verme gücüne sahip olduğu görülmektedir.

Ölçeğin güvenirlik çalışmalarında Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmış ve kabul edilebilir eşğin üstünde olarak .89 bulunmuştur. Alt boyutlarına ilişkin iç tutarlılık katsayıları ise sırasıyla; .90, .82, ve .88 olarak hesaplanmıştır. Bu değerlerin 0.70'in üzerinde olması (Gerbing ve Anderson, 1988), ölçeğin tümünün ve alt boyutlarının kendi içinde tutarlı olan ölçümler yaptığını ve bu nedenle güvenilir bir ölçek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin faktör yapısı ise doğrulayıcı faktör analizi (DAF) ile analiz edilmiştir. Psikolojik Akış ölçeğinin orijinal yapısına bağlı kalarak ölçüt geçerliliği için Ototelik Kişilik Ölçeği ile arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Analiz sonucunda $p < .01$ bazında .52 değerinde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Çalışmanın sınırlılıklarından biri belirli katılımcı sayısından elde edilen verilerden oluşmasıdır. Çalışma kapsamında veri toplama aracı olarak çevrimiçi anket dolduran katılımcıların ölçeğin başında olan yönergeyi ve maddelerini doğru okuyup algıladıkları varsayılmıştır.

Ölçek, belirgin bir demografik özelliğe sahip olmayan 18-60 yaş arasında geniş bir katılımcı kitlesi üzerinde test edilmiştir. Elde edilen sonuçlar, ölçeğin Türkçeye uyarlanmış versiyonunun psikolojik akışı ölçmede etkili bir araç olduğunu göstermektedir. Ölçeğin diğer akış ölçeklerinin aksine yalnızca 9 maddeden oluşarak kısa ve kolay uygulanabilir olması araştırmacılara pratik bir veri toplama aracı sunmaktadır. Ayrıca, ölçeğin çok kapsayıcı olması ve hemen her eylemin akışını ölçmeye uygun olması, farklı araştırma alanlarında kullanılabilmesini sağlamaktadır.

Akış deneyimi bireylerin belirli aktivitelerden daha fazla tatmin ve başarı elde etmelerine yardımcı olabilecek ortamlar ve stratejiler geliştirmeyi sağlar. Bu ölçek bireylerin hangi koşullarda daha verimli ve yüksek performanslarla faal olabildiklerini belirleyebilmek adına strateji geliştirmek için fikir sağlayabilir. İçerisinde duygu durumunun etkisini barındıran akış deneyimi bireylerin genel mutluluğunu ve psikolojik refahını artırarak stres ve anksiyete düzeylerini azaltmaya yönelik müdahaleler geliştirmek noktasında fikir verme

potansiyeline sahiptir. Fiziksel faaliyetlerde bulunan bireyler, sporcular ve rekreasyon faaliyetleriyle uğraşanlar için optimal performans ve tatmin seviyelerine ulaşmak için gerekli koşulları belirlemeye olanak sağlayabilir. Daha birçok alana temas etme gücüne sahip olan bu deneyimin psikoloji alanında ise bu kavramın akış teorisi bağlamında günümüz koşulları da göz önünde bulundurularak yeniden çerçevelendirilmesine ve anlamlandırılmasına katkıda bulunabilir.

Bu özellikleriyle, Türkçeye uyarlanmış Psikolojik Akış ölçeği hem akademik çalışmalar hem de klinik uygulamalar için değerli bir araç olma potansiyeline sahiptir. İlerleyen çalışmalar, ölçeğin farklı ve daha belirgin gruplar ve eylemler üzerindeki geçerliliğini daha detaylı inceleyerek ölçeğin kapsamını ve kullanım alanlarını genişletebilir. Sonuç olarak, bu uyarlama çalışması, Türkiye'deki araştırmacılara ve uygulayıcılara psikolojik akış kavramını ölçmede güvenilir ve geçerli bir ölçek sunarak literatüre önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- AK, M. O. (2021). Ototelik Kişilik Ölçeğinin Türkçeye Uyarlama Çalışması: Serbest Zaman Perspektifi Oluşturulması. Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, (54), 317-338.
- Ayazlar, R. A. (2015). Flow phenomenon as a tourist experience in paragliding: A qualitative research. *Procedia Economics and Finance*, 26, 792-799.
- Csikszentmihalyi, M., & LeFevre, J. (1989). Optimal experience in work and leisure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, s.815–822.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper Collins.
- Csikszentmihalyi, M. (1992). *Flow: The psychology of happiness*. London, Sydney, Auckland, Johannesburg: Rider.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life*. New York: Harper Collins.
- Csikszentmihalyi, M. (2014). Flow and education. In *Applications of flow in human development and education* (pp. 129-151). Springer, Dordrecht.
- Csikszentmihályi, M., Abuhamdeh, S., & Nakamura, J. (2005). Flow. In A. J. Elliot, C. S. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 598-608). New York: Guilford Publications.
- Csikszentmihalyi, M., & Larson, R. (2014). Flow and the foundations of positive psychology (Vol. 10, pp. 978- 94). Dordrecht: Springer.
- Delle Fave, Antonella (2009), “Optimal Experience and Meaning: Which relationship?”, *Psychological Topics*, 18 (2): 285-302.
- Depoy, E., ve Gitlin, L. N. (2015). *Introduction to research: Understanding and applying multiple strategies*. Elsevier.
- Field, A. (2000). *Discovering statistics using SPSS for Windows*. Sage Publications.
- Gerbing, D. W., ve Anderson, J. C. (1988). An updated paradigm for scale development incorporating unidimensionality and its assessment. *Journal of Marketing Research*, 25(2), 186-192.
- Herrando, C., Jiménez-Martínez, J. & Martín-De Hoyos, M.J. (2018). The state of flow in social commerce: The importance of flow consciousness. *International Journal of Electronic Marketing and Retailing*, 9 (4), 320–343.
- Jackson, S. & Csikszentmihalyi, M. (1999). *Flow in sports: the keys to optimal experiences and performances*. Champaign, IL: Human Kinetics
- Kaya, B., Metin, T. ve Kozak, M.A., (2015). Kapalı Rekreasyon Tesislerinde Kullanıcıların Akış Deneyimi, Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi, 12(2):6-25.
- Nakamura, J. and Csikszentmihalyi, M., (2009). *Flow The Oryand Research*, Oxford Library of Psychology, Oxford University Press, New York, United States, 195-206.
- Norsworthy, C., Dimmock, J. A., Miller, D. J., Krause, A., & Jackson, B. (2023). Psychological flow scale (PFS): Development and preliminary validation of a new flow instrument that measures the core experience of flow to reflect recent conceptual advancements. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 8(2), 309-337.
- Özdamar, K. (2004). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi, (Genişletilmiş 5. Baskı.)* Eskişehir: Kaan Kitapevi.

Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.

Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & 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.

Tabachnick, B. G, ve Fidell, L.S. (2001). *Using multivariate statistics*. Boston: Ally and Bacon.

Yalçınkaya, Pınar (2013), “Kendini İşe Kaptırma Ölçeği: Uyarlama Çalışması”, *Sakarya İktisat Dergisi*, 1: 66-87.