

**SPORCULARIN PSİKOLOJİK BECERİLERİNİ DEĞERLENDİRME
ÖLÇEĞİ'NİN TÜRKÇE GEÇERLİLİK GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI**

S. Erim ERHAN¹ Deniz BEDİR² Mehmet Şirin GÜLER² Fatih AĞDUMAN¹

¹Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Erzurum.

²Kafkas Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kars.

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, Smith R, Schutz R, Smoll F ve Ptacek J (1995) tarafından geliştirilen “Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği”nin Türkçe dil geçerlilik güvenirlik çalışmasının yapılmasıdır. Çalışmaya farklı spor türleri ile ilgilenen 282 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Envanterin yapı geçerliğini değerlendirmek için doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Yapı geçerliğine ilişkin bulgular, orijinal envanterin yedi faktör yapısı ile tutarlıdır. Uyum indeks değerleri RMSEA=0.05, SRMR=0.06, NFI=0.90, NNFI=0.95 ve CFI=0.95 olarak belirlenmiştir. Envanterin iç tutarlık değeri ise 0.85’dir. Sonuç olarak, “Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği”nin sporcular için geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu söyleyebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Beceri, Geçerlilik, Güvenirlik.

**AN ASSESSMENT OF ATHLETIC PSYCHOLOGICAL SKILLS
INVENTORY: EXAMPLE OF TURKISH DEVELOPMENT AND
VALIDITY**

ABSTRACT

In this study, it is aimed at studying on Turkish development and validity of the inventory “Athletic Psychological Skills Inventory” which has been developed by Smith R, Schutz R, Smoll F and Ptacek J. (1995). 282 athletes who are interested in different sport branches have taken part in voluntarily. It has been used the analysis of validity factor in order to evaluate structural validity of the inventory. The findings related to structural validity are consistent with the seven factor structure of the original inventory. It has been determined the conformity value as RMSEA=0.05, SRMR=0.06, NFI=0.90, NNFI=0.95 and CFI=0.95. Internal coherent value of the inventory is 0.85. As a result, it can be said that “Athletic Psychological Skills Inventory” is a valid and dependable valuation means for the athletes.

Key Words: Psychological Skills, Validity, Dependability.

GİRİŞ

Sporcunun kapasitesini ve performansını orta çıkaran verimini artıran sebeplerin başında kalıtsal unsurlar, çevresel unsurlar, yetenek ve beceriler yer alır. Kalıtsal unsurlar doğuştan var olan nesilden nesile aktarılan değişmez özelliklerdir. Bu özelliklerden biri de insanda var olan yeteneklerdir. Yetenekler doğuştan var olan değişmez unsurlardır. Nesilden nesile aktarılan bu unsurlar kullanıldığı sürece gelişir kullanılmadığı sürece körelir. Kullanılması da çevresel unsurlara bağlıdır. Ortaya çıkması tetikleyici medya ve de çevresel unsurlara bağlıdır. Birçok bilim adamının ilgi alanını oluşturan yeteneklerin sayısı kişiden kişiye farklılık göstermekle beraber sayıları 250 ile 750 arasında değişkenlik gösterir. Bu yeteneklerin içinde de sporcunun performansını üst düzeye çıkaracak yetenekler mevcuttur. Ancak sporcunun performansını artıracak yeteneklerin yanında kökeninde yetenek olmak kaydı ile çalışma ve denemeli uygulamalarla sporcunun eksik olan hareketleri çalışıp bilinçaltına yerleştirmesi ve yeri geldikçe kullanması olayına ise sportif beceri denir. Sportif yetenek ve de sportif becerinin gelişmesi ve kalıcılığının devamı içinde psikolojik yetenek ve beceriye ihtiyaç duyulmaktadır. Psikolojik beceriler motivasyonu artıran yeteneklerin ortaya

çıkmasını tetikleyen ve sporcunun başarısını artıran unsurlardır. Bu unsurların içinde hedef belirleme, imgeleme, kendi kendine konuşma, motive edici konuşma, düşüncenin yönünün değiştirilmesi, otojenik antrenman ve aşamalı gevşeme teknikleri korku ve stres gibi unsurların yanında bu unsurların zihinde canlanması ile yer almaktadır. Bu şekilde gelişen performansı en üst seviyeye çıkaran ve motivasyonu sağlayan unsurların birleşim noktası psikolojik becerilerin edinmesidir. Psikolojik beceri kavramı dünyada sportif verimi sağlayan en önemli yöntemlerden olmasına rağmen ülkemizde tam anlamı ile kullanılmadığı aşikârdır. Psikolojik becerilerin birleşimini oluşturan tanımlar aşağıdaki gibidir.

Hedef Belirleme: Motivasyon ve yönlendirme sağlayan amaç ve hedeflerin belirlenmesi (Burton, 1993).

Özgüven: Bireyin kendi yetenek ve amacına olan inancı ifade eder (Vealey, 1986).

Stres: Stres tepkileri ise taleplere verilen tepkileri içerir (Selye, 1993).

Rahatlama: Bireyin psikolojik endişelerini, gerginliğini ve kaygı seviyesini azaltmasını mümkün kılar (Williams & Harris, 1998).

Odaklanma: Bireyin amacına uygun dikkatini yönlendirebilme ve sürdürülebilir yeteneğidir (Nideffer & Sagal, 1998).

Zihinde Canlandırma: Sporcunun vücudunu açık bir şekilde hareket ettirmeksizin fiziksel yeteneklerini, oyunu zihninde prova ettiği süreçtir (Murphy & Jowdy, 1992).

Mücadele Planı: Bir yarışmanın öncesinde, sonrasında ve sırasındaki düşüncelerine, duygularına ve eylemlerine rehberlik edecek planlama yapılmasını içerir (Orlick & Partington, 1983).

Spor aktivitelerinde yüksek performansa ulaşmak adına motive olmak, konsantre olmak, dikkat odaklama, amaç belirleme, kendine güven, olumlu düşünme ve duygulanım, kontrol ve benzeri psikolojik yeteneklerin öğrenilmesi ve geliştirilmesini sağlayan, sistemli ve programlı bir süreç olan (Neff, 2006) zihinsel antrenman ve beceriler hayati önem taşımaktadır. Bu kadar önem arz e Bir spor faaliyeti sırasında, ondan önce veya daha sonra bu faaliyette bulunan kişiye etki eden algı, dikkat, öğrenme, motivasyon, stres vb. psikolojik süreçlerin sevk ve idaresinin sistemli bir şekilde iyileştirilmesi sürecine zihinsel antrenman denir (İkizler, 1997).

Antrenman bir sporcunun fiziki ve psikolojik performans düzeylerinin yükseltilmesini onun en verimli hale getirilmesini ve bu durumun mümkün olan

en uzun süre boyunca sabit tutulmasını sağlayan tedbirlerin alındığı ve uygulandığı sürecin adıdır. Antrenman sürecinin en önemli özelliği planlı ve hedefli bir eylem olmasıdır (İkizler, 1997).

Psikolojik beceri olarak tanımlanan İçsel çalışmanın amacı sporcunun kendisiyle daha uyumlu olması, kendi içindeki gücü keşfetmesi, o güce inanması, spor hayatı boyunca gerçekten istediklerini tanımlaması, istediklerine ulaşmak için nasıl daha yaratıcı, daha güvenli ve daha doğal olabileceğine dair yardımcı olmasıdır. Sporcunun bilinçaltına güven duygusunun yerleştirilmesi zihin, vücut ve ruh'un bir bütün olarak ortaya çıkmasının sağlanması konusunda yapılan çalışmadır. Bu çalışma "İçsel koçluk" denilen dinamik bir sorgulama işlemidir. Sporcunun yalnızlık duygularını ve yeterliliğiyle ilgili şüphelere düştüğü zaman kendi olumlu içsel duygularına geri dönmesi içinde kullanılan bir çalışmadır (Aktepe, 1999).

Psikolojik beceri olarak ön plana çıkan zihinde canlandırma antrenmanları, sporcuların yarışmadan önce yapacaklarını kontrol etmesini sağlayarak hangi durumda neler yapacağını planlamasında hazırlıklı olmasını sağlar. Sporcular için beklenmeyen durumlarda alternatif çözümler üretmesine yardımcı olur (Biçer 1998, Jones and Stuth 1997, Konter 1999).

Sporcular özellikle yeni geliştirilen becerilerin öğrenilmesi ve motor beceri

haline gelmesi için çok fazla tekrar yapmak zorundadırlar. Bu tekrarlar bir süre sonra sporcuların psikolojik açıdan sürantrene olmasına neden olabilir. Bu durum zihinde canlandırma çalışmaları sayesinde azaltılabilir (Jeannerod 1994, Konter 1999, Johnson 2000). Yeni becerilerin öğreniminde yapılan zihinsel çalışmalarda beceri parçalara bölünmeli ve her parça kendi içinde ayrı ayrı çalışmalıdır. Becerilerin imgelendirirken her zaman hatasız yapılmalı, antrenman sırasında hata yapılsa bile düzeltilmeden antrenman bitirilmemelidir. Zihinde canlandırma antrenmanlarında beceriler hatalı imgelendirilip antrenman bitirilirse zihnin o beceriyi yapılan hata ile bütünleştirilmesi ve becerinin orijinal hali öyleymiş gibi davranması söz konusudur. Bu sebepten çalışma esnasında hatalı durumlar imgelenebilir fakat çalışma bitirilmeden, hata düzeltilmeli zihinsel antrenman daha sonra bitirilmelidir.

Konsantrasyon, sürekli olarak sizi etkileyen iç ve dış uyaranlara karşı, yaptığınız işe odaklanabilme yeteneğini sürdürebilmektir (Burton and Raedeke 2008). Sporcular hem antrenmanda hem de yarışmada birçok iç ve dış uyarının etkisi altında kalırlar. Bu uyaranlar çeşitli zihinsel filtrelerden geçerek sporcuyu olumlu ya da olumsuz olarak etkiler. Eğer sporcu bu etkileri kontrol altına almayı başaramazsa antrenmandaki ve

yarışmadaki performansı olumsuz etkilenebilir (Williams 2006, Burton and Raedeke 2008). Sporcuların antrenman ve yarışma öncesi konsantrasyon seviyelerinin yüksek olması, onların dikkat seviyelerinin de yüksek olduğunu gösterir (Weinberg 2003, Williams 2006, Vernon 2009). Dikkat seviyesinin yüksek olması antrenmanda ve yarışmada yapılacak olan hatalı hareketlerin payını azaltır. Konsantrasyon seviyesinin üst seviyede tutulması zihinsel ve fiziksel antrenmanın verimini yükseltmektedir (Beauchamp, Bray and Albinson 2002, Acevedo, Kkekakis 2006, Cox 2007, Beşiktaş 2012). İyi bir konsantrasyon seviyesi için sporcunun doğrudan dikkat seviyesine odaklanması ve özel hedefler koyması gerekmektedir (Beşiktaş 2012).

Bu çalışmanın amacı sporcunun performansını artıracak yeteneklerin yanında kökeninde yetenek olmak kaydı ile çalışma ve denemeli uygulamalarla sporcunun eksik olan hareketlerini çalışmalarla bilinçaltına yerleştirmektir. Sportif yetenek ve sportif becerinin gelişmesi ve kalıcılığının devamı içinde psikolojik yetenek ve beceriye ihtiyaç duyulmasının kaçınılmaz bir unsur olduğunu vurgulamaktır Psikolojik beceriler motivasyonu artıran yeteneklerin ortaya çıkmasını tetikleyen ve sporcunun başarısını artıran bir unsurdur.

Tüm bu bilgiler sonucunda spor aktivitelerinde veya mücadelelerinde başarının yükseltilebilmesi Psikolojik becerilerin ön plana çıkması ile mümkündür denebilir. Bu nedenle psikolojik beceriler tüm özellikleri ve alt boyutları ile incelenmelidir.

YÖNTEM

Çalışmanın örneklemi farklı branşta mücadele eden 282 gönüllü sporcu oluşturmaktadır. Katılımcılar 108 kadın,174 erkek ve 17-35 yaşlar arasındaki sporculardan meydana gelmektedir.

Veri Toplama Araçları:

Kişisel Bilgi Formu: Kişisel bilgi formu, katılımcıların yaş, cinsiyet gibi özelliklerinin yanı sıra sporcuların uğraştığı spor dalını belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur.

Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (ACSI-28): Ölçek Smith R, Schutz R, Smoll F ve Ptacek J (1995) tarafından sporcuların psikolojik becerilerini değerlendirmek için geliştirilmiş bir öz değerlendirme aracıdır. Sporcular için geliştirilen bu araç 28 maddeden, 7 alt boyuttan ve her alt boyut ise 4 maddeden oluşmaktadır. Toplam 28 maddeden oluşan ölçek 4'lü likert tipi ölçek yapısındadır. Puanlama, 'Hemen hemen hiç', 'Bazen', 'Sık sık' ve 'Hemen

hemen her zaman' ifadelerine göre 0 ile 3 arasında puanlandırılmıştır. Ölçeğin 3.7.10.12.19 ve 23 numaralı soruları olumsuz olup ters numaralandırmaları gerekmektedir. Alt boyutlar için puanlama 0 ile 12 arasında değişmekte ve ölçekten alınan puanın artması sporcunun psikolojik becerisinin iyi olduğunu göstermektedir. Yedi alt boyut Smith R, Schutz R, Smoll F ve Ptacek J (1995) tarafından oluşturulup, Smith R ve Christensen D (1995) tarafından yorumlanmıştır. Bu yedi alt boyuta ait tanımlamalar ve madde örnekleri aşağıda verilmiştir.

Zorluklarla Baş Edebilme Yeteneği: Bu alt ölçek, durum kötüye gittiğinde bile bir sporcunun pozitif, hevesli, sakin, kontrollü ve hatalarından hızla kurtulup kurutulamayacağını ölçer. 'Benim açımdan işler nasıl giderse gitsin duygusal kontrolümü sağlarım'

Öğrenmeye Açık Olabilme: Sporcunun öğrenmeye açık olup olmadığını, yapıcı eleştirileri kişisel olarak algılamadan, üzülmeyen kabul edip etmediğini ölçer.

'Bir antrenör veya yönetici yapmış olduğum bir hatayı nasıl düzelteceğimi söylediğinde onu kişisel olarak algılamaya ve üzülmeye meyilliyim'

Konsantrasyon: Bu alt ölçek, bir sporcunun dikkatinin kolayca dağılıp dağılmadığını ve hem antrenmanda hem maç sırasında beklenmeyen ters

durumlarda bile görevine yoğunlaşır
yoğunlaşmadığını ölçer.

‘Spor yaparken dikkatimi
odaklayabiliyor ve dikkat dağıtan şeyleri
aklımdan çıkarabiliyorum’

Güven ve Başarı Motivasyonu:
Antrenman ve maç sırasında bir sporcunun
özgüvenli ve pozitif olarak motive olup
olmadığını ölçer.

‘Yetenek ve becerimden en üst
düzeyde yararlanıyorum’

Hedef Belirleme ve Mental
Hazırlık: Bir sporcunun spesifik
performans hedefleri belirleyip ve bu
yönde çalışıp çalışmadığını ölçer.

‘Her antrenman için kendi
performans hedeflerimi belirlerim’

Baskı Altında İyi Performans
Gösterebilme: Bir atletin baskı altındayken
daha iyi performans gösterip
göstermediğini ölçer.

‘ Bir oyun sırasında ne kadar baskı
varsa o oyundan o kadar keyif alırım’

Endişelerden Kurtulmak: Bir atletin
kötü performans gösteririm yada hata
yapırım kaygısıyla, kendi üzerinde baskı
oluşturup oluşturmadığını ölçer (Smith R
ve Christensen D 1995).

‘Diğerlerinin benim
performansıyla ilgili ne düşündüğü
hakkında oldukça fazla endişelenirim’

Verilerin Toplanması

Türkçeye uyarlaması yapılacak olan
Sporcuların Psikolojik Becerilerini
Değerlendirme Ölçeği formu, her iki dili
iyi düzeyde bilen, spor bilimleri ve dil
bilimi alanında uzman üç kişi tarafından
Türkçeye çevrilmiştir. Bu çeviriler uzman
önerileri de dikkate alınarak incelenmiş ve
geçici Türkçe form oluşturulmuştur
Türkçe’ ye çevrilmesi sürecinde yeni bir
ifade geliştirilmemiş, envanterin asıl
biçimine bütünüyle bağlı kalmıştır
Çeviri ile İngilizce form arasında anlam
bakımından farklılık olmaması amacıyla,
oluşturulan Türkçe form iki hafta sonra
uzmanlar geri çeviri yöntemiyle tekrar
İngilizceye çevrilmiştir. İngilizce çeviri
orijinal ölçek ile karşılaştırılmış ve
birbirine en yakın çeviriler ile ölçeğin
Türkçe son şekli oluşturulmuştur
Türkçeye ve ardından yeniden İngilizceye
çevrilen ölçek maddeleri karşılaştırılarak
her bir maddedeki anlam bütünlüğünün
korunması amaçlanmıştır. Her bir madde
için anlam bütünlüğünün sağlandığına
karar verildiğinde araştırmada kullanılacak
olan Türkçe form oluşturularak geçerlik ve
güvenirlilik çalışmaları için hazır hale
getirilmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde betimsel
istatistikten faydalanılmıştır ve Lisrel8.8
kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi
yapılmıştır. Bir ölçeğin geçerliği; Karasar
(2000)’a göre, ölçmek istenen şeyin
ölçülebilmiş olma derecesi, ölçülmek
istenenin başka şeylerle karıştırılmadan
ölçülebilmesi şeklinde tanımlanmaktadır.
Faktör analizinde, Satorra-Bentler
ölçeklendirilmiş ki-kare değeri (S-BX²),
Ortalama hata karekök yaklaşımı
(RMSEA; Steiger ve Lind, 1980),
Standardize edilmiş ortalama hataların
karekökü (SRMR; Hu ve Bentler, 1999),
Karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI;
Bentler, 1990), Normalleştirilmiş uyum
indeksi (NFI; Bentler ve Bonett, 1980) ve
Normalleştirilmemiş uyum indeksi (NNFI;
Tucker ve Lewis, 1973) esas alınmıştır.
RMSEA ve SRMR değerlerinin 0-0.05
aralığı iyi uyumu, 0.05-0.10 kabul

edilebilir uyumu; NNFI ve CFI
değerlerinin 0.97-1.00 aralığı iyi uyumu,
0.95- 0.97 kabul edilebilir uyumu; NFI
değerinin 0.95- 1.00 aralığı iyi uyumu,
0.90-0.95 kabul edilebilir uyumu işaret
ettiği belirtilmektedir (Schermelleh- Engel
ve Moosbrugger, 2003, Altıntaş, Çetinkalp
ve Aşçı 2012).Yapılan çalışmada uyum
indeks değerleri incelendiğinde
(RMSEA=0.05, SRMR=0.06, NFI=0.90,
NNFI=0.95 ve CFI=0.95), veri setinin
teorik yapıya uyum sağladığı görülmüştür.
Bir gruba uygulanmış bir testin iki eş değer
yarıya bölünmesi ve öğrencilerin iki
eşdeğer yarıdan aldıkları puanlar
arasındaki korelasyona iç tutarlık
güvenirliliği denilmektedir (Tekin, 1996).
Yukarıdakilere ek olarak analizlerde, alt
boyutlar arası korelasyon katsayıları ve iç
tutarlığı değerlendirmek için düzeltilmiş
madde toplam korelasyonları ve
CronbachAlfa değerleri hesaplanmıştır.

BULGULAR

Tablo1: Uyum İndeks Değerleri

Uyum istatistikleri	Mükemmel	Kabul edilebilir	Modeldeki değerler	Uyumu
χ^2/df	≤ 2	2-5	2.33	Kabul edilebilir
RMSEA	$\leq .05$	$\leq .10$.05	Mükemmel
GFI	$\geq .95$	$\geq .90$.90	Kabul edilebilir
AGFI	$\geq .95$	$\geq .85$.90	Kabul edilebilir
CFI	$\geq .97$	$\geq .95$.95	Kabul edilebilir
SRMR	$\leq .05$	$\leq .1$.06	Kabul edilebilir
NFI	$\geq .95$	$\geq .90$.90	Kabul edilebilir
NNFI	$\geq .97$	$\geq .95$.95	Kabul edilebilir

Tablo1 incelendiğinde χ^2/df değerinin 2.33, RMSEA değerinin 0.05, GFI değerinin 0.90, AGFI değerinin 0.90, CFI değerinin 0.95, SRMR değerinin 0.06, NFI değerinin 0.90, NNFI değerinin ise 0.95 olduğu gözlenmiştir.

Tablo 2: Maddeleere Ait Faktör Yükleri

Hedef	Zorluklarla Baş Edebilme Yeteneği	Öğrenmeye Açık Olabilme	Konsantrasyon	Güven ve Başarı Motivasyonu	Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	Endişelerden Kurtulmak
Soru5	0.73						
Soru17	0.73						
Soru21	0.58						
Soru24	0.73						
Soru3		0.97					
Soru10		0.95					
Soru15		0.62					
Soru27		0.56					
Soru4			0.75				
Soru11			0.89				
Soru16			0.59				
Soru25			0.59				
Soru2				0.83			
Soru9				0.59			
Soru14				0.75			
Soru26				0.70			
Soru1					0.88		
Soru8					0.61		
Soru13					0.59		
Soru20					0.68		
Soru6						0.69	
Soru18						0.58	
Soru22						0.62	
Soru28						0.55	
Soru7							0.67
Soru12							0.81
Soru19							0.66
Soru23							0.96

Tablo 2 incelendiğinde “Zorluklarla Baş Edebilme” Yeteneği alt boyutunu oluşturan maddelerin faktör yükleri 0.58 ile 0.73 arasında değişmektedir. “Öğrenmeye Açık Olabilme” alt boyutunu oluşturan maddelerin faktör yükleri 0.56 ile 0.97 arasında değişmektedir. “Konsantrasyon” alt boyutunu oluşturan maddelerin faktör yükleri 0.59 ile 0.89 arasında

değişmektedir. “Güven ve Başarı Motivasyonu” alt boyutunu oluşturan maddelerin faktör yükleri 0.59 ile 0.83 arasında değişmektedir. “Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık” alt boyutunu oluşturan maddelerin faktör yükleri 0.59 ile 0.88 arasında değişmektedir. “Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme” alt boyutunu oluşturan maddelerin faktör yükleri 0.55 ile 0.69 arasında

değişmektedir. ‘‘Endişelerden Kurtulmak’’ yükleri 0.66 ile 0.96 arasında alt boyutunu oluşturan maddelerin faktör değişmektedir

Tablo 3: İç Tutarlılık Katsayısı, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Alt Boyut	Madde Sayısı	Cronbach Alpha	Ortalama	Standart Sapma
Zorluklarla Baş Edebilme Yeteneği	4	0.62	1.97	0.59
Öğrenmeye Açık Olabilme	4	0.51	2.17	0.59
Konsantrasyon	4	0.59	1.94	0.57
Güven ve Başarı Motivasyonu	4	0.60	2.09	0.57
Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık	4	0.62	1.92	0.56
Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme	4	0.71	1.67	0.71
Endişelerden Kurtulmak	4	0.50	1.89	0.58
TÜM DEĞERLER	28	0.85	1.95	0.59

Tablo 3 incelendiğinde Türkçe uyarlaması iç tutarlılık güvenilirliğine sahip olup olmadığını incelemek amacıyla ölçeğin geneline ve alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alpha değerleri hesaplanmıştır. Ölçeğin genel toplamdaki değeri; 0.85’ tir. ‘‘Zorluklarla Baş Edebilme Yeteneği’’ alt boyutunu ilişkin Cronbach Alpha katsayısı 0.62’ dir. ‘‘Öğrenmeye Açık Olabilme’’ alt boyutunu ilişkin Cronbach Alpha katsayısı 0.51’dir. ‘‘Konsantrasyon’’ alt boyutunu

ilişkin Cronbach Alpha katsayısı 0.59’ dur. ‘‘Güven ve Başarı Motivasyonu’’ alt boyutunu ilişkin Cronbach Alpha katsayısı 0.60’ dır. ‘‘Hedef Belirleme ve Mental Hazırlık’’ alt boyutunu ilişkin Cronbach Alpha katsayısı 0.62’ dir. ‘‘Baskı Altında İyi Performans Gösterebilme’’ alt boyutunu ilişkin Cronbach Alpha katsayısı 0.71’ dir. ‘‘Endişelerden Kurtulma’’ alt boyutunu ilişkin Cronbach Alpha katsayısı 0.50 olduğu görülmektedir.

TARTIŞMA

Bu çalışma ile Smith R, Schutz R, Smoll F ve Ptacek J (1995) tarafından geliştirilen ‘‘Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği’’nin Türkçe dil geçerlilik güvenilirliğinin yapılması amaçlanmıştır. Envanterin yapı geçerliğini test etmek üzere ölçek formu için ayrı ayrı yapılan doğrulayıcı faktör analiz sonuçları, 7 alt boyutlu toplam 28 maddeden oluşan envantereait uyum indekslerinin iyi uyum veya kabul edilebilir uyum indeks değerleri ile karşılaştırıldığında (Schermelleh-Engel ve diğ.2003), kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür. Bu bulgu çalışmanın orijinali ile aynı zamanda Sanz G ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan Development and validation of a Spanish version of the Athletic Coping Skills Inventory ile benzerlik taşımaktadır.

Karasar (2000)’a göre iç tutarlılık katsayısı ‘‘ölçmek istenen şeyin ölçülebilmiş olma derecesi, ölçülmek istenenin başka şeylerle karıştırılmadan ölçülebilmesi’’ şeklinde tanımlamaktadır. Çalışmada ölçeğin iç tutarlık güvenilirliğini

saptamak amacı ile CronbachAlfa katsayısı hesaplanmış ve madde-toplam puan korelasyonlarına bakılmış ve bulguların çalışmanın orijinali olan Development and Validation of a Multidimensional Measure of Sport-Specific Psychological Skills: The Athletic Coping Skills Inventory ile Sanz G ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan Development and Validation of a Spanish Version of the Athletic Coping Skills Inventory çalışmaları ile benzer bulgular olduğu görülmüştür.

Bu çalışma, spor psikolojisi alanında kullanılacak yeni bir envanterin Türkçe literatüre kazandırılması açısından öneme sahip olmasıyla birlikte, bazı sınırlılıklar içermektedir. Sporunun psikolojik becerisinin değerlendirilmesi için geliştirilen ‘‘Sporcuların Psikolojik Becerilerini Değerlendirme Ölçeği’’nin Türkçe versiyonunun geçerliğin ve güvenilirliğini test etmek üzere yapılan bu çalışmanın sonucunda, envanterin hem sporcular, hem yöneticiler, hem de antrenörler için kullanılabilir bir ölçüm aracı olduğunu söyleyebiliriz.

KAYNAKÇA

1. **Aktepe, K.** (1999). Zihinsel Antrenman. Ankara: Aydoğdu Ofset.
2. **Altıntaş A, Çetinkalp Z. K, Aşçı H.** (2012). Antrenör-Sporcu İlişkisinin Değerlendirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Sciences, 23 (3), 119-128
3. **Beşiktaş Y.** (2012). Sporda Zihinde Canlandırmak. 1. Baskı, İstanbul: Beyaz Yayınları.
4. **Bentler PM.** (1990). Comparative fit indexes in structural models. Psychological Bulletin, 107(2), 238- 246.
5. **Bentler PM, Bonett DG.** (1980). Significance test sand goodness of fit in the analysis of covariance structures. Psychological Bulletin, 88(3), 588-606.
6. **Biçer T.** (1998). Doruk Performans. (2. Baskı), İstanbul: Beyaz Yayınları.
7. **Blumenstein B, Lidor R, Tenenbaum G. (Eds),** (2007). Psychology of Sport Training. 1st. Edition, Meyer&MeyerSport, UK.
8. **Burton, D** (1993). GoalSetting İn Sport. In R.N. Singer, M. Murphey, &L.K.Tennant (Eds), Handbook of Researc On Sport (Pp. 467-491). New York: Macmillan.
9. **Burton D, Raedeke T.** (2008). Sport Psychology For Coaches. (1st. Edition), USA Human Kinetics.
10. **Hu LT, Bentler PM.** (1999). Cut off criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. Structural Equation Modeling, 6(1), 1-55.
11. **İkizler C.** (1997). Sporda Başarının Psikolojisi. İstanbul: Alfa Basın Yayım Dağıtım.
12. **Jones L, Stuth G.** (1997). "The Uses of Mental Imagery In Athletics: An Over-View". Applied And Preventative Psychology, 6, 101-115.
13. **José Luis Graupera Sanz, Luis Miguel Ruiz Pérez, Virginia García Colland Ronald E. Smith.** (2011). Development and Validation of a Spanish Version of the Athletic Coping Skills Inventory, ACSI-28 Psicothema. Vol. 23, n° 3, pp. 495-502
14. **Karasar N.** (2000). Bilimsel Araştırma Yöntemi. 9.Basım. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım. s.292.
15. **Neff R.** (2010). Mental Training For Athletes and Other Performers 2006, Www.Mentaltraininginc.Com
16. **Nideffer, R.M.,&Sagal, M.** (1998). "Concentration And Attention Control". In J.M. Williams (Ed), Applied Sport Psychology: Personal Growth To Peak Performance (3rd Ed.,Pp.296-315). Mountainview, CA: MayfieldMurphy& Jowdy,1992).
17. **Orlick, T.,&Partington, J.** (1988). "Mental Links To Excellence". The Sport Psychologist, 2, 105-130.
18. **Selye, H.** (1974). Stress Without Disterss. New York: New American Library.
19. **Schermelleh-Engel K, Moosbrugger H.** (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. Methods of Psychological Research Online, 8(2), 23-74.
20. **Smith R ve Christensen D** (1995) Journal Of Sport&ExercisePsychology, 1995.17.399415 1995 Human Kinetics Publishers, Inc.

21. **Smith, R.E.,Schutz, R.W., Smoll, F.L., &Ptacek, J.T.** (1995). Development And Validation Of A Multidimensional Measure Of Sport-Specific Psychological Skills: The Athletic Coping Skills Inventory-28. Journal of Sport&Exercise Psychology, 17, 379-398.
22. **Steiger JH, Lind JC.** (1980). Statistically-based tests for the number of common factors. Paper presented at the Annual Spring Meeting of the Psychometric Society in Iowa: City Iowa. 221-246.
23. **Tekin H.** (1996). Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme. 9.Baskı. Ankara: Yargı Kitap ve Yayınevi.
24. **Tucker HR, Lewis C.** (1973). A reliability coefficient for maximum likelihood factor analyses. Psychometrika38(1), 1-10.
25. **Vealey, R.S.** (1986). "Conceptualization of Sport-Confidence And Competitive Orientation: Preliminary Investigation And Instrument Devolopment". Journal of Sport Psychology, 8,
26. **Williams. J.M, & Harris, D.V.** (1998). "Relaxation And Energizing Techniques For Regulation of Arousal". In J.M. Williams (Ed), Applied Sport Psychology: Personal Growth To Peak Performance(3rd Ed.,Pp.219-236). Mountainview, CA: Mayfield.
27. **Williams J. (Ed),** (2006). Applied Sport Psychology Personal Growth To Peak Performance. 5th. Ed, New York: Mcgraw-Hill.
28. **Weinberg R, Gould D.** (2003). Foundations of Sport And Exercise Psychology. 3rd. Edition USA. Human Kinetics.