Sporda Kendine Güven Kaynaklar? Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Sporda Kendine Güven Kaynaklar? Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31058

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Sporda Kendine Güven Kaynaklar? Ölçe?i (SKGKÖ), sporcular?n performans s?ras?nda kendilerine olan güvenlerini hangi faktörlerden ald?klar?n? ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir psikometrik araçt?r. Bu ölçek, Miçoo?ullar? ve Kirazc? (2010) taraf?ndan orijinal ?ngilizce versiyonundan Türk popülasyonuna **uyarlanm??t?r**. Ölçek, spor ba?lam?nda kendine güvenin dokuz farkl? alt boyutunu de?erlendiren 43 maddeden olu?maktad?r. Bu alt boyutlar, sporcular?n antrenman ve yar??ma ortamlar?nda kar??la?t?klar? çe?itli içsel ve d??sal etkenleri kapsamaktad?r. SKGKÖ, özellikle spor **psikolojisi** alan?nda yap?lan ara?t?rmalarda, sporcular?n psikolojik haz?rl?k düzeylerini belirlemek ve müdahale programlar? geli?tirmek için önemli bir tan? arac?d?r.

Anahtar Kelimeler

Spor psikolojisi, Kendine güven, Öz yeterlik, Psikometrik araç, Ölçek uyarlama, Spor performans?, SKGKÖ, Likert.

Yazarlar

B. Okan Miçoo?ullar?, S. Kirazc?.

Amaç

Sporda Kendine Güven Kaynaklar? Ölçe?i'nin temel amac?, sporcular?n müsabaka veya performans anlar?nda yüksek **kendine güven** duygusunu besleyen spesifik kaynaklar? belirlemektir. Ölçek, sporcular?n ba?ar?ya ula?mak için hangi çevresel, zihinsel veya sosyal faktörlere güvendiklerini nicel olarak ortaya koyarak, antrenörlere ve spor psikologlar?na özelle?tirilmi? e?itim stratejileri olu?turmada rehberlik etmeyi hedefler. Bu uyarlama çal??mas?, orijinal ölçe?in kültürel e?de?erli?ini ve psikometrik özelliklerini Türk sporcu popülasyonunda do?rulamay? amaçlam??t?r.

Yap? (Konstrukt)

Ölçe?in ölçtü?ü ana yap?, sporcular?n performans s?ras?nda sahip olduklar? **öz yeterlik** veya kendine güven duygusunu destekleyen dokuz farkl? kaynak alan?d?r. Bu kaynaklar, Bandura'n?n sosyal bili?sel teorisinden türetilen ve spor ba?lam?na özgü hale getirilen unsurlard?r. Her bir alt boyut, sporcunun genel kendine güven düzeyine katk?da bulunan benzersiz bir faktörü temsil eder.

Yap?sal olarak, ölçek, sporcunun kendi içsel haz?rl??? (Fiziksel/Zihinsel Haz?rl?k), d??sal etkile?imleri (Koçun Liderli?i, Sosyal Destek) ve çevresel ko?ullar? (Durumsal Uygunluk, Çevresel Rahatl?k) kapsayan geni? bir yelpazede kaynaklar? de?erlendirir. Bu çok boyutlu yap?, sporcunun

ARABPSYCHOLOGY.COM

güveninin tek bir kaynaktan ziyade karma??k bir etkile?im sonucu olu?tu?unu varsayar.

Geçerlik

Miçoo?ullar? ve Kirazc? (2010) taraf?ndan gerçekle?tirilen uyarlama çal??mas?nda, orijinal ölçe?in geçerlik çal??malar? detayl? olarak incelenmi?tir. Uyarlama sürecinde, ölçe?in yap?sal geçerli?ini incelemek amac?yla **faktör analizi** teknikleri kullan?lm??t?r. Bu analizler, Türk popülasyonunda da orijinal ölçekteki dokuz faktörlü yap?n?n korundu?unu göstermeyi amaçlam??t?r. Çal??mada, ölçe?in maddelerinin ilgili alt boyutlarla yüksek korelasyon gösterdi?i ve beklenen teorik yap?y? destekledi?i raporlanm??t?r. Detayl? geçerlik katsay?lar? (örne?in, Do?rulay?c? Faktör Analizi sonuçlar?) uyarlama makalesinde yer almaktad?r.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik çal??malar?, iç tutarl?l?k katsay?lar? (Cronbach Alfa) arac?l???yla de?erlendirilmi?tir. Uyarlama çal??mas?nda, ölçe?in genel olarak ve alt boyutlar baz?nda yeterli düzeyde iç tutarl?l??a sahip oldu?u belirlenmi?tir, bu da maddelerin ayn? yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü göstermektedir. Güvenirlik katsay?lar?n?n detaylar? kaynak metinde aç?kça belirtilmemi? olsa da, uyarlama çal??mas? ölçe?in Türk kültüründe psikometrik olarak güvenilir oldu?unu ortaya koymu?tur.

Faktör Analizi

Sporda Kendine Güven Kaynaklar? Ölçe?i (SKGKÖ), uyarlama çal??mas?nda da korunan dokuz alt boyuttan olu?an çok faktörlü bir yap?ya sahiptir. Bu yap?, 43 maddeyi a?a??daki dokuz faktör alt?nda toplam??t?r:

Fiziksel/Zihinsel Haz?rl?k (6 madde): Sporcunun fiziksel durumu ve zihinsel odaklanma yetene?i.
Koçun Liderli?i (5 madde): Koçun motivasyonu, talimatlar? ve liderlik tarz?n?n sporcu üzerindeki olumlu etkisi.
Empati Deneyimi (5 madde): Ba?kalar?n?n ba?ar?l? performanslar?n? gözlemleme yoluyla dolayl? olarak kazan?lan güven.
Sosyal Destek (6 madde): Aile, arkada?lar ve tak?m arkada?lar?ndan sa?lanan duygusal ve enstrümantal destek.
Becerinin Sunumu (5 madde): Sporcunun kritik anlarda becerilerini etkili ve ba?ar?l? bir ?ekilde sergileme yetene?i.
Uzmanl?k (5 madde): Sporcunun kendi spor dal?nda yetkin ve bilgili hissetmesi.
Durumsal Uygunluk (3 madde): Ortam?n ve durumun ba?ar?ya elveri?li olarak alg?lanmas? (örne?in, hava ko?ullar?, zemin).
Çevresel Rahatl?k (4 madde): Yar??ma veya antrenman ortam?n?n rahat, tan?d?k ve bask?dan

ARABPSYCHOLOGY.COM

uzak alg?lanmas?.
Fiziksel Benlik Sunumu (3 madde): Sporcunun d?? görünü?ünün ve vücut dilinin güven yans?tmas?.

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Uyarlama Ölçe?i (Orijinali ?ngilizce, uyarlamas? Türkçe)

Format: Kendine raporlama (Self-Report) arac?d?r ve 7'li **Likert** tipi derecelendirme kullan?r.

Mevcut Dil: Türkçe.

Popülasyon Grubu: Sporcular (tak?m ve bireysel spor dallar?nda aktif olan genç ve yeti?kin sporcular).

Ya? Grubu: Genç yeti?kinlik ve yeti?kinlik dönemi sporcular?.

Popülasyon Detaylar?: Türk sporcu popülasyonu üzerinde standartla?t?r?lm??t?r.

Test Metodolojisi: Kat?l?mc?lar, her bir madde için kendilerine güven veren kayna??n önemini 1 (Hiç Önemli De?il) ile 7 (Çok Önemli) aras?nda bir de?er vererek belirtirler. Yüksek puanlar, ilgili kayna??n sporcunun kendine güveni üzerindeki etkisinin yüksek oldu?unu gösterir.

Anahtar Kelimeler

Spor psikolojisi, Kendine güven kaynaklar?, Öz yeterlik, Sporcu performans?, Psikometrik de?erlendirme, Uyarlama çal??mas?, Çok boyutlu ölçek.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?: Bilgi mevcut de?ildir.

Kurum E-posta Adresleri: B. Okan Miçoo?ullar? (Sorumlu Yazar): okan@metu.edu.tr

Yaz??ma Adresi: Bilgi mevcut de?ildir (Ortado?u Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi ile ili?kilidir).

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

?zinler ve Kullan?m: Ölçe?in akademik ve ara?t?rma amaçl? kullan?m? için sorumlu yazar (B. Okan Miçoo?ullar?) ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

Ücret: Ticari olmayan akademik kullan?mlarda genellikle ücretsizdir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Test Y?l?: Türk popülasyonuna uyarlama çal??mas? 2010 y?l?nda yay?mlanm??t?r.

Referanslar

Miçoo?ullar?, B. O. ve Kirazc?, S. (2010). Sporda Kendine Güven Kaynaklar? Ölçe?inin Türk popülasyonuna uyarlanmas?. *Spor Bilimleri Dergisi*, *21* (4), 154-163. Makalenin Dergipark ba?lant?s?: dergipark.ulakbim.gov.tr

Sorumlu yazar?n ileti?im adresi: okan@metu.edu.tr

Ölçe?in orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: sporda-kendine-guven-kaynaklari-olcegi-skgko-toad.pdf

Sporda Kendine Güven Kaynaklar? Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmu?tur ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

9 alt boyut ve 43 madde

Fiziksel/Zihinsel Haz?rl?k (6 m):
Koçun Liderli?i (5 m):
Empati Deneyimi (5 m):
Sosyal Destek (6 m):
Becerinin Sunumu (5 m):
Uzmanl?k (5 m):
Durumsal Uygunluk (3 m):
Çevresel Rahatl?k (4 m):
Fiziksel Benlik Sunumu (3 m):

ARABPSYCHOLOGY.COM