

Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı Ölçeği: Bir Ölçek Geliştirme Çalışması¹ Scales of Voluntarily Simplicity Life Style: Scale Development Study

Şefika AKGÜL^a Aybala DEMİRCİ AKSOY^b

^aGazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi, Ankara, Türkiye. sefikaakgl@gmail.com

^bKastamonu Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Finans ve Bankacılık Bölümü, Kastamonu, Türkiye.
aaaksoy@kastamonu.edu.tr

MAKALE BİLGİSİ	ÖZET
Anahtar Kelimeler: Gönüllü Sadelik yaşam tarzı Gönüllü sadelik yaşam tarzı ölçeği Tüketici Sürdürülebilir tüketim Aşırı tüketim Gönderilme Tarihi 2 Temmuz 2024 Revizyon Tarihi 20 Eylül 2024 Kabul Tarihi 25 Eylül 2024 Makale Kategorisi: Araştırma Makalesi	Amaç – Tüketicilerin gönüllü sadelik yaşam tarzı davranışlarının belirlenmesine yönelik gönüllü sadelik yaşam tarzı ölçeği geliştirmektir. Yöntem – İlk aşamada, ölçeğe nihai olarak dahil edilmeye aday geniş bir madde havuz oluşturulmuş, madde havuzunda bulunan sorular alanda uzman kişiler tarafından kapsam geçerliliği açısından değerlendirilmiştir. Pilot uygulama aşamasında Ankara ilinin Altındağ, Çankaya, Etimesgut, Gölbaşı, Keçiören, Mamak, Pursaklar ve Yenimahalle ilçelerinde yaşayan, 18 yaş ve üzeri düzenli geliri olan veya ev hanımı olup aile gelirini kullanan 600 tüketiciye uygulanmıştır. Madde havuzunda yer alan sorular katılımcılara uygulandıktan sonra Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ile ölçeğin yapısı incelenmiştir. Bulgular – Yapılan ilk AFA sonucunda ölçeğin maddelerinin 12 faktör altında toplandığı görülmüştür. Bu 12 faktörün ölçeğe ilişkin açıkladığı varyans %59,316’dır. Burada bazı faktörlere çok az sayıda maddenin yük verdiği, bazı maddelerin birden fazla faktöre yük verdiği ve bazı yük değerlerinin ise .30’un altında olduğu görülmüş ve bu maddeler ölçekten çıkarılarak AFA tekrarlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda geriye kalan 46 maddenin 4 faktörde toplandığı ve açıklanan varyansın toplamda %43,156 olduğu görülmüştür. Verilerin analizi ve değerlendirilmesi yapılarak Maddi Sadelik, Ekolojik Farkındalık, Kendine Yeterlilik, Kişisel Gelişim boyutlarından oluşan 4 boyutlu gönüllü sadelik ölçeği elde edilmiştir. Tartışma – Alan yazında yer alan, farklı uluslarda gönüllü sadelik yaşam tarzı ile ilgili yapılan ölçek geliştirme çalışmalarında (Iwata, 1997; Leonard-Barton, 1981; Shama and Wisenblit, 1984) boyutlar ve maddeler incelendiğinde hem farklılıklar hem de benzerlikler görülmektedir. Sonuç olarak, geliştirilen ölçeğin güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olduğu ifade edilebilir. Ayrıca bu çalışma ile, daha önce Türk kültürüne uygun bu konuda ölçek olmaması nedeniyle çalışma önem arz etmektedir. Bu yönü ile çalışmanın yerli alan yazındaki boşluğu gidererek alana ciddi katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
ARTICLE INFO	ABSTRACT
Keywords: Voluntary simplicity lifestyle Voluntary simplicity lifestyle scale Consumer Sustainable consumption Overconsumption Received 2 July 2024 Revised 20 September 2024 Accepted 25 September 2024 Article Classification: Research Article	Purpose – This study’s objective was to develop a voluntary simplicity lifestyle scale in order to determine individuals’ voluntary simplicity lifestyle behaviors. Design/methodology/approach – At the first stage, a large item pool, a candidate for final inclusion in the scale, was created, and questions in the item pool were evaluated for content validity by experts in the field. At the pilot study stage, it was applied to 600 individuals who were 18 years of age and over, who lived in Altındağ, Çankaya, Etimesgut, Gölbaşı, Keçiören, Mamak, Pursaklar, and Yenimahalle districts of Ankara province, had a regular income or were a housewife and used their family income. After the questions in the item pool were applied to the subjects, the scale’s structure was examined with exploratory factor analysis (EFA). Results – The first EFA found that the scale items were collected under 12 factors. The variance explained by these 12 factors with regard to the scale was 59.316%. Here, it was observed that very few items were loaded on some factors, some items were loaded on more than one factor, and some loading values were below .30, and these items were removed from the scale and EFA was repeated. The analysis showed that the remaining 46 items were collected under 4 factors and the variance explained was 43.156% in total. Data analysis and evaluation were performed, and a Voluntary Simplicity Lifestyle Scale, consisting of four subscales Material Simplicity, Ecological Awareness, Self-Sufficiency, and Personal Development, was obtained. Discussion – Upon reviewing the dimensions and items in the scale development studies on voluntary simplicity lifestyle in different nations in the literature (Iwata, 1997; Leonard-Barton, 1981; Shama & Wisenblit, 1984), differences and similarities are observed. Consequently, it can be said that the scale developed is a reliable and valid measurement tool.

¹ Prof.Dr. Aybala DEMİRCİ AKSOY danışmanlığında yürütülen Dr. Şefika Akgül’ün Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı Ölçeği Geliştirme ve Ankara İli Uygulaması” adlı doktora tez çalışmasından türetilmiştir.

Önerilen Atıf/Suggested Citation

Akgül, Ş., Demirci Aksoy, A. (2024). Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı Ölçeği: Bir Ölçek Geliştirme Çalışması, İşletme Araştırmaları Dergisi, 16 (3), 1823-1836.

1. Giriş

Hızlı nüfus artışı, kentleşme ve sanayileşmenin beraberinde getirdiği çevre kirliliği ve sorunları ekosisteme zarar vermekte ve insanı giderek yapaylaşan bir hayata sürükleyerek, sağlıklı bir yaşam alanı meydana getirmektedir. Dünyada kapasitenin üzerinde yaşamaya devam edildiği sürece doğal çevreyi ve yaşamı olumsuz etkileyen bu sorunların büyüyerek devam edeceği ön görülmektedir. Kapasitenin üzerinde devam eden yaşam sonucu ortaya çıkan yüksek enerji ihtiyacını karşılamak için yapılan nükleer santraller, radyoaktif atıklar, doğal kaynakların tahribatı, biyolojik çeşitlilik kaybı, temiz su kaynaklarının kirlenmesi, hava kirliliği, küresel ısınma, iklim değişikliği, çölleşme, ormansızlaşma, toprak erozyonu, ozon tabakasının delinmesi gibi önemli çevre sorunlarının istediğin kadar tüket, hep tüket anlayışının sonucu olduğu söylenebilir (Buğday ve Babaoğlu, 2016:190). Tüketim toplumunda her şey tüketilmeye ve yok olmaya mahkûmdur. Bu düşünce biçimiyle, temel ihtiyaçlar göz ardı edilerek, doğal kaynaklar, zaman, nesneler ve hatta kültür bilinçsiz bir şekilde tüketilmektedir (Bayhan, 2011:228).

Ortaya çıkan bu aşırı tüketim durumu ne biyolojik ne de sosyoekonomik değerlendirmelerle haklı gösterilememektedir. Endüstrileşmiş ülkelerde aşırı tüketimin uzun dönemde gözlemlenen ve doğrulanan etkisi şaşırtıcı bir sonuçla yaşam kalitesinin kötüleşmesidir. Bu şaşırtıcı sonuca göre, mutluluk hissi, gelirdeki artışla orantılı olarak artmamaktadır. Bunun nedeni, daha fazla gelir artışının, daha fazla iş, stres, sürekli koşturma, dinlenme için zaman olmaması, aile ve sosyal çevreye zaman kalmaması gibi ilave maddi olmayan maliyetler oluşturmalarıdır. Bu noktada, gelir seviyesi ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki negatif olmaktadır (Burgiel, Sowa and Zralek, 2015:18). Tüketimin temel amacı ihtiyaçların karşılanmasıdır ve ihtiyaçlar karşılandıkça bireyler mutlu olma beklentisi içine girer. Ancak yapılan araştırmalar aşırı ve anlamsız tüketimin mutluluk üzerindeki etkisinin sınırlı olduğunu göstermektedir (Özgül, 2011:27). Tüketim olgusu, temel ihtiyaçların giderilmesine yönelik gerçekleştirilen bir araç olması gerekirken, yaşam sebebi ve amaç haline gelmiştir. Sosyal statü ve kimlik oluşturma, sosyal, kültürel ve psikolojik tatmin sağlama tüketimin temel ilkeleri haline gelmiştir. İçinde yaşanan tüketim toplumunda, tüm bireyler aşırı tüketme baskısı altındadır ve bunun sonucunda maddi değerlerle birlikte manevi değerler de tüketilmektedir (Torlak, 2016:26).

Bireyler, bilinçsiz ve aşırı tüketme eğilimleri sonucunda çevreye duyarlılık, sosyal yönden sorumluluk, geleceği düşünme, kendisinin ve içinde yaşadığı dünyanın farkına varma, sağlıklı ilişkiler, kişisel gelişim gibi değerlerden uzaklaşarak bireyselleşme, bencilleşme ve yalnızlaşma içinde yeniden tüketime yönelerek bir kısır döngüye mahkûm olmaktadır.

Arnold ve Reynolds (2003) tarafından tüketicilerin satın alma nedenleri ile ilgili yapılan çalışmada, tüketicilerin aşırı tüketim yapma nedenleri; macera yaşamak, fikir edinmek, rahatlamak, sosyal ilişkiler kurmak, başkalarını mutlu etmek, fırsatları yakalamak şeklinde ifade edilmiştir. Burada ürün ya da hizmetin sahip olduğu fonksiyondan çok, tüketiciye ne gibi duygular yaşattığı ön plandadır.

Solomon (2004)'a göre, günümüz tüketicisi varoluşunu ürünler aracılığıyla konumlayıp anlamlandırmakta ve kullandığı ürünle kimliğini dışa vurmaktadır. Böylece otomobil ulaşım ihtiyacını, telefon iletişim ihtiyacını karşılamaktan çok daha geniş bir anlam kazanmıştır. İhtiyacı karşılayacak durumda olmasına rağmen ürünler, sürekli bir yeni model ile değiştirilmektedir. Bunun nedeni, ürünlerin kimlik ve sosyal statü göstergesi olarak görülmesidir. Tüketimin yaşamda bir statü haline gelmesi, bireyleri çevrelerinden uzaklaştırıp yalnızlaşan bir toplum yaratmaktadır.

Öte yandan teknolojik imkanlar sayesinde, en yoksul kesimde yaşayan tüketicilerin, alım gücü yüksek tüketicilerin tüketim davranışlarını görmesi ve taklit etmesi, toplumda zenginlik, marka, para, etiket, lüks kavramlarının önem verilen hayati değerler arasında yer alması, başarının gelir ve sahip olunan mallar üzerinden ölçülmesi, yaşam amaçlarının maddi olması, yardımlaşma ve dayanışma duygusunun yerini bencilliğin alması, bireyleri kaçınılmaz bir şekilde mutsuzluğa ve doyumsuzluğa götürmektedir. Toplumun içinde bulunduğu durum manevi ihtiyaçlara duyarlı, sade bir tüketim modeli ile tüketim davranışının düzenlenmesini gerekli kılmaktadır (Buğday, 2015:15).

21. yüzyıl insanı tüketim toplumuna, maddiyatçı yaşam tarzına alternatif olacak yeni yaşam biçimleri aramaya başlamış sadeliği içinde barındıran basit, yaratıcı ve fonksiyonel yaşama doğru yönelmiştir. Tüketimlerini

azaltan küresel tüketiciler, ekolojik ayak izlerini azaltmakta ve gelecek nesillere daha fazla kaynak bırakma olasılığını artırmaktadır (Alexander ve Ussher, 2012:71).

Alan yazın değerlendirildiğinde, yabancı alan yazındaki çalışmalarda gönüllü sadelik yaşam tarzı davranışlarını ölçen üç temel nicel ölçeğin olduğu ve benzerlerinin bunlardan alıntılar ile oluşturulduğu görülmektedir (Iwata 1997, Leonard-Barton, 1981, Shama ve Wisenblit, 1984). Bu ölçeklerin Elgin ve Mitchell (1977) tarafından ortaya koyulan gönüllü sadelik yaşam tarzı boyut ve varsayımlarına göre hazırlandığı dikkat çekmektedir. Mevcut ölçeklerde listelenen davranış ve değerlerin çoğu, o zamanlar geri dönüşüm gibi davranışlar nadir rastlanan davranışlar kapsamında değerlendirilse de günümüzde yaygın olarak rastlanmaktadır. Bu yönü ile de gönüllü sadelik yaşam tarzı davranışlarını belirlemek için tasarlanmış önceki araçların yetersiz olabileceği düşünülmektedir (Rich, Wright ve Bennett, 2020:297). Ayrıca, yabancı alan yazında kullanılan bu ölçeklerin Türk yaşam tarzı ve toplum kültürünü tam olarak yansıtamayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte yerli alan yazın incelendiğinde, tüketicilerin gönüllü sadelik yaşam tarzını belirlemeye yönelik bir ölçeğe rastlanamamıştır. Önemi her geçen gün daha da artan ve gün geçtikçe artacak olan 'Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı' ile ilgili Türkiye'de yapılan araştırma sayısı da oldukça sınırlıdır. Yapılan çalışmalarda gönüllü sadelik sürdürülebilir tüketimin bir boyutu olarak ele alınmış ve sınırlı çalışılmıştır (Ergen, 2014; Ergen 2016; Özgül, 2010). Bu doğrultuda bu araştırmanın amacı; tüketicilerin gönüllü sadelik yaşam tarzı davranışlarını belirlemeye yönelik gönüllü sadelik yaşam tarzı ölçeği geliştirmektir. Ayrıca bu çalışma ile, daha önce Türk kültürüne uygun bu konuda ölçek olmaması nedeniyle çalışma önem arz etmektedir. Bu yönü ile çalışmanın yerli alan yazındaki boşluğu gidererek alana ciddi katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

2. Alan yazın

Gönüllü sadelik kavramı muhalif bir yaşam tarzını ifade eder. Materyalist temelli yaşamı ve aşırı tüketimi reddeder, basit yaşam veya vites küçültme olarak adlandırılır (Alexander, 2011a: 134). Gönüllü sadelik bireyin dış dünyasında olabildiğince sade ve basit, iç dünyasında ise zengin ve derinliği olan bir yaşam tarzıdır. Bu yaşam tarzı; tüketimde ihtiyaç olanı ve sadeliği, çevre için duyarlı olmayı ve yaşam boyunca insani değerlere sahip çıkmayı önemsemektedir (Leonard-Barton, 1981: 243). Daha mutlu bir yaşam için paradan geçmeyen bir yol olarak da nitelendirilir. Zenginlik, mevki ve güç yerine iç huzuru ve tatmini önermektedir. Gönüllü sadelik bir zihniyet meselesi olarak değerlendirilir ve değerler odaklı yaşamaktır. Daha az gelir ve daha az tüketimi kabul edip, daha sade bir hayatı yaşamayı baskı altında kalmadan, özellikle ve gönüllü olarak tercih etmektir (Alexander, 2011b: 186). Aşırı tüketim dünyaya hava kirliliği, su kirliliği, toprak kaybı ve küresel ısınma şeklinde geri dönmektedir. Gönüllü sade yaşam tarzı, günümüzde hızla artan çevre sorunlarına karşı alınacak önlemler arasında kabul edilmektedir.

Kaynakların gelecek nesiller yararına korunması için, büyüme temelli ekonomik yapıdan, tutumlu ekonomik yapıya geçilmesi gerekmektedir. Bunu sağlamak için de bireylerin maddiyattan uzaklaşmaları ve sade bir yaşam biçimini benimsemeleri şarttır (Porritt, 1989:134). Gönüllü sadelik maddi sadelik ile bireyleri ihtiyaçları kadar satın almaya yönlendirerek tasarruf bilinci oluşturmakta ve tüketimin azaltılmasına yönelik davranışları içermektedir (Shaw ve Newholm, 2002:168). Bu davranışlardan bazıları; fazlalıklardan kurtulmak, mallarda ve hizmetlerde tasarrufa yönelmek, kullanılan mal ve hizmetlerden maksimum faydayı sağlamaktır (Ballantine ve Creery, 2010:46). Gönüllü sadelik tüketimin artmasıyla birlikte meydana gelen çevresel sorunlar, aşırı tüketime alıştırılmış toplumun yarattığı psikolojik, fiziksel rahatsızlıkları, ekonomik olmayan büyüme rakamları vb. gibi çeşitli sorunların tamamına çözüm sağlayabilecek potansiyel bir yaşam tarzı olarak kabul edilmektedir (Alexander ve Ussher, 2012:80).

Her geçen gün önemi artan ve gelecekte öneminin katlanarak daha da artacağı düşünülen 'Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı' na yönelik Türkiye'de yapılan araştırma sayısı da oldukça azdır. Yapılan bu çalışmalarda gönüllü sadelik sürdürülebilir tüketimin bir boyutu olarak ele alınmış ve sınırlı çalışılmıştır (Ergen, 2014; Ergen 2016; Özgül, 2010). Gönüllü sadelik, sürdürülebilir tüketim ve sürdürülebilir çevre davranışlarını içermekle beraber bu davranışlar artık gönüllü sadelik yaşam tarzı açısından ayırt edici görülmemektedir (Rich, vd., 2020: 309). Sürdürülebilir çevreci davranış gönüllü sadelik yaşam tarzının sadece bir boyutudur.

Meto (2017) nesiller arasındaki gönüllü sadelik hareketine ilişkin eğilimleri ortaya koymak amacıyla yaptığı çalışmasında Iwata ölçeğini birebir kullanmıştır. Iwata ölçeği, Iwata (2006) gönüllü sade yaşam tarzını ölçmeye yönelik geliştirilen bir ölçektir. Bayburt (2019) tarafından tüketicilerin demografik ve kişilik

özellikleri ile gönüllü sade yaşam tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine yapılan araştırmada kullanılan anket formu, ulusal ve uluslararası alanda yapılmış olan çalışmalardan yararlanılarak oluşturulmuştur. Kızıldereli (2020) gönüllü sadelik uygulamalarını benimseyen aileler ile yaptığı nitel araştırma yöntemi ile yürüttüğü çalışmada tüketim motivasyonlarını araştırmıştır. Araştırmacı veri toplama aracı olarak yararlandığı mülakat formunun hazırlanmasında gönüllü sadeliğe yönelik araştırmaların tarandığını ifade etmiştir. Ergen (2014) çalışmada, sürdürülebilir tüketim davranışını farklı boyutları ile ele almış; gönüllü sadelik, maddi değerler ve çevre bilgisinin sürdürülebilir tüketim davranışına etkilerini araştırmıştır. Sürdürülebilir tüketimi destekleyecek ve sürdürülebilir tüketime önem veren tüketicilerin beklentilerini karşılayacak sürdürülebilir pazarların gerekliliğine dikkat çekmiştir. Çalışmada, gönüllü sadelik yaşam tarzı davranışına yönelik bir ölçek kullanılmamıştır.

Cengiz (2014) çalışmada gönüllü sadeliği ölüm tüketimi davranışına etkileri açısından incelemiştir ve Türk tüketicilerle Amerikalı tüketicilerin davranışlarını karşılaştırmıştır. Çalışmada araştırmacı, gönüllü sadelik ölçeği geliştirmiştir ancak ölçek kendine yeterlilik, geri dönüşüm ve bisiklete binme boyutları ile sınırlı kalmıştır. Topçu (2013) gönüllü sadeliğin tüketim davranışına etkisini incelediği çalışmada, daha önce alanda yapılmış olan çalışmalardan yararlanarak oluşturulan anket formunu kullanarak bireylerin tüketmeye ve tüketmemeye yönelik davranış temellerini araştırmıştır.

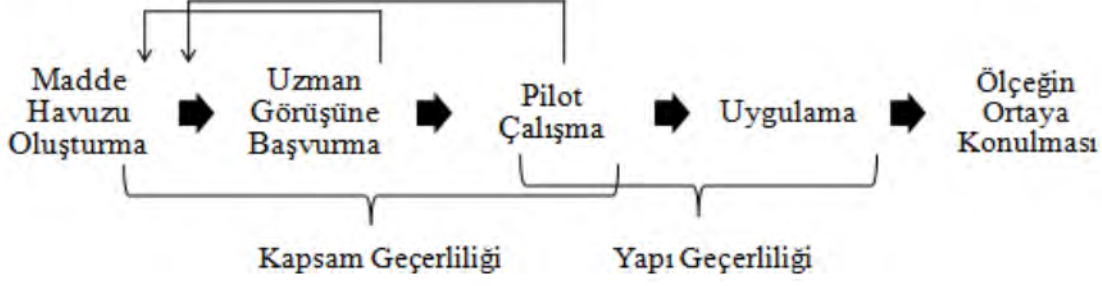
Karapınar (2013) Türkiye’deki tüketicileri gönüllü sadelik yaşam tarzı açısından benzer özelliklerine göre gruplayan bir çalışma yürütmüştür. Bu çalışmada, yurtdışı alan yazından alınan ölçekler derlenip Türk toplumuna uyarlanarak kullanılmıştır. Özgül (2010) tarafından yapılan çalışmada, tüketicilerin değer yapıları ve yaşam tarzlarının, gönüllü sadelik yaşam tarzı ve sürdürülebilir tüketime etkilerini araştırırken yurtdışı kaynaklardan yararlandığı ve Türk kültür yapısına uyarladığı 21 maddelik bir ölçek kullanmıştır. Bu çalışmada ölçek geliştirme sürecinde geçerlilik ve güvenilirlik analizleri uygulanmış olsa da konunun boyutları incelendiğinde sınırlı kaldığı düşünülmektedir. Yapılan çalışmalarda kullanılan soru formlarının ölçek geçerliliğine tabi tutulmadığı, bu formların farklı çalışmalardaki soruların birleştirilmesi ile oluşturulduğu görülmektedir. Soru oluşturmada kaynak olan çalışmaların çoğunun yurt dışında gerçekleştirildiği, bu nedenle ölçek ve maddelerin Türk toplumuna uygun olmadığı söylenebilir. Bu durumun gönüllü sadelik yaşam tarzı araştırmalarını sınırlandırdığı söylenebilir. Bu araştırmaların ülkemizde az sayıda ve sınırlı olması, araştırmalarda yararlanılabilecek Türk yaşam tarzı ve tüketicisine uyumlu bir ölçeğin bulunmaması nedeni ile bir ölçek geliştirme çalışması yapılmasının gerekli ve hatta zorunluluk haline geldiği açıktır.

3.Yöntem

Bu bölümde ‘Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı’ ölçek geliştirme çalışmasının geliştirme aşamaları ve çalışma grubunun özellikleri sunulmuştur.

Araştırma, bir ölçek geliştirme çalışmasıdır. Ölçek geliştirmeye ilgili olarak ilgili konudaki temel kaynaklardan ve benzer konularda yapılan çalışmalar ile ölçek geliştirme çalışmalarından yararlanılmıştır (Iwata, 1997; Leonard-Barton, 1981; Shama ve Wisenblit, 1984; Buğday, 2015, DeVellis, 2017).

Çalışma grubu, Ankara ilinin Çankaya, Keçiören, Altındağ, Yenimahalle, Pursaklar, Etimesgut, Gölbaşı, Mamak ilçelerinde yaşayan ve sosyo-ekonomik düzeyleri bakımından farklılık gösteren, 18 yaş ve üzeri ekonomik özgürlüğü olan bireyler ve aile gelirini kullanan ev hanımları oluşturmaktadır. “Kolayda Örneklem” yöntemi kullanılarak seçilen 600 tüketici ile çalışılmıştır. Alan yazında ölçeğin geçerliliğine kanıt sunmak amacıyla yapılan Açıklayıcı Faktör Analizinin yapılabilmesi için araştırmaya alınacak kişi sayısının ölçekte yer alan madde sayısının en az beş katı olması, örneklem büyüklüğünün de madde sayısının en az beş katı olması gerektiği genel bir kural olarak kabul görmektedir (Akbulut ve Çapık, 2022:114). Araştırmada ölçeğin hazırlanmasında aşağıdaki aşamalar uygulanmıştır.

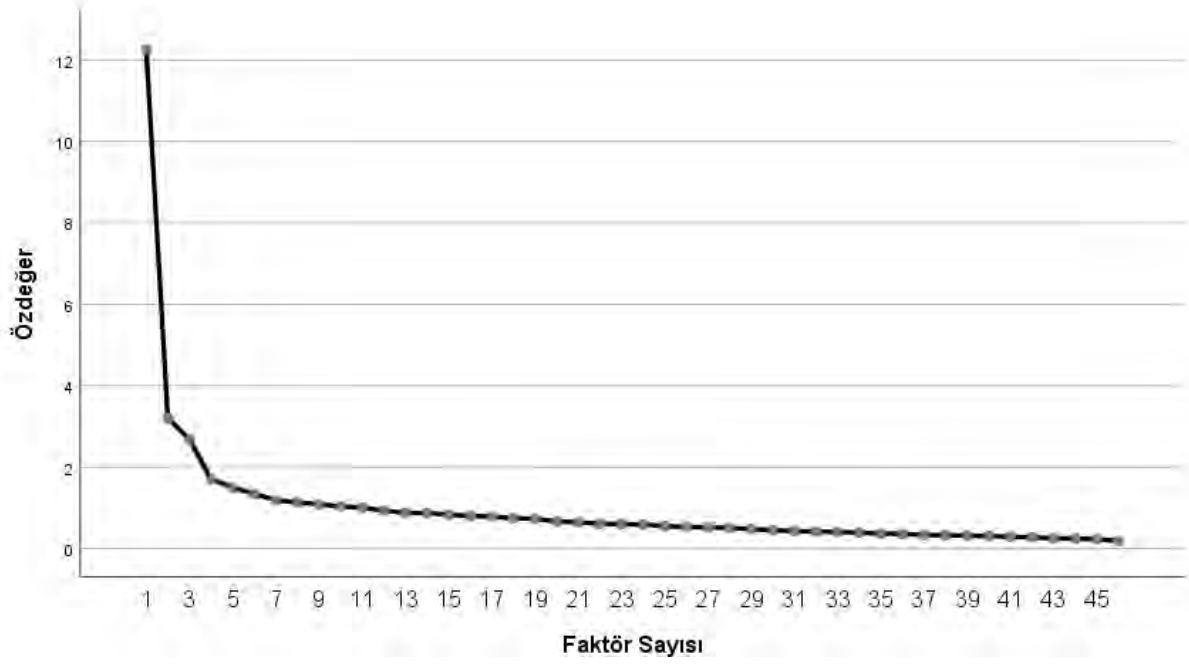


Şekil 1. Ölçek geliştirme süreci (Kaynak: Doğan, Bulut ve Kökalan Çımrın, 2015: 665).

Alan yazın taranarak madde havuzu oluşturuldu. Hazırlanan maddeler kapsam geçerliliği için uzman görüşüne sunuldu. 15 uzman akademisyen tarafından yapılan değerlendirmeler sonrasında hazırlanan 125 madde 116 madde olarak düzenlenmiştir. Bu form 50 kişiye uygulanarak pilot çalışma yapılmıştır.

Pilot uygulama sonrasında maddeler gönüllü sadelik yaşam tarzı boyutlarına göre gruplanmıştır. Form tekrar aile ve tüketici bilimleri alanında uzman 5 akademisyen görüşü alınarak düzenlenmiş ve madde sayısı 108 olmuştur. Maddelerin kapsam geçerlilik oranları istatistiksel olarak değerlendirilmiş ve madde sayısı 85'e düşmüştür. Elde edilen 85 maddelik anket ile Ankara ilinin merkez ilçelerinde çalışmaya gönüllü olarak katılan 18 yaş üzeri düzenli geliri olan veya ev hanımı olup aile gelirini kullanan 600 tüketici ile görüşülerek veriler toplanmıştır. Çalışma, Gazi Üniversitesi Etik Komisyonunun 22.03.2021 tarih ve E-77082166-302.08.01-55509 sayılı onay kararı ile bilimsel yayın etik ilke ve kuralları doğrultusunda uygulanmıştır.

Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı Ölçeğinin faktör yapısını incelemek amacıyla açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapı geçerliliğine ilişkin verileri ortaya çıkarmak ve maddelerin yük verdikleri faktörleri tespit ederek bu faktörleri adlandırabilmek amacı ile 'Temel Bileşenler Analizi' kullanılmıştır. Ölçümlerin yapı geçerliğini incelemek için yapılan açımlayıcı faktör analizinde ilk olarak veri setinin faktörleşebilir olup olmadığını test etmek için Barlett Sphericity testi yapılmıştır. Verilerin faktör analizine uygunluğu için KMO değerinin .70'dan yüksek ve Barlett testinin anlamlı çıkması gerekmektedir (Büyüköztürk, vd., 2013). Yapılan analiz sonucu Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) değeri 0,904 ve Barlett küresellik testi; χ^2 değeri ise 10976,116 ($p < .001$) olarak anlamlı düzeyde olduğu bulunmuş ve örneklemin AFA için uygun olduğu görülmüştür. Veri setinin çok değişkenli normal dağılım sergileyip sergilemediğini test etmek ve uç değerleri tespit etmek için Cook's ve Leverage değerlerine bakılmıştır. Veri setinin çok değişkenli normal dağılım sergilemediği ve uç değer olmadığı görülmüştür. Madde puanları arası ilişkilere yönelik hesaplanan korelasyon katsayıları incelenmiş ve 0,80'den büyük değer olmadığı, dolayısıyla çoklu bağlantı sorunu bulunmadığı tespit edilmiştir. Tüm bu sayıtların incelenmesinden sonra açımlayıcı faktör analizine başlanmıştır. Yapılan ilk AFA sonucunda ölçeğin maddelerinin 12 faktör altında toplandığı görülmüştür. Bu 12 faktörün ölçeğe ilişkin açıkladığı varyans %59,316'dır. Burada bazı faktörlere çok az sayıda maddenin yük verdiği, bazı maddelerin birden fazla faktöre yük verdiği ve bazı yük değerlerinin ise .30'un altında olduğu görülmüş ve bu maddeler ölçekten çıkarılarak AFA tekrarlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda geriye 46 madde kalmıştır, kalan 46 maddenin 4 faktörde toplandığı ve açıklanan varyansın toplamda %43,156 olduğu görülmüştür. Bu faktörlere ait saçılma grafiği Şekil 2'de görülmektedir.



Şekil 2. Gönüllü sadelik ölçeğine ilişkin saçılma grafiği

Bu analizlerde dik döndürme tekniklerinden varimax kullanılmış ve faktör yüklerinin alt kesim noktası olarak .30 alınmış, bu değerin altında faktör yüküne sahip maddeler işleme alınmamıştır. Tablo 1’de geriye kalan 46 maddeye ait faktör yük değerleri verilmiştir.

Tablo 1. Gönüllü Sadelik Ölçeğinin Faktör Yapısı

	Faktörler				
	1	2	3	4	5
madde1		,584			
madde2		,658			
madde3		,611			
madde5		,575			
madde7		,533			
madde8		,509			
madde9		,586			
madde10		,549			
madde11		,570			
madde12		,464			
madde16		,590			
madde21		,562			
madde23		,511			
madde24		,443			
madde32	,485				
madde33	,647				
madde36	,435				
madde37	,600				
madde38	,684				
madde43	,545				
madde45	,567				
madde46	,565				
madde51	,566				
madde52	,639				

madde61	,562	
madde62	,697	
madde63	,649	
madde64	,707	
madde72	,510	
madde73	,493	
madde54	,585	
madde55	,671	
madde56	,634	
madde57	,541	
madde58	,660	
madde59	,676	
madde60	,719	
madde65	,464	
madde68	,562	
madde77	,395	
madde39		,528
madde75		,451
madde78		,518
madde79		,756
madde80		,751
madde81		,638

Tablo 1 incelendiğinde, 0,30’da düşük faktör yüküne sahip maddenin olmadığı görülmektedir. Her bir faktörü açıkladığı varyans oranı ve özdeğeri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Her Bir Faktörü Açıkladığı Varyans Oranı ve Özdeğeri

Faktörler	Özdeğer	Açıkladığı Yüzdesi	Varyans	Kümülatif Yüzdesi	Varyans
1	12,255	26,642		26,642	
2	3,206	6,970		33,611	
3	2,680	5,827		39,438	
4	1,710	3,717		43,156	

Açıklanan varyans oranının yüksek olması o faktörün ölçmeyi hedeflediği yapıyı iyi ölçtüğünün kanıtıdır. İyi bir faktöryel çözümlemede en az sayıda faktör ile en yüksek varyansın açıklanması beklenir. Açıklanan varyans değeri 0,40 ile 0,60 arasında ise faktör analizi açısından uygunluğunu göstermektedir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2014: 211).

Araştırma kapsamında yapılacak analizlerin seçiminde ölçme araçlarından elde edilen puan dağılımlarının normal dağılıma sahip olup olmadığını belirlemek amacıyla, puanların basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Bu kapsamda puan dağılımlarına ait basıklık ve çarpıklık değerlerinin -2 ile +2 arasında yer alan puan dağılımının normal dağılıma sahip olduğu aksi durumda normal dağılıma sahip olmadığı kabul edilmiştir (Hair, Black, Babin, Anderson ve Tatham, 2010: 71). Bu doğrultuda ölçekten ve alt boyutlarından elde edilen puanlara ait betimsel istatistikler Tablo 3’de görülmektedir.

Tablo 3. Yetişkinlerin Ölçeklerden Aldıkları Puanlara Ait Betimsel İstatistikler

Ölçek	$\bar{X}$	S. Sapma	Min.	Max.	Çarpıklık	Basıklık
Maddi sadelik	55,44	7,40	14	70	-0,76	1,49
Ekolojik farkındalık	36,50	6,95	10	50	-0,48	0,34
Kendine yeterlilik	67,88	6,72	16	80	-0,91	1,73
Kişisel gelişim	21,04	3,91	6	30	-0,33	0,50
Gönüllü sadelik	180,86	19,81	46	230	-0,74	1,51

Tablo 3'te gönüllü sadelik ölçeğinin tamamından ve alt boyutlarından elde edilen puan dağılımlarına ait çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde bu değerlerin tüm ölçümlerde -2 ile +2 arasında olduğu yani normal dağılım gösterdiği söylenebilir (Hair, vd, 2010: 71).

Faktör yükleri faktörlerin kararlılığını belirtir. Bir faktörün kararlı olabilmesi için en az 3 maddeden oluşması ve faktör yüklerinin de yüksek olması gerekmektedir (Stevens, 2002:80). Bir faktör yükünün minimum 0.30 olması gerekmektedir. Ayrıca bir değişkenin birden fazla faktöre verdiği faktör yükleri arasındaki farkın minimum 0.1 olması gerekmektedir (Karaman, Atar ve Çobanoğlu Aktan, 2017: 1180). Tabachnick ve Fidell (2013)'e göre bir maddenin bir faktöre olan faktör yükünün minimum 0.32 olması gerekmektedir. Bir faktör yükü negatif işaretli de olabilir. Negatif işaretli bir faktör yükü, faktörün söz konusu değişkenle olan ters ilişkisini belirtmektedir.

Öz değer, hem faktörlerce açıklanan varyansı hesaplamada hem de önemli faktör sayısına karar vermede dikkate alınan bir katsayıdır. Faktör analizinde, başlangıçta, genel olarak öz değeri 1 ya da 1'den daha büyük olan faktörler önemli faktörler olarak alınır. Birden büyük bir özdeğer anlamlı kabul edilir ve tek varyanstan daha fazla ortak varyansın bu faktör tarafından açıklandığını göstermektedir. Ancak araştırmacı, analiz sonuçlarına göre bu eşik değeri arttırabilir. Bir analizde tüm faktörler kullanılmaz (Yaşlıoğlu, 2017: 77).

İkinci açımlayıcı faktör analizi sonucu elde edilen faktör yükleri ve öz değerler Tablo 4'te görülmektedir.

Tablo 4. İkinci Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

<i>Boyutlar</i>	<i>Faktör Yükleri</i>	<i>Varyans Yüzdesi</i>	<i>Özdeğeri</i>
Kendine Yeterlilik-Belirleyicilik		26,642	12,255
<i>Enerji kaybını önlemek için izolasyona önem veririm.</i>	0,485		
<i>Kullanmadığım odanın ışıklarını kapatmaya özen gösteririm.</i>	0,647		
<i>Sağlıklı beslenmek için çaba harcarım.</i>	0,435		
<i>Maneviyat benim için önemlidir.</i>	0,600		
<i>Yakın çevremdekilerle (aile, akraba, arkadaş, komşu vb.) iyi ilişkiler kurarım.</i>	0,684		
<i>Rahat bir yaşam benim için önemlidir.</i>	0,545		
<i>Gelecekte, kendime yetebileceğim bir yaşam sürmek isterim.</i>	0,567		
<i>Stres yaratan ortamlardan uzaklaşarak sakin bir ortama yönelirim.</i>	0,565		
<i>İhtiyaç sahiplerine maddi manevi yardımlar yaparım.</i>	0,566		
<i>Kullanmadığım eşyaları ihtiyacı olanlara veririm.</i>	0,639		
<i>Organik ve doğal içerikli ürünleri satın almayı tercih ederim.</i>	0,562		
<i>Tüketimi azaltmanın çevrenin korunmasında etkili olacağı inancındayım.</i>	0,697		
<i>Çevre dostu ürünler satın alarak çevreyi koruyabileceğimin bilincindeyim.</i>	0,649		
<i>İnsanların doğa ile uyum içerisinde yaşamak zorunda olduğuna inanırım.</i>	0,707		
<i>Mümkün olduğunca kendi kendime yetmek isterim.</i>	0,510		
<i>Kullanımı basit olan ürünleri karmaşık ürünlere tercih ederim.</i>	0,493		
Maddi sadelik		6,970	3,206
<i>Çamaşır ve bulaşık makinesini tamamen dolduğunda çalıştırırım.</i>	0,584		
<i>Gereksiz harcamalarımı sınırlandırarak para biriktiririm.</i>	0,658		
<i>Kampanyalı/indirimli ürünleri takip eder, satın alırım.</i>	0,611		
<i>İhtiyacım olan ürünleri indirimde satın alırım.</i>	0,575		
<i>Çok gerekli olmayan ürünleri satın almamaya çalışırım.</i>	0,533		
<i>Sevdiklerim için manevi değeri olan hediyeler hazırlamayı tercih ederim.</i>	0,509		

Uzun süre sıkılmadan kullanacağım ürünleri satın alırım.	0,586	
Herhangi bir şeyi atmadan önce tekrar kullanıp kullanamayacağımı düşünürüm.	0,549	
Ürün ve hizmet satın alırken istek ve ihtiyaç ayırımı yapmaya dikkat ederim.	0,570	
Eskimiş olsa bile, bir ürünü bozulana dek kullanmayı tercih ederim.	0,464	
Elektrik kullanımında tasarruf yaparım	0,590	
Doğalgaz kullanımında tasarruf yaparım.	0,562	
Kullandığım su miktarını azaltmak için çaba gösteririm.	0,511	
Alışverişe liste yaparak çıkarım.	0,443	
Ekolojik Farkındalık	5,827	2,680
Evde okuduğum gazeteleri geri dönüşüm kutularına bırakırım.	0,585	
Alışveriş yaparken firmanın çevreyi korumaya yönelik politikalarını göz önüne alırım.	0,671	
Kâğıt, cam, plastik gibi ürünlerde yeniden kazanılmış olanları satın almayı tercih ederim.	0,634	
Ambalajlanması için fazla malzeme kullanılmış ürünleri satın almam.	0,541	
Ozon tabakasına zarar veren ürünleri satın almamaya çalışırım.	0,660	
Kullanılmış yağları, atık yağ toplayan birimlere ulaştırırım.	0,676	
Benzer ürünlere göre pahalı olsa da çevre dostu ürünleri tercih ederim.	0,719	
Çevreye zarar verdiğini öğrendiğim ürünleri kullanmaktan vazgeçerim.	0,464	
Ayrı olarak biriktirdiğim atıkları geri dönüşüm kutusuna atarım.	0,562	
Kullandığım araç ihtiyacımı karşılıyorsa modeli veya teknolojisi yenilendiğinde değiştirmem.	0,395	
Kişisel Gelişim	3,717	1,710
Seyahat için düzenli para ve zaman ayırırım.	0,528	
TV izlemeye ayırdığım zamanı sınırlandırırım.	0,451	
Kişisel gelişimim için para harcamaktan kaçınmam.	0,518	
Spor için düzenli olarak zaman ayırırım.	0,756	
Serbest zaman etkinliklerine düzenli zaman ayırırım.	0,751	
Kitap okumaya her gün zaman yaratırım.	0,638	
Toplam	43,156	

4. Sonuç

Bireylerin gönüllü sadelik yaşam tarzı davranışlarına etki eden faktörlerin belirlenmesine yönelik ‘Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı Ölçeği’ geliştirmek amacıyla yürütülen çalışma sonucunda; *maddi sadelik* (14 madde), *ekolojik farkındalık* (10 madde), *kendine yeterlilik-belirleyicilik* (16 madde) ve *kişisel gelişim* (6 madde) olmak üzere 4 alt boyuttan oluşan 46 maddelik bir ölçek geliştirilmiştir (EK-1).

Gönüllü sadelik anlayışının temel değerlerinden biri olan *maddi sadelik*, daha azla yetinerek bireyin yaşamını materyalistik açıdan sadeleştirmesini ifade etmektedir. Hem bireysel hem de tüketici olarak hayatı sadeleştirmek, daha az ya da ihtiyaç duyulan kadar satın almak, aşırı tüketimden kaçınmaktır (Shama, 1981, s.126). Sayısal olarak az kullanmayı önerir.

Bireyin kendi yaşam tarzıyla ilgili harcamalarının sahip olduğu gelirle orantılı olmasıdır. *Maddi sadelik*, daha ucuz olma şartı olmaksızın daha az mal ve hizmet tüketmeyi içermektedir. Tüketilen ürünlerin kaynak bakımından verimli, uzun ömürlü, kitlesel üretilmemiş ve daha doğa dostu olmaları önemlidir (McDonald, Oates, Young ve Hwang, 2006, s.516). *Ekolojik Farkındalık*; doğaya değer verme, çevreye karşı sorumlu tüketim, uygun teknoloji, dünya dostu ürünler için prim ödemedir. *Kendine yeterlilik*, kendi yolunu belirleme, kendi yaşamını daha fazla kontrol altına alma ve kurumlara daha az bağımlı kalma isteği olarak açıklanmaktadır (Shama ve Wisenblit 1984: 233). Bireyin kendi gelişimi için gereken geniş zaman ve yaratıcılığın oluşumuna yine bireyin karar vermesi olarak görülmektedir. Leonard-Barton ve Rogers kendine yeterliliği 'bireyin günlük faaliyetlerindeki doğrudan kontrol derecesini en yüksek düzeye, tüketim ve bağımlılık düzeyini ise en düşük düzeye getirecek bir yaşam tarzı' olarak tanımlar (Shama ve Wisenblit 1984: 231). Tüketici olarak bireylerin, tüketim toplumunun eylemlerini sorgulamadan takip etmemesi, kendine özgü tüketici davranışını sergilemesidir. Gönüllü sadelik, odağını maddi tüketimden kişisel ve içsel gelişim gibi maddi olmayan değerlere kaydırmayı gerektirir (Kronenberg ve Iida, 2011: 70). Gönüllü sadeliğin temel değerlerinden olan *kişisel gelişim*, iç (manevi) huzura erişmenin en kolay yolu olarak görülmektedir. Kişisel gelişim bireyin kendini dış dünyanın karmaşasından kurtararak daha çok içsel yaşamına değer vermesi, ruhani ve psikolojik açıdan kendini geliştirmesidir (Shama, 1985: 58). Pratik, yaratıcı veya entelektüel becerilerin geliştirilmesi kaygısını da ifade etmektedir (McDonald vd., 2006: 516).

Sonuç olarak, geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına dayanılarak 'Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı Ölçeği' nin tüketicilerin gönüllü sadelik yaşam tarzının belirlenmesine yönelik uygulanabilir bir ölçek olarak kullanılabileceği söylenebilir. Sürdürülebilirlik, hem çevre hem de insan sağlığının korunarak daha uzun ve kaliteli bir yaşam sağlamayı kapsayan bir kavramdır. Sürdürülebilir yaşamın önemli bir unsuru haline gelen gönüllü sadelik yaşam tarzı kavramı da gereklilik olmaktan uzaklaşarak hem bir zorunluluk hem de toplum nezdinde farkındalık yaratmada stratejik bir öneme sahip bir yaklaşım olarak ele alınmalıdır. Bu kapsamda yürütülecek çalışmalarda geliştirilen 'Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı Ölçeği'nden yararlanılabileceği düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Akbulut Ö. ve Çapık C. (2022). Çok değişkenli istatistiksel analizler için örneklem büyüklüğü. *Journal of Nursology*, 25(2), 111-116.
- Alexander, S. (2011a). The voluntary simplicity movement: reimagining the good life beyond consumer culture. university of Melbourne. *International Journal of Environmental. Cultural. Economic and Social Sustainability*, 7(3), 133-150.
- Alexander, S. (2011b). Property Beyond Growth: Toward a politics of voluntary simplicity University of Melbourne, <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.1941069>.
- Alexander, S. and Ussher, S. (2012). The voluntary simplicity movement: a multi- national survey analysis in theoretical context. *Journal of Consumer Culture* 12(1), 66– 86.
- Arnold, M.J. and Reynolds, K.E. (2003). "Hedonic shopping motivations". *Journal of Retailing*, 79(2), 77–95.
- Babaoğlu, M. ve Buğday, E.B. (2016). "Bilinçli Tüketim Kavramının Boyutları: Bilinçli Tüketim Davranışlarının Yeniden Tanımlanması". *Sosyoekonomi*, 24(30), 187- 206.
- Ballantine, P. and Creery, S. (2010). The consumption and disposition behavior of voluntary simplifiers", *Journal of Consumer Behaviour*, 9 (1), 45-56.
- Bayburt, K. (2019). Tüketicilerin Demografik ve Kişilik Özellikleri ile Gönüllü Sade Yaşam Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Trabzon.

- Bayhan, V. (2011). Tüketim Toplumunda Bireyin Ontolojik Mottosu: Tüketiyorum Öyleyse Varım. Sosyoloji Konferansları Dergisi. 43. 221-247
- Buğday, B.E. (2015). Bilinçli Tüketici Ölçeği Geliştirme Çalışması. Doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Burgiel, A., Sowa, I. and Zrałek, J. (2015). Voluntary Simplicity – sustainable alternative to overconsumption. Zeszyty Naukowe SGGW, Polityki Europejskie, Finanse i Marketing 13(62),18-29.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö, E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2013). Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri, Ankara, Pegem Akademi.
- Cengiz, H. (2014). Gönüllü Sade Yaşam Davranışının Ölüm Tüketimi Davranışına Yönelik Tutumlar Üzerine Etkisi: Türk ve Amerikan Kültürleri Arasında Bir Karşılaştırma. Doktora Tezi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., ve Büyüköztürk, Ş. (2014). Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve Lisrel uygulamaları, Ankara, Pegem Akademi Yayıncılık.
- Doğan, O., Bulut, Z.A., ve Kökalan-Çımrın, F. (2015). Bireylerin sürdürülebilir tüketim davranışlarının ölçülmesine yönelik bir ölçek geliştirme çalışması. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 29(4), 659-678.
- DeVellis, R.F. (2017). Ölçek Geliştirme Kuram ve Uygulamalar, Çev. Tarık Totan, Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık.
- Elgin, D. and Mitchell, A. (1977). Voluntary Simplicity. The Co-Evolution Quarterly. Planning Review, 5(6), 13-15.
- Ergen, A. (2014). Maddi Değerler, Gönüllü Sade Yaşam Biçimi, Çevre Bilgisi: Sürdürülebilir Tüketim Davranışı Açısından Bir Araştırma. Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ergen, A. (2016). *Sürdürülebilir tüketim gönüllü sadelik ve maddi değerler*. İstanbul: Beta.
- Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.J. and Anderson, R.E. (2014). Multivariate Data Analysis. 7th Edition, Pearson Education, Upper Saddle River.
- Iwata, O. (1997). Attitudinal and behavioral correlates of voluntary simplicity lifestyles. social behavior and personality: An International Journal, 25(3), 233-240.
- Iwata, O. (2006). An evaluation of consumerism and lifestyle as correlates of a voluntary simplicity lifestyle. Social Behavior and Personality: An International Journal. 34(5), 557-568.
- Karaman, H., Atar, B ve Çobanoğlu Aktan, D. (2017). Açımlayıcı faktör analizinde kullanılan faktör çıkartma yöntemlerinin karşılaştırılması. GEFAD / GUJGEF 37(3), 1173 -1193.
- Karapınar, E. (2013). Voluntary Simplicity in Turkey: A Segmentation Approach. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kızıldereli, C. (2020). Gönüllü Sadelik Hareketini Benimsemiş Ailelerin Tüketim Motivasyonlarının Keşfedilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Kronenberg, J. and Iida, N. (2011). Simple living and sustainable consumption. Problems of Sustainable Development, 6(2), 67-74.
- Leonard-Barton, D. (1981). Voluntary simplicity lifestyles and energy conservation. Journal of Consumer Research, 8(3), 223-234.
- McDonald, S., Oates, C.J., Young, C.W. and Hwang, K. (2006). Towards sustainable consumption: Researching voluntary simplifiers, Psychology and Marketing, 23(6), 515-534.
- Meto, H.S.(2017). Gönüllü Sadelik Akımı: Türkiye’de Nesillerin Karşılaştırılmalı Araştırması. Yüksek Lisans Tezi. Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Özgül, E. (2010). Tüketicilerin değer yapıları, gönüllü sade yaşam tarzı ve sürdürülebilir tüketim üzerindeki etkileri. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 28(2), 117-150.
- Özgül, E.(2011).Tüketicilerin Sosyo-Demografik Özelliklerinin Hedonik Tüketim ve Gönüllü Sade Yaşam Tarzları Açısından Değerlendirilmesi. *Ege Academic Review*, 11(1), 25-38.
- Porritt, J. (1989). Yeşil Politika (Çev. Alev Türker), İstanbul, Ayrıntı.
- Rich, S.A., Wright, B.J. and Bennett, P.C. (2020). Development of the voluntary Simplicity Engagement Scale: Measuring Low-Consumption Lifestyles. *Journal of Consumer Policy*, 43(2), 295-313.
- Shama, A. (1981). Coping with stagflation: voluntary simplicity. *Journal of Marketing*. Summer 45(3), 120-134.
- Shama, A. and Wisenbilt, J. (1984). Values of voluntary simplicity: Lifestyle and Motivation. *Psychological Reports*, 55(1), 231-240.
- Shama, A. (1985). The voluntary simplicity consumer. *The Journal of Consumer Marketing*, 2(4), 57-63.
- Shaw, D. and Newholm, T. (2002). Voluntary simplicity and the ethics of consumption. *Psychology Marketing* (19),167-185.
- Solomon, M.R. (2004). Tüketici krallığının fethi.(Çev. Çetinkaya).MediaCat. İstanbul.
- Stevens, J. P. (2002). Applied multivariate statistics for the social sciences (Fourth Edition). New Jersey: Lawrance Erlbaum Association.
- Tabachnick, B. G. and Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics (Sixth Edition). USA: Pearson Education Limited.
- Topçu, F. (2013). Tüketim Kültürüne Karşı Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı ve İlköğretim Öğretmenleri Üzerinde Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Kütahya.
- Torlak, O. (2016).Tüketim bireysel eylemin toplumsal dönüşümü. Genişletilmiş 2. Baskı. İstanbul: İnkılab Yayınları.
- Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, 74-85.

EK-1 Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı Ölçeği

Gönüllü Sadelik Yaşam Tarzı Ölçeği	1	2	3	4	5
Alt Boyut ve Maddeleri					
Kendine Yeterlilik-Belirleyicilik					
1.Enerji kaybını önlemek için izolasyona önem veririm.					
2.Kullanmadığım odanın ışıklarını kapatmaya özen gösteririm.					
3.Sağlıklı beslenmek için çaba harcarım.					
4.Maneviyat benim için önemlidir.					
5.Yakın çevremdekilerle (aile, akraba, arkadaş, komşu vb.) iyi ilişkiler kurarım					
6.Rahat bir yaşam benim için önemlidir.					
7.Gelecekte,kendime yetebileceğim bir yaşam sürmek isterim					
8.Stres yaratan ortamlardan uzaklaşarak sakin bir ortama yönelirim.					
9.İhtiyaç sahiplerine maddi manevi yardımlar yaparım.					
10.Kullanmadığım eşyaları ihtiyacı olanlara veririm					
11.Organik ve doğal içerikli ürünleri satın almayı tercih ederim.					
12.Tüketimi azaltmanın çevrenin korunmasında etkili olacağı inancındayım.					
13.Çevre dostu ürünler satın alarak çevreyi koruyabileceğimin bilincindeyim.					
14.İnsanların doğa ile uyum içerisinde yaşamak zorunda olduğuna inanırım.					
15.Mümkün olduğunca kendi kendime yetmek isterim.					
16.Kullanımı basit olan ürünleri karmaşık ürünlere tercih ederim.					
Maddi sadelik					
17.Çamaşır ve bulaşık makinesini tamamen dolduğunda çalıştırırım.					
18.Gereksiz harcamalarımı sınırlandırarak para biriktiririm.					
19.Kampanyalı/indirimli ürünleri takip eder, satın alırım.					
20.İhtiyacım olan ürünleri indirimde satın alırım.					
21.Çok gerekli olmayan ürünleri satın almamaya çalışırım					
22.Sevdiklerim için manevi değeri olan hediyeler hazırlamayı tercih ederim					
23.Uzun süre sıkılmadan kullanacağım ürünleri satın alırım.					
24.Herhangi bir şeyi atmadan önce tekrar kullanıp kullanamayacağımı düşünürüm.					
25.Ürün ve hizmet satın alırken istek ve ihtiyaç ayırımı yapmaya dikkat ederim.					
26. Eskimiş olsa bile, bir ürünü bozulana dek kullanmayı tercih ederim.					
27.Elektrik kullanımında tasarruf yaparım.					
28.Doğal gaz kullanımında tasarruf yaparım.					
29.Kullandığım su miktarını azaltmak için çaba gösteririm.					
30.Alışverişe liste yaparak çıkarım.					
Ekolojik Farkındalık					
31.Evde okuduğum gazeteleri geri dönüşüm kutularına bırakırım.					
32.Alışveriş yaparken firmanın çevreyi korumaya yönelik politikalarını göz önüne alırım					
33.Kâğıt, cam, plastik gibi ürünlerde yeniden kazanılmış olanları satın almayı tercih ederim.					
34.Ambalajlanması için fazla malzeme kullanılmış ürünleri satın almam.					
35.Ozon tabakasına zarar veren ürünleri satın almamaya çalışırım.					
36.Kullanılmış yağları, atık yağ toplayan birimlere ulaştırırım.					
37.Benzer ürünlere göre pahalı olsa da çevre dostu ürünleri tercih ederim					
38.Çevreye zarar verdiğini öğrendiğim ürünleri kullanmaktan vazgeçerim.					

39.Ayrı olarak biriktirdiğim atıkları geri dönüşüm kutusuna atarım.					
40.Kullandığım araç ihtiyacımı karşılıyorsa modeli veya teknolojisi yenilendiğinde değiştirmem.					
Kişisel Gelişim					
41.Seyahat için düzenli para ve zaman ayırırım.					
42.TV izlemeye ayırdığım zamanı sınırlandırırım.					
43.Kişisel gelişimim için para harcamaktan kaçınmam.					
44.Spor için düzenli olarak zaman ayırırım.					
45.Serbest zaman etkinliklerine düzenli zaman ayırırım.					
46.Kitap okumaya her gün zaman yaratırım.					

1.Hiç Katılmıyorum 2.Katılmıyorum 3. Kararsızım 4.Katılıyorum 5.Tamamen Katılıyorum