

Geliş Tarihi (Received): 27.01.2019
Kabul Tarihi (Accepted): 07.10.2019
SPORMETRE, 2019,17(4),42-55
DOI: 10.33689/spormetre.518329

SPOR DUYGU ÖLÇEĞİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI*

Osman URFA¹, F. Hülya AŞCI¹

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Öz: Bu çalışmanın amacı Spor Duygu Ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğinin sporcularda test edilmesidir. Çalışmanın örneklemini, 8 farklı branşta yer alan, 109 erkek ($\bar{x}_{yaş}=22.69\pm 6.70$), 82 kadın ($\bar{x}_{yaş}=20.63\pm 5.80$) olmak üzere toplam 191 sporcu ($\bar{x}_{yaş}=21.81\pm 6.40$) oluşturmaktadır. Spor Duygu Ölçeği 22 madde ve 5 alt boyuttan oluşan 5’li likert tipi bir ölçektir. Sporcuların müsabakadan önce veya müsabaka anında yaşadıkları duyguları Kaygı, Keyifsizlik, Öfke, Coşku ve Mutluluk olmak üzere 5 alt boyutta değerlendirmektedir. Çalışmada yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi, yakınsak ve iraksak geçerlik için Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği ile Spor Duygu Ölçeği arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla pearson momentler çarpımı korelasyon analizi kullanılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach’s alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin Türkçe formunun orijinal beş faktörlü (Kaygı, Keyifsizlik, Öfke, Coşku, Mutluluk) yapıyı desteklediği bulunmuştur ($\chi^2/df= 1.383$, GFI= 0.886, CFI= 0.953, RMR= 0.049, RMSEA= 0.045). Madde faktör yükleri 0.49 ile 0.85 arasında değişmektedir. Ölçüt geçerliği için yapılan pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonucunda; Negatif duygular ile Kaygı ($r=0.15$, $p<0.05$), Keyifsizlik ($r=0.29$, $p<0.01$) ve Öfke ($r=0.26$, $p<0.01$) duyguları arasında pozitif yönlü; Coşku ($r=-0.26$, $p<0.01$) ve Mutluluk ($r=-0.15$, $p<0.05$) duyguları ile negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Pozitif duygular ile Coşku ($r=0.39$, $p<0.01$) ve Mutluluk ($r=0.36$, $p<0.01$) duyguları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarına ait güvenilirlik katsayısı ise 0.77 (Kaygı) ile 0.87 (Coşku) aralığında değişmektedir. Spor Duygu Ölçeği Türkçe formunun sporcuların müsabaka öncesi ve müsabaka sırasındaki duygularını ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Duygu, Kaygı, Keyifsizlik, Öfke, Coşku

SPORT EMOTION QUESTIONNAIRE: RELIABILITY AND VALIDITY STUDY

Abstract: The purpose of this study was to test the reliability and validity of Turkish version of Sport Emotion Questionnaire (SEQ) for athletes. One hundred and nine males ($M_{age}=22.69\pm 6.70$) and 82 females ($M_{age}=20.63\pm 5.80$), totally 191 athletes ($M_{age}=21.81\pm 6.40$) voluntarily participated in this study. SEQ is a five point likert scale and includes 22 items. SEQ assess emotions before and during competition of athletes on five subscales - Anger, Anxiety, Dejection, Excitement, Happiness-. Confirmatory factor analysis was used to test the construct validity and Pearson Product Moment Correlation analysis was used to test the correlation between Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) and SEQ for convergent and divergent validity. In addition, Cronbach Alpha internal reliability coefficients were computed for each subscales to test the reliability. Confirmatory factor analysis revealed that the construct validity of the Turkish scale was consistent with the original five-factor structure of the SEQ ($\chi^2/df= 1.383$, GFI= 0.886, CFI= 0.953, RMR= 0.049, RMSEA= 0.045). Item factor loadings were ranged between 0.49 and 0.85. Pearson correlation analysis revealed significant positive relationship of negative affect with Anxiety ($r=0.15$, $p<0.05$), Dejection ($r=0.29$, $p<0.01$) and Anger ($r=0.26$, $p<0.01$). On the other hand, Excitement and Happiness were negatively correlated with Negative Affect. Excitement and Happiness were positively correlated with Positive Affect. Internal consistency of the subscales was ranged between 0.77 (Anxiety) and 0.87 (Excitement). It can be concluded that five-factor model of the SEQ is appropriate for measuring emotions before and during competition in Turkish athletes.

Keywords: Emotion, Anger, Anxiety, Dejection, Excitement

**Bu araştırma 31 Ekim- 03 Kasım 2018 tarihleri arasında Antalya’da düzenlenen 16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi’nde “Sporda Duygu Anketi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması” adıyla poster bildiri olarak sunulmuştur.*

GİRİŞ

Duygu kavramı üzerinde farklı tanımlamalar yapılmakla birlikte üzerinde tam olarak uzlaşmış bir tanımlama bulunmamaktadır. Örneğin, Morgan (2011) duyguyu davranışsal olarak derin uykudan yüksek düzeyde gerilime kadar değişebilen genel uyarılmışlık hali olarak; Campos, Campos ve Barrett (1989) içsel ve dışsal uyaranlar arasındaki ilişkinin yapılandırılmasına ve yürütülmesine yarayan işlevler olarak; Özgüngör (2018) ise “çevresel uyarılara ilişkin algı ve tepkilerimizi yöneten, bilişsel, psikolojik ve davranışsal boyutlar içeren, olumlu ve olumsuz çizgide değişen his ve fizyolojik tepki örüntüleri” olarak tanımlamaktadır. Bunun yanısıra, duygularla ilgili yapılan tanımlardan bazıları duyguların işlevlerini içermektedir. Örneğin Frijda (1988) duyguların organizmayı harekete geçiren ve güdüleyen bir yapısının olduğunu, Morgan (2011) benzer şekilde duyguların yönlendirici ve güdüleyici özelliğinin olduğunu ve bu nedenle yaşamda nelerle ilgilenip nelerden kaçınacağımıza etki ettiğini belirtmektedir.

Duyguların tanımlanması, işlevlerinin değerlendirilmesi, duygu deneyimlerinin nasıl oluştuğu ve gerçekleştiğini açıklamak üzere birçok açıklama ve kuram bulunmaktadır. William James ve Carl Lange’ın biribirinden habersiz bir şekilde yaptığı fakat benzer sonuçlara ulaştığı için James-Lange kuramı olarak bilinen yaklaşım duyguların açıklanmasını ele alan çalışmalardan biridir. Kuram dışsal uyarıcıların bireyde fizyolojik değişimler oluşturduğunu ve daha sonra fizyolojik olarak yaşanan bu değişimin algılandığını ve sonrasında yaşanan duyguların belirlendiğini belirtmektedir (James, 1884). Walter Cannon ve Philip Bard ise Cannon-Bard kuramında, James-Lange kuramına karşı çıkarak yeni bir görüş öne sürmüşlerdir. Onlara göre uyarıcılar öncelikle beynin talamus bölgesine gelmekte ve daha sonra fizyolojik değişimlerin oluşturmaktadır. Bu kuram nörofizyolojik açıklamaları vurgulaması açısından önemlidir (Strongman, 2003). Schachter ve Singer’ın ortaya koyduğu İki Faktör Kuramı (Two-Factor Theory) ise fizyolojik uyarılmışlığın ve bilişlerin (algılar, yaşanmışlıklar, yorumlamalar) birlikte duyguları oluşturduğunu belirtmektedir (Myers, 2010). Duyguları açıklamaya yönelik geliştirilen bilişsel kuramlarda ise genel olarak içsel ve dışsal uyarıcılar karşısında ortaya çıkan bilişsel süreçlerin, bilişsel değerlendirmelerin duyguları ortaya çıkardığı söylenmektedir (Lazarus, 1991; Strongman, 2003).

Farklı kuramsal yaklaşımlara göre farklı boyutlarıyla ele alınan duygular, bireyleri birçok alanda etkilemektedir. Örneğin Gross (1999), duyguların karar verme süreci üzerinde etkili olduğu, motor tepkileri hazırladığı, öğrenmeyi geliştirdiği, sosyal davranışları düzenlediği gibi birçok etkisinin olduğu belirtilmektedir. Bunun yanında Özgüngör (2018) duyguların, dikkat, konsantrasyon, hafıza ve karar verme üzerinde etkili olduğunu; Campos, Keltner ve Tapias (2004) ise ruh sağlığı ve fiziksel rahatsızlıklar üzerinde; çalışanların iş tatmini, performans ve tükenmişlik düzeyi üzerinde; okullarda ise akademik başarı, sosyal uyum ve antisosyal davranışlar gibi dışsallaştırma problemleri üzerinde etkili olduğunu belirtmektedir. Spor ortamı ise duyguların incelenmesi açısından ayrı bir öneme sahiptir. Spor psikolojisinde uzun yıllar daha çok kaygı ve stres gibi duyguların sporcuya olumsuz etkileri üzerinde çalışmalar yapılsa da son zamanlarda spora özgü gelişmeler yaşanmaktadır (Robazza, 2006). Bireysel Optimal Fonksiyon Alanı (IZOF; Individual Zone of Optimal Functional) kuramı bu gelişmelerden birisidir. Bu kurama göre her sporcunun optimal performansını sergilediğinde yaşadığı farklı duygular bulunmaktadır. Bu kuramdan hareketle yapılan çalışmalarda sporcunun optimal performans sergilediği sırada yaşadığı duyguları belirlenmekte ve elde edilen verilere göre uygulamalı çalışmalar yapılmaktadır (Hanin ve Syrjä, 1995; Robazza, Pellizzari ve Hanin, 2004; Ruiz ve Hannin, 2004).

Egzersiz ve spor psikolojisi alan yazınında duyguların önemi ile ilgili birçok çalışma yapılmıştır. Yapılan çalışmalar öfke (Mowlaie, Besharat, Pourbohloul ve Azizi, 2011; Ruiz ve Hanin, 2011), kaygı (Chapman, Lane, Brierley ve Terry, 1997), gerginlik, karmaşa (Brandt, Bevilacqua ve Andrade, 2017), çöküntü ve yorgunluk (Brandt, da Silveira Viana, Brusque Crocetta ve Andrade, 2016) gibi olumsuz duyguların sportif performansı düşürdüğünü, dinçlik (Brandt ve ark., 2016; Brandt ve ark., 2017) gibi olumlu duyguların ise sportif performansı arttırdığını ortaya koymuştur. Bu çalışmaların yansira, sporda duyguların önemini vurgulayan birçok derleme (Hanin, 2007; Jones, 2003, 2012; McCarthy, 2011; Robazza, 2006) yazılmış ve meta-analiz çalışmaları (Beedie, Terry ve Lane, 2000; Craft, Magyar, Becker ve Feltz, 2003; Jokela ve Hanin, 1999) yapılmıştır.

Gerek derleme çalışmalar gerek meta-analiz çalışmalarında duygular ile sportif performans/başarı arasındaki ilişki açıkça ortaya konmuştur. Örneğin, Jones 2003 ve 2012 yılında yazdığı derleme makalelerde duyguların, sporcularda fiziksel, bilişsel ve motivasyonel değişikliklere sebep olduğunu ve bu değişiklikler sonucunda performansta azalma veya artma olduğunu; duyguların etkisinin spor branşının ve yapılacak görevin özelliklerine göre değiştiğini belirtmiştir. Hanin (2007) ve Robazza (2006) ise duyguların performansla ilişkisini Bireysel Optimal Fonksiyon Alanı (IZOF; Individual Zone of Optimal Functional) kuramı doğrultusunda ele alarak yazdıkları derleme makalelerinde, sporcuların optimal performansında gözlenen duyguların önemli olduğunu, sporcunun duyguları optimal bölgede ise yüksek performans, optimal bölge dışında ise düşük performans sergilediklerini ortaya koymuştur.

Derleme çalışmalarını yanı sıra, yapılan araştırmalardan hareketle birçok meta-analiz çalışması da yapılmıştır. Örneğin, Beedie, Terry ve Lane (2000), duygular ile sportif başarı arasındaki ilişkiyi değerlendirirken Duygudurum Profiline (McNair, Lorr ve Droppleman, 1981; POMS; Profile of Mood States) kullanıldığı 29 araştırmayı incelemiş ve bu araştırmalarda performans ile dinçlik duygusu arasında pozitif yönlü, karmaşa ve çöküntü duyguları arasında negatif yönlü ilişki bulunduğunu ifade etmiştir. Kaygı sportif performans ile ilişkisi en sık incelenen duygulardandır. Örneğin, Craft, Magyar, Becker ve Feltz (2003) ile Woodman ve Hardy (2003) Yarışma Durumluk Kaygı Ölçeği'ni (Competitive State Anxiety Inventory-2; Martens, Burton, Vealey, Bump ve Smith, 1990) kullanarak durumluk kaygı (somatik kaygı, bilişsel kaygı, özgüven) ile performans arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaları incelemiş ve durumluk kaygı ile performans arasında negatif yönlü ilişki olduğu bulunmuştur. Durumluk kaygı ile performans arasındaki ilişkiyi meta-analiz yöntemiyle inceleyen diğer bir araştırma ise Jokela ve Hanin'in (1999) IZOF temelli yapılan 19 araştırmayı incelemesi ile gerçekleşmiştir. Bu araştırmada, sporcuların durumluk kaygı düzeyleri, bireysel optimal fonksiyon alanı içindeyse veya bu alana yakınsa sporcuların başarılı performans sergilediği belirtilmektedir.

Duygular ile performans arasındaki ilişkiyi ortaya koyan bu araştırmaların yanında duygu düzenleme becerisi ve duygu kontrolünün de sportif performansa katkısı üzerinde birçok çalışma yer almaktadır. Örneğin, Wagstaff (2014) bisikletçilerde duygu düzenlemenin performansa olumlu etki yaptığını belirtirken; Balk, Adriaanse, de Ridder ve Evers (2013) baskı altında performans sergileyebilmek için duygu düzenleme stratejilerin önemli olduğunu belirtmektedir. Duygular ile performans arasındaki ilişkiyi inceleyen tüm bu çalışmalar sporda duyguların önemini ortaya koymaktadır. Duyguların sadece sportif performansa değil, sporcuların fiziksel, bilişsel ve motivasyonel durumlarına da etki ettiği (Jones, 2003, 2012) düşünülürse sporda duyguların önemi daha da ön plana çıkmaktadır. Bu amaçla spor psikoloji çalışmalarında hem sporcuların duygularının ölçülmesi hem de sporcuların duygularını düzenleme becerilerinin geliştirilerek sportif performansın artırılması üzerine çalışmalar

yapılmaktadır (Örn., Balk ve ark., 2013; Wagstaff, 2014). Bu bağlamda sportif performansa etki eden duyguların değerlendirilmesi araştırmacıların ilgi odağı olmuştur.

Alan yazında sporcuların duygularını değerlendirmek amacıyla farklı ölçme araçları geliştirilmiştir. Sporcuların duygularını değerlendirmek için genel psikoloji alanında da sık kullanılan duyguların çok boyutlu değerlendirilmesine yönelik olan Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği (PANAS; Watson, Clark ve Tellegen, 1988) ve Duygudurum Profili (POMS, McNair, Lorr ve Droppleman, 1981) gibi ölçme araçlarının kullanıldığı görülmektedir. Bu ölçme araçlarının sporcu gruplar üzerinde geçerlik ve güvenilirliği yapılmış olsa da (Örn., Crocker, 1997; Gaudreau, Sanchez ve Blondin, 2006; Lan, Lane, Roy ve Hanin, 2012; Terry ve Lane, 2000; Terry, Lane ve Fogarty, 2003) bu ölçeklerin geliştirilme amaçlarında ve geliştirilme yönteminde spora özgü bir çalışma yer almamaktadır. Bunun yanı sıra, kullanılan bu ölçeklerle ilgili bazı metodolojik sorunlar dile getirilmiştir. Örneğin Duygudurum Profiliinde yer alan duyguların sporda yaşanan duygular ile uyumlu olmadığı (Prapavessis, 2000) ve aynı zamanda bu ölçme aracında bulunan “yorgunluk-durgunluk (fatigue)” alt boyutunun bir duygu ifadesi olmadığı belirtilmektedir (Jones, Lane, Braj, Uphill ve Catlin, 2005). Bunun yanında, Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeğinin bireylerin daha çok gündelik yaşamlarına yönelik duygularını pozitif ve negatif olarak iki grupta ele almış olması da kritik edilmiştir (Jones ve ark., 2005).

Duyguların çok boyutlu ölçülmesinin yanı sıra, alan yazında kaygı, öfke gibi duyguları tek tek ölçmek amacı ile geliştirilen ölçme araçları da mevcuttur. Örneğin, Müsabaka Kaygı Envanteri (Sport Competition Anxiety Test; Martens, Vealey ve Burton, 1990), Yarışma Durumluk Kaygı Ölçeği (Competitive State Anxiety Inventory-2; Martens, Burton, Vealey, Bump ve Smith, 1990), Spor Kaygı Envanteri-2 (Sport Anxiety Scale-2; Smith, Smoll, Cumming ve Grossbard, 2006) gibi ölçme araçları sporcuların sadece kaygı duygularını ölçerken; Rekabetçi Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (Competitive Aggressiveness and Anger Scale; Maxwell ve Moores, 2007) sporcuların sadece öfke ve saldırganlık duygularını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir.

Sporcularda yapılan birçok araştırmada duyguların spora özgü ölçüm araçları ile değerlendirilmediği de görülmektedir. Örneğin birçok çalışmada sporcuların öfke düzeyleri (Örn., Dunn, Gotwals, Dunn ve Syrotuik, 2006; Woodman, Davis, Hardy, Callow, Glasscock ve Yuill-Proctor, 2009) Durumluk ve Sürekli Öfke Ölçeği (State-Trait Anger Scale) gibi spora özgü olmayan ölçme aracı ile değerlendirilmiştir.

Tüm bu araştırmalar ve kullanılan ölçme araçları egzersiz ve spor psikolojisi alan yazınına önemli katkılar sağlarken, bu araştırmalarda spora özgü olmayan ölçme araçlarının kullanılması ya da spora özgü olan ölçme araçlarının tek bir duyguyu ölçmesi sınırlılık oluşturmaktadır. Jones ve ark. (2005) hem spora özgü hem de birçok duyguyu aynı anda ölçebilen bir ölçme aracı geliştirmek amacıyla Spor Duygu Ölçeği (Sport Emotion Questionnaire) geliştirmişlerdir. Bu ölçme aracı sporcuların duygularını müsabakadan önce durumluk olarak veya müsabakadan sonra, o müsabakada yaşadıkları duyguları ölçmek amacıyla kullanılabilir (Allen, Jones ve Sheffield, 2011; Jones ve ark., 2005; McCormick, Meijen, Marcora, 2018; Vast, Young ve Thomas, 2010). Ölçeğin farklı kültürlerde geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Örneğin, Martinent, Gareau, Lienhart, Nicaise ve Guillet-Descas (2018) Fransızca; Robazza, Bertollo, Ruiz ve Bortoli (2016) ise İtalyanca formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını yapmışlardır. Sorokowski, Sorokowska, Onyishi ve Szarota (2013) ise ölçeğe ait Mutluluk, Öfke ve Coşku alt boyutlarının uyarlamasını yaparak Polonyalı sporcular üzerinde uygulanmıştır.

Spor Duygu Ölçeğinin farklı kültürlerde kullanılması ve geniş bir kullanım alanının olması nedeniyle sporcularla yapılan birçok farklı araştırmada kullanılabilir bir ölçme aracıdır. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı ise Spor Duygu Ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğinin test edilmesidir. Bu çalışma sayesinde sporcuların duyguları ile yapılacak araştırmaların artacağı ve spor psikolojisi alan yazınına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmaya katılan örneklem grup, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, çeviri işlemi, verilerin toplanması ve verilerin analizi yer almaktadır.

Örneklem

Bu araştırmada olasılıksız örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemini, 8 farklı branşta yer alan (Futbol, Basketbol, Voleybol, Tenis, Masa tenisi, Yüzme, Atıcılık, Snooker), 109 erkek ($\bar{x}_{yaş}=22.69\pm 6.70$), 82 kadın ($\bar{x}_{yaş}=20.63\pm 5.80$) olmak üzere toplam 191 sporcu ($\bar{x}_{yaş}=21.81\pm 6.40$) oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan sporcuların rekabetçi bir müsabaka periyodu içinde olması temel ölçüt olarak alınmıştır. Katılımcılar yaklaşık olarak 6 yıldır ($\bar{x}_{deneyim}= 5.54\pm 4.06$) belirtmiş oldukları branşta mücadele etmektedir. Katılımcılara ait ayrıntılı tanımlayıcı istatistikler Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcılara ait tanımlayıcı istatistikler

Cinsiyet	Branş	n	Yaş	Deneyim (yıl)
Erkek	Futbol	39	20.21 ± 4.60	5.87 ± 2.91
	Basketbol	19	24.89 ± 4.22	9.95 ± 4.62
	Voleybol	18	19.56 ± 3.54	4.50 ± 2.90
	Tenis	5	32.80 ± 9.37	15.00 ± 6.52
	Yüzme	5	17.40 ± .55	6.80 ± 1.10
	Atıcılık	7	23.43 ± 8.08	2.29 ± .95
	Snooker	8	33.50 ± 8.05	2.75 ± .89
	Masa tenisi	8	22.13 ± 5.49	3.25 ± 1.28
	Toplam	109	22.69 ± 6.70	6.17 ± 4.34
Kadın	Futbol	10	16.80 ± .79	2.50 ± 1.58
	Basketbol	17	20.06 ± 2.97	5.59 ± 2.50
	Voleybol	23	20.04 ± 3.72	5.30 ± 3.27
	Tenis	3	38.33 ± 6.66	15.00 ± 6.56
	Yüzme	7	16.57 ± .54	6.29 ± 1.25
	Atıcılık	12	21.92 ± 5.85	2.08 ± .99
	Snooker	2	30.50 ± 6.36	3.50 ± .71
	Masa tenisi	8	20.88 ± 6.94	3.00 ± 2.07
	Toplam	82	20.63 ± 5.80	4.72 ± 3.53
Toplam		191	21.81 ± 6.40	5.54 ± 4.06

Veri toplama araçları

Araştırma kapsamında, uyarlaması yapılan Spor Duygu Ölçeği (Sport Emotion Questionnaire), yakınsak ve iraksak geçerlik için Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği kullanılmıştır.

Spor Duygu Ölçeği: Jones ve ark., (2005) tarafından geliştirilen Spor Duygu Ölçeği, 22 duygu ifadesinden oluşan beşli derecelendirme ölçeğidir. Sporcular duygu ifadelerini 0 (Hiç) ile 4 (Çok fazla) arasında değerlendirmektedir. Sporcuların müsabakadan önce veya müsabakadan sonra, müsabaka sırasında yaşadıkları duyguları Kaygı (Anxiety), Keyifsizlik (Dejection), Öfke (Anger), Coşku (Excitement) ve Mutluluk (Happiness) olmak üzere 5 alt boyutta değerlendirmektedir. Kaygı, Keyifsizlik ve Öfke alt boyutu hoş olmayan (unpleasant) duygular, Coşku ve Mutluluk alt boyutu ise hoş olan (pleasant) duygular olarak ifade edilmektedir. Ölçeğin yapı geçerliği için yapılan doğrulayıcı faktör analizi 22 madde, 5 alt boyuttan oluşan

ölçeğin yapısı doğrulanmıştır. Ölçeğin eşzaman geçerliğini incelemek için iki farklı ölçme aracı (Brunel Ruh Hali Ölçeği ve Performans Stratejileri Testi - Duygu Kontrolü alt boyutu) ile arasındaki ilişki incelenmiş ve elde edilen bulgular ölçeğin eşzaman geçerliğini desteklemiştir. Ölçeğe ait güvenilirlik çalışmaları ise ölçeğin hem müsabakadan önce (Cronbach alpha= 0.81-0.88 aralığında; Jones ve ark., 2005) hem de müsabakadan sonra (Cronbach alpha= 0.70-0.89 aralığında; Allen, Jones ve Sheffield, 2011) yapılan uygulamalarda güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir. Arnold ve Fletcher (2015) ise ölçeğin ölçüm değişmezliğini cinsiyet, spor tipi (bireysel-takım), rekabetçi yapı (düşük-yüksek) ve rekabet deneyimi (düşük-yüksek) değişkenlerine göre analiz etmiş ve ölçek tüm değişkenlere göre ölçüm değişmezliği sağlanmıştır.

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: PANAS, Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe uyarlaması Gençöz (2000) tarafından yapılmıştır. Ölçek 20 duygu ifadesinden oluşan beşli likert tipi bir ölçektir. Bireylerin yaşamış oldukları duyguları Pozitif Duygu ve Negatif Duygu olmak üzere iki alt boyutta değerlendirmektedir. Ölçeğin orijinal formuna ait iç tutarlık katsayısı Pozitif Duygu alt boyutu için 0.88, Negatif Duygu alt boyutu için 0.86 iken ölçeğin Türkçe formuna ait iç tutarlık katsayısı sırasıyla 0.83 ve 0.86'dır. Bu araştırma kapsamında elde edilen iç tutarlık katsayısı Pozitif duygu alt boyutu için 0.75, Negatif duygu alt boyutu için 0.89 olarak bulunmuştur.

Çeviri İşlemi

Spor Duygu Ölçeğinin uyarlaması için öncelikle ölçeği geliştiren araştırmacılarla elektronik posta yoluyla iletişime geçilmiş ve izin alınmıştır. Ölçeğin kaynak dili olan İngilizceden hedef dil olan Türkçeye çevirisinde çeviri-geri çeviri yöntemi (Brislin, 1986) kullanılmıştır. Bu amaçla ölçek, dil bilim alanında çalışan 3 uzman tarafından, birbirinden bağımsız olarak Türkçeye çevrilmiştir. Çeviri sonucunda ortaya çıkan benzer ve farklı çeviriler farklı bir formda toplanarak uzman (yargıcı) görüşüne başvurulmuştur. Uzmanlar Türkiye'de Egzersiz ve Spor Psikolojisi alanında çalışma yapan 3 öğretim üyesinden oluşmaktadır. Yargıcılar her bir çeviriyi orijinal maddeler ile karşılaştırarak uygun çeviriyi bildirmiş ya da alternatif yeni bir çeviri belirtmiştir. Uzman görüşleri neticesinde elde edilen çevirilerden hareketle ölçeğin geçici Türkçe formu oluşturulmuştur. Oluşturulan bu form 2 dil bilim uzmanı tarafından tekrar geri İngilizceye çevrilerek elde edilen bu form ile ölçeğin orijinal maddeleri ile karşılaştırılmıştır. Bu karşılaştırma neticesinde ölçeğin Türkçe formu oluşturulmuştur.

Verilerin toplanması ve analizi

Çeviri işlemi sonucunda oluşturulan Türkçe form ile sporcular ve spor kulüpleri ziyaret edilmiş ve spor kulüplerinden ve sporculardan gerekli izinler alındıktan sonra ölçek uygulanmaya başlanmıştır. Sporculara ölçeği uygulayabilmek için rekabetçi bir müsabaka sergileyecekleri tarihler belirlenmiştir. Bu kapsamda lig müsabakaları, bölgesel yarışmalar, turnuvalar gibi rekabetçi ortamlardan yararlanılmıştır. Sporcular ölçeği müsabakadan sonra, o müsabakada yaşamış oldukları duyguları düşünerek cevaplamışlardır. Veri toplama süreci tamamlandıktan sonra, elde edilen verilerin doğrulayıcı faktör analizine uygun olup olmadığını belirlemek için gerekli olan varsayımlar (kayıp veri, uç değer, çok değişkenli normallik) test edilmiş verileri doğrulayıcı faktör analizine uygun olduğu görülmüştür. Bunun sonucunda ölçeğin yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. DFA ölçeğin yapı geçerliği hakkında bilgi vermek için birçok uyum değerlerinden yararlanmaktadır. Bu araştırma kapsamında Ki-kare uyum testi (Chi-square goodness), RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation), CFI (Comparative Fit Index), GFI (Goodness of Fit Index) değerleri incelenmiştir. Ölçeğin yakınsak ve ıraksak geçerliği için Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği ile arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu kapsamda Spor Duygu Ölçeğinin hoş olan duyguları ifade eden alt boyutları (Coşku ve

Mutluluk) ile Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeğine ait Pozitif Duygu alt boyutu arasında pozitif yönlü bir ilişki beklenirken, Negatif Duygu alt boyutu ile negatif yönlü bir ilişkinin olması ya da anlamlı bir ilişkinin olmaması beklenmektedir. Benzer şekilde, Spor Duygu Ölçeğinin hoş olmayan duyguları ifade eden alt boyutları (Kaygı, Keyifsizlik ve Öfke) ile Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeğine ait Negatif Duygu alt boyutu arasında pozitif yönlü bir ilişki beklenirken ve Pozitif Duygu alt boyutu ile negatif yönlü bir ilişkinin olması ya da anlamlı bir ilişkinin olmaması beklenmektedir. Bunların yanında ölçeğin yapısının güvenilirliği için Birleşik Güvenirlik (Composite Reliability: CR) değeri hesaplanmış ve gizil yapıyı temsil eden maddelerin birbirleri arasındaki yakınlaşma hakkında bilgi veren Çıkarılmış Ortalama Varyans (Average Variance Extracted: AVE) değerleri hesaplanmıştır. AVE ve CR değerleri ölçeğin yakınsak geçerliği hakkında da daha fazla bilgi almak amacıyla kullanılmıştır (Hair, Black, Babin ve Anderson, 2010). Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve maddelerin ayırt edicilikleri için madde toplam puan korelasyonuna bakılmıştır. Verilerin analizinde SPSS Statistic 22.00 ve SPSS AMOS 23.00 programları kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde araştırma kapsamında elde edilen verilere ait madde analizi, yapı geçerliği, yakınsak-ıraksak geçerlilik ve güvenilirlik bulguları yer almaktadır.

Madde Analizi

Ölçeğe ait maddelerin ayırt ediciliklerinin incelenmesi için madde analizi yapılmıştır. Tablo 2'de Spor Duygu Ölçeği maddelerine ait ortalama, standart sapma ve düzeltilmiş madde toplam korelasyonu yer almaktadır. Madde analizi sonucunda, düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının 0.41 ile 0.75 arasında yer aldığı görülmektedir.

Tablo 2. Spor Duygu Ölçeği'ne ilişkin tanımlayıcı istatistikler

Alt boyut – Madde	Ortalama	Standart Sapma	Düzeltilmiş Madde Toplam Korelasyonu
Kaygı – Sinirli	1.34	.77	.53
Kaygı – Kaygılı	1.27	.79	.60
Kaygı – Gergin	1.38	.74	.53
Kaygı – Endişeli	1.28	.75	.61
Kaygı – Huzursuz	1.20	.82	.41
Keyifsizlik – Mutsuz	1.38	.90	.72
Keyifsizlik – Üzgün	1.37	.91	.69
Keyifsizlik – Moralsiz	1.42	.86	.73
Keyifsizlik – Keyifsiz	1.42	.81	.62
Keyifsizlik – Hayal kırıklığına uğramış	1.22	.86	.59
Öfke – Rahatsız	1.26	.80	.63
Öfke – Tedirgin	1.23	.82	.52
Öfke – Kızgın	1.34	.83	.65
Öfke – Öfkeli	1.45	.79	.64
Coşku – Hevesli	2.13	.99	.75
Coşku – Heyecanlı	2.44	1.01	.73
Coşku – Enerjik	2.32	1.01	.73
Coşku – Canlı	2.36	.98	.68
Mutluluk – Sevinçli	2.49	.98	.65
Mutluluk – Hoşnut	2.40	1.06	.64
Mutluluk – Neşeli	2.31	1.07	.75
Mutluluk – Mutlu	2.21	1.05	.68

Yapı Geçerliliği

Ölçeğin özgün formu 22 duygu ifadesi ve 5 faktörden oluşmaktadır. Bu yapının geçerliliğini test etmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Spor Duygu Ölçeğine ilişkin yapılan DFA sonucunda elde edilen değerler Tablo 3'te yer almaktadır.

Tablo 3. Spor Duygu Ölçeği DFA standardize değerler

	Madde faktör yükü	R ²	t
KAYGI			
Sinirli	.61	.37	8.157
Kaygılı	.73	.53	6.747
Gergin	.61	.37	8.176
Endişeli	.72	.52	6.756
Huzursuz	.49	.24	8.926
KEYİFSİZLİK			
Mutsuz	.81	.66	6.881
Üzgün	.75	.57	7.880
Moralsız	.84	.70	6.411
Keyifsiz	.64	.41	8.775
Hayal kırıklığına uğramış	.62	.38	8.889
ÖFKE			
Rahatsız	.70	.49	7.601
Tedirgin	.57	.32	8.725
Kızgın	.79	.62	6.144
Öfkeli	.76	.58	6.627
COŞKU			
Hevesli	.81	.66	7.014
Heyecanlı	.81	.65	7.102
Enerjik	.80	.64	7.188
Canlı	.73	.54	8.125
MUTLULUK			
Sevinçli	.76	.58	7.471
Hoşnut	.70	.49	8.198
Neşeli	.85	.73	5.392
Mutlu	.72	.52	7.975

DFA sonucunda açıklanan varyanslar 0.24 ile 0.73 aralığında değişmekte iken t değerleri 0.05 anlamlılık düzeyinde 5.392 ile 8.926 aralığında yer almaktadır. Madde faktör yükleri “Kaygı” alt boyutu için 0.49 ile 0.73; “Keyifsizlik” alt boyutu için 0.62-0.84 “Öfke” alt boyutunda 0.57 ile 0.79; “Coşku” alt boyutunda 0.73 ile 0.81; “Mutluluk” alt boyutu için ise 0.70 ile 0.85 aralığında bulunmuştur.

DFA'ya ilişkin elde edilen uyum indeksleri Tablo 4'te yer almaktadır. Spor Duygu Ölçeği'ne ait uyum indeksleri $\chi^2(199)=275.268$, RMR=0.05, GFI=0.89, CFI=0.95 ve RMSEA=0.05 olarak bulunmuştur.

Tablo 4. Spor Duygu Ölçeği doğrulayıcı faktör analizi uyum indeksleri

	χ^2	df	χ^2/df	GFI	CFI	RMSEA	%90 CL RMSEA
Spor Duygu Ölçeği	275.268	199	1.383	.886	.953	.045	.031 - .057
Kabul edilebilir uyum değerleri			≤ 5	$\geq .85$	$\geq .95$	$\leq .08$	

Not. Kabul edilebilir uyum değerleri için Kline (2011) kaynağından yararlanılmıştır.

Yakınsak ve İraksak Geçerlik

Spor Duygu Ölçeğinin yakınsak ve ıraksak geçerliği için Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği ile arasındaki korelasyon katsayısı, AVE ve CR değerleri (Tablo 5) incelenmiştir.

Tablo 5. Spor Duygu Ölçeği tanımlayıcı istatistikler, korelasyon, cronbach's alpha iç tutarlık katsayıları (α), AVE ve CR değerleri

	\bar{x}	Ss	AVE	CR	PD	ND	α
1. Kaygı	1.29	.56	.41	.77	-.04	.15*	.77
2. Keyifsizlik	1.36	.69	.54	.85	-.04	.29**	.85
3. Öfke	1.32	.64	.50	.80	.002	.26**	.80
4. Coşku	2.31	.84	.62	.87	.39**	-.26**	.87
5. Mutluluk	2.36	.86	.58	.84	.36**	-.15*	.84

*p<.05, **p<.01

PD: Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği - Pozitif Duygu alt boyutu

ND: Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği - Negatif Duygu alt boyutu

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği'ne ait "Negatif Duygu" alt boyutu ile "Kaygı" ($r= 0.15$, $p< 0.05$), "Keyifsizlik" ($r= 0.29$, $p< 0.01$) ve "Öfke" ($r= 0.26$, $p< 0.01$) alt boyutları arasında pozitif yönlü, "Coşku" ($r= -0.26$, $p< 0.01$) ve "Mutluluk" ($r= -0.15$, $p< 0.05$) alt boyutları ile negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeğine ait "Pozitif Duygu" alt boyutu ile "Coşku" ($r= 0.39$, $p< 0.01$) ve "Mutluluk" ($r= 0.36$, $p< 0.01$) alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında alt boyutlara ait AVE değerleri 0.41 (Kaygı) ile 0.62 (Coşku) aralığında yer alırken CR değerleri 0.77 (Kaygı) ile 0.87 (Coşku) aralığında değişmektedir.

Güvenirlilik Çalışması

Spor Duygu Ölçeğinin güvenirliliğini test etmek amacıyla hesaplanan Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayısı Tablo 4'te yer almaktadır. Alt boyutlar için hesaplanan iç tutarlık katsayısı $\alpha= 0.77$ (Kaygı) ile $\alpha= 0.87$ (Coşku) aralığında bulunmuştur.

TARTIŞMA

Bu araştırma kapsamında Spor Duygu Ölçeğinin Türkçe formu oluşturulmuş ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi amacıyla geçerlik ve güvenirlilik analizi yapılmıştır. Ölçeğin geçerliği için yapı geçerliği, yakınsak ve ıraksak geçerliği incelenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliği için yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum indeksleri, $\chi^2/sd=1.383$, RMR=0.05, GFI=0.89, CFI=0.95 ve RMSEA=0.05 olarak bulunmuştur. DFA kapsamında kullanılan bu indekslerin, kabul edilebilir sınırlarda olması için ki kare (χ^2) değerinin serbestlik derecesine oranının 0.05'den küçük olması, CFI değerinin 0.95'ten büyük olması, GFI değerinin 0.85'den büyük

olması ve RMSEA değerinin 0.08'den küçük olması gerekmektedir (Byrne, 2010; Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2011). Bu araştırma kapsamında elde edilen uyum indeksleri incelendiğinde ölçeğe ait uyum değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu görülmektedir. Ölçeğin orijinalinde (Jones ve ark., 2005), İtalyanca versiyonunda (Robazza ve ark., 2016) ve Fransızca versiyonunda (Martinent ve ark., 2018) da benzer şekilde kabul edilebilir uyum değerleri elde edilmiştir. Arnold ve Fletcher (2015) ölçeğin ölçüm değişmezliğini cinsiyet, spor tipi, rekabetçi yapı ve rekabet deneyimi değişkenlerine göre analiz etmiştir. Bu çalışmada tüm gruplara göre elde edilen uyum indeksleri ile bu araştırma kapsamında elde edilen değerler birbirini destekler niteliktedir.

Ölçeğin yakınsak ve ıraksak geçerliği için yapılan korelasyon analizi sonucunda, Coşku ve Mutluluk alt boyutları, Pozitif Duygu alt boyutu ile pozitif yönlü, Negatif Duygu alt boyutu ile negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında Kaygı, Keyifsizlik ve Öfke alt boyutları ile Negatif duygu alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Elde edilen bu verilere göre, Spor Duygu Ölçeğine ait hoş olan duygular (Coşku ve Mutluluk) ile Pozitif Duygu alt boyutu arasında pozitif yönlü ve Negatif Duygu alt boyutu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Spor Duygu Ölçeğine ait hoş olan duygular ile pozitif duygular arasında pozitif yönlü ilişki bulunması araştırmanın yakınsak geçerliği, negatif duygular ile arasında negatif yönlü ilişkinin bulunması da araştırmanın ıraksak geçerliği kapsamında belirlenen hipotezi doğrulamaktadır. Aynı zamanda Spor Duygu Ölçeğine ait hoş olmayan duygular (Kaygı, Keyifsizlik ve Öfke) ile Negatif Duygu alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunurken, Pozitif Duygu alt boyutu ile anlamlı ilişkinin bulunmaması yakınsak ve ıraksak geçerlik için beklenen bulgulardır. Spor Duygu Ölçeğine ait hoş olmayan duygular ile negatif duygular arasında pozitif yönlü bir ilişkinin bulunması araştırmanın yakınsak geçerliği, pozitif duygular ile arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmaması da araştırmanın ıraksak geçerliği kapsamında belirlenen hipotezi doğrulamaktadır.

Spor Duygu Ölçeğinin yakınsak ve ıraksak geçerliği hakkında daha fazla bilgi edinmek amacıyla AVE ve CR değerleri incelendiğinde, Spor Duygu Ölçeği tüm alt boyutlarının CR değerleri kritik değer olan 0.70'in üzerindedir. AVE değerleri incelendiğinde sadece Kaygı alt boyutunun kritik değer olan 0.50'den düşük olduğu görülmektedir. Alan yazında AVE değerinin 0.50'den büyük olması gerektiğini belirten kaynakların (Hair ve ark., 2010) yanında 0.40 ile 0.50 değerleri arasında elde edilen AVE değerlerini de kabul edilebilir olarak değerlendiren yayınlar bulunmaktadır (Huang, Wang, Wu ve Wang, 2013). Bu nedenle elde edilen bu bulguların ölçeğin yakınsak ve ıraksak geçerliği kapsamında elde edilen bulguları desteklediği düşünülmektedir.

Ölçeğin güvenilirliği için hesaplanan Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayıları 0.77 (Kaygı) ile 0.87 (Coşku) aralığında değişmektedir. Bu değerler ölçeğin alt boyutlarına iç tutarlık katsayılarının kabul edilebilir ve yüksek düzeyde güvenilir olduklarını göstermektedir (Field, 2009). Ölçeğin orijinal çalışmasında (Jones ve ark., 2005) iç tutarlık katsayıları 0.81 ile 0.88 aralığında bulunurken, sporcuların müsabakadan sonra duygularının ölçüldüğü bir çalışmada (Allen ve ark., 2011) ise iç tutarlık katsayıları 0.70 ile 0.89 aralığında bulunmuştur. Benzer şekilde ölçeğin İtalyanca formunda (Robazza ve ark., 2016) iç tutarlık katsayıları 0.71 - 0.86 aralığında, Fransızca formunda (Martinent ve ark., 2018) ise 0.78 - 0.88 aralığında bulunmuştur. Elde edilen bu bulgular, araştırma kapsamında elde edilen bulguları desteklemektedir. Ölçek maddelerine ait madde toplam puan korelasyonu ise 0.41 - 0.75 aralığında yer almaktadır. Maddelere ait ayırt edicilik değerlerinin 0.30 ve üzerinde olması maddelerin yüksek düzeyde ayırt ediciliğe sahip olduğunu belirtmektedir (Büyüköztürk, 2012). Bu nedenle ölçek maddelerinin yüksek düzeyde ayırt ediciliğe sahip olduğu söylenebilir.

Tüm bu verilerden hareketle Spor Duygu Ölçeği Türkçe formunun, sporcuların duygularını ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir. Bu ölçme aracı sporcuların duygularını, müsabakadan önce durumluk olarak ve müsabakadan sonra, müsabaka anında yaşadıklarına yönelik olarak ölçmektedir. Bu sayede sporcuların duyguları ile ilgili birçok araştırmanın yapılmasına olanak sağlamaktadır. Sporcuların duygularının performans, fizyolojik, bilişsel ve psikolojik becerilere olan etkisi incelenebilecektir. Aynı zamanda müsabakadan önce yaşanan durumluk duygu ve müsabakada yaşanan duygularla ilgili ayrı ayrı çalışmalar yapılarak duyguların spor ortamındaki yeri ve önemi hakkında daha fazla bulgu elde edilecektir. Özellikle sporda duygular ile yapılan çalışmaların kaygı ve stres duyguları üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Bu ölçme aracı sayesinde kaygı duygusunun yanında keyifsizlik, öfke, coşku ve mutluluk gibi farklı duygularla ilgili de çalışmalar yapılacaktır. Yapılmış ve yapılacak olan araştırmalardan elde edilen bulguların sporcularla yapılacak olan uygulamalı spor psikolojisi çalışmalarına da katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Uygulamalı spor psikolojisine yapılacak katkılardan birisi sporcuların duygularını geniş bir yelpazede değerlendirerek duygu odaklı çalışmaları detaylandırarak olmasıdır. Aynı zamanda sporculara etki eden duyguların belirlenmesi sporcularla yapılacak olan psikolojik beceri antrenmanı gibi uygulamaları da destekleyecektir. Psikolojik beceri antrenmanı yapısı itibari ile içerisinde birçok zihinsel antrenman tekniğini kullanmaya olanak sağlamaktadır. Sporcuya etki eden duygular belirlendikten sonra sporcunun bu duyguyu müsabakadan önce veya müsabaka sırasında kullanabilmesi için farklı zihinsel antrenman tekniklerinden yararlanabilecektir. Bu sayede sporcularla yapılan çalışmalar uygulamalı olarak sporcunun psikolojik gelişimine ve performansına katkı sağlayacaktır.

Bu araştırma kapsamında ölçme aracı sporculara müsabakadan sonra o müsabakada yaşadıkları duyguları belirtmeleri istenerek uygulanmıştır. Daha sonra yapılacak araştırmalarda sporcuların müsabakadan önceki durumluk duyguları da göz önünde bulunarak yeni araştırmalar ve geçerlik, güvenilirlik analizleri yapılabilir. Yapılacak olan bu araştırmalarda Rasch analizi, Madde Tepki Kuramı (Item Response Theory) ve Çoklu-Özellik Çoklu-Yöntem (Multitrait Multimethod) gibi farklı analiz yöntemleri kullanılarak ölçeğin maddeleri ve yapısı hakkında daha detaylı bilgiler elde edilebilir.

KAYNAKLAR

- Allen, M. S., Jones, M. V., Sheffield, D. (2011). Are the causes assigned to unsatisfactory performance related to the intensity of emotions experienced after competition. *Sport & Exercise Psychology Review*, 7(1), 3-10.
- Arnold, R., Fletcher, D. (2015). Confirmatory factor analysis of the Sport Emotion Questionnaire in organisational environments. *Journal of Sports Sciences*, 33(2), 169-179.
- Balk, Y. A., Adriaanse, M. A., De Ridder, D. T., Evers, C. (2013). Coping under pressure: Employing emotion regulation strategies to enhance performance under pressure. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 35(4), 408-418.
- Beedie, C.J., Terry, P.C., Lane, A.M. (2000). The profile of mood states and athletic performance: Two meta-analyses. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 49-68.
- Brandt, R., Bevilacqua, G. G., Andrade, A. (2017). Perceived sleep quality, mood states, and their relationship with performance among Brazilian elite athletes during a competitive period. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 31(4), 1033-1039.

- Brandt, R., da Silveira Viana, M., Brusque Crocetta, T., Andrade, A. (2016). Association between mood states and performance of Brazilian elite sailors: Winners vs. non-winners. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 11(32), 119-125.
- Brislin, R. W. (1986). The wording and translation of research instruments. In WJ Lonner, JW Berry (Eds.), *Field Methods in Cross-Cultural Research* (pp.137-164). Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS*. New York: Routledge.
- Campos, B., Keltner, D., Tapias, M. P. (2004). Emotion. In C. Spielberger (Ed.), *Encyclopedia of Applied Psychology* (pp.713-722). Academic Press.
- Campos, J. J., Campos, R. G., Barrett, K. C. (1989). Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Developmental Psychology*, 25(3), 394.
- Chapman, C., Lane, A.M., Brierley, J.H., Terry, P.C. (1997). Anxiety, self-confidence and performance in taekwon-do. *Perceptual & Motor Skills*, 85, 1275-1278.
- Craft, L.L., Magyar, T.M., Becker, B.J., Feltz, D.L. (2003). The relationship between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 25, 44-65.
- Crocker, P. R. (1997). A confirmatory factor analysis of the Positive Affect Negative Affect Schedule (PANAS) with a youth sport sample. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 19(1), 91-97.
- Dunn, J. G., Gotwals, J. K., Dunn, J. C., Syrotuik, D. G. (2006). Examining the relationship between perfectionism and trait anger in competitive sport. *International Journal of Sport & Exercise Psychology*, 4(1), 7-24.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. Sage Publications.
- Frijda, N.H. (1988). The laws of emotion. *American Psychologist*, 43(5): 349-358.
- Gaudreau, P., Sanchez, X., Blondin, J. P. (2006). Positive and negative affective states in a performance-related setting: Testing the factorial structure of the PANAS across two samples of French-Canadian participants. *European Journal of Psychological Assessment*, 22(4), 240-249.
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & Emotion*, 13(5), 551-573.
- Hair, J. F. Jr., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Hanin, Y. L. (2007). Emotions in Sport: Current Issues and Perspectives. In G. Tenenbaum & R.C. Eklund (Eds.). *Handbook of Sport Psychology* (pp. 31-58). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Hanin, Y., Syrjä, P. (1995). Performance affect in junior ice hockey players: An application of the Individual Zones of Optimal Functioning model. *The Sport Psychologist*, 9, 169-187.
- Hu, L. T., 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, 1-55.
- Huang, C. C., Wang, Y. M., Wu, T. W., Wang, P. A. (2013). An empirical analysis of the antecedents and performance consequences of using the moodle platform. *International Journal of Information & Education Technology*, 3(2), 217.
- James, W. (1884). What is an emotion? *Mind*, 9(34): 188-205.
- Jokela, M., Hanin, Y.L. (1999). Does the individual zones of optimal functioning model discriminate between successful and less successful athletes: A meta-analysis. *Journal of Sports Sciences*, 17, 873-887.
- Jones, M. V. (2003). Controlling emotions in sport. *The Sport Psychologist*, 17, 471-486.

- Jones, M. V. (2012). Emotion regulation and performance. In S. M. Murphy (Ed.), *The Oxford Handbook of Sport and Performance Psychology* (pp. 154-172). New York: Oxford University Press.
- Jones, M. V., Lane, A. M., Bray, S. R., Uphill, M., Catlin, J. (2005). Development and validation of the Sport Emotion Questionnaire. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27(4), 407-431.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. Third ed., New York: Guilford Press.
- Lan, M. F., Lane, A. M., Roy, J., Hanin, N. A. (2012). Validity of the Brunel Mood Scale for use with Malaysian athletes. *Journal of Sports Science & Medicine*, 11(1), 131.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R.S., Bump, L.A., Smith, D.E. (1990). Development and validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2. In R. Martens, R.S. Vealey, & D. Burton (Eds.), *Competitive Anxiety in Sport* (pp. 117-190). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martens, R., Vealey, R. S., Burton, D. (Eds.) (1990). *Competitive Anxiety in Sport* (pp. 1- 64). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martinent, G., Gareau, A., Lienhart, N., Nicaise, V. Guillet-Descas, E. (2018). Emotion profiles and their motivational antecedents among adolescent athletes in intensive training settings. *Psychology of Sport & Exercise*, 35, 198-206.
- Maxwell, J. P., Moores, E. (2007). The development of a short scale measuring aggressiveness and anger in competitive athletes. *Psychology of Sport & Exercise*, 8(2), 179-193.
- McCarthy, P. J. (2011). Positive emotion in sport performance: current status and future directions. *International Review of Sport & Exercise Psychology*, 4(1), 50-69.
- McCormick, A., Meijen, C., Marcora, S. (2018). Effects of a motivational self-talk intervention for endurance athletes completing an ultramarathon. *The Sport Psychologist*, 32(1), 42-50.
- McNair, P. M., Lorr, M., Droppleman, L. F. (1981). *POMS manual*. San Diego: Educational & Industrial Testing Service.
- Morgan, C. T. (2011). *A Brief Introduction to Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Mowlaie, M., Besharat, M. A., Pourbohlool, S., Azizi, L. (2011). The mediation effects of self-confidence and sport self-efficacy on the relationship between dimensions of anger and anger control with sport performance. *Procedia-Social & Behavioral Sciences*, 30, 138-142.
- Myers, D. G. (2010). *Emotion, Stress, and Healty*. In D. G. Myers (Ed.), *Psychology* (pp. 497-551). New York: Worth Publishers.
- Özgüngör, S. (2018). Duygular. In Ş. Işık (Ed.), *Psikolojiye Giriş* (pp. 155-217). Ankara: Pegem Akademi.
- Prapavessis, H. (2000). The POMS and sports performance: A review. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 34-48.
- Robazza, C. (2006). Emotion in sport: An IZOF perspective. In S. Hanton & S. D. Mellalieu (Eds.), *Literature reviews in sport psychology* (pp. 127-158). New York: Nova Science.
- Robazza, C., Bertollo, M., Ruiz, M. C., Bortoli, L. (2016). Measuring psychobiosocial states in sport: Initial validation of a trait measure. *PLoS ONE*, 11(12), e0167448. doi:10.1371/journal.pone.0167448.
- Robazza, C., Pellizzari, M., Hanin, Y. (2004). Emotion self-regulation and athletic performance: An application of the IZOF model. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(4), 379-404.

Ruiz, M., Hanin, Y. (2004). Metaphoric description and individualized emotion profiling of performance states in top karate athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16, 258-273.

Ruiz, M. C., Hanin, Y. (2011). Perceived impact of anger on performance of skilled karate athletes. *Psychology of Sport & Exercise*, 12(3), 242-249.

Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28(4), 479-501.

Strongman, K. T. (2003). *The Psychology of Emotion*. John Wiley & Sons.

Sorokowski, P., Sorokowska, A., Onyishi, I. E., Szarota, P. (2013). Montesquieu hypothesis and football: players from hot countries are more expressive after scoring a goal. *Polish Psychological Bulletin*, 44(4), 421-430.

Terry, P. C., Lane, A. M., Fogarty, G. (2003). Construct validity of the Profile of Mood States-A for use with adults. *Psychology of Sport & Exercise*, 4, 125-139.

Terry, P.C., Lane, A.M. (2000). Normative values for the Profile of Mood States for use with athletic samples. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 93-109.

Vast, R. L., Young, R. L., Thomas, P. R. (2010). Emotions in sport: Perceived effects on attention, concentration, and performance. *Australian Psychologist*, 45(2), 132-140.

Wagstaff, C. R. D. (2014). Emotion regulation and sport performance. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 36(4), 401-412.

Watson, D., Clark, L. A., Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality & Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

Woodman, T., Davis, P. A., Hardy, L., Callow, N., Glasscock, I., Yuill-Proctor, J. (2009). Emotions and sport performance: An exploration of happiness, hope, and anger. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31(2), 169-188.

Woodman, T., Hardy, L. (2003). The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sports Sciences*, 21(6), 443-457.