

JUDOCULARIN PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİN VE SPORTİF GÜVEN DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ (TRABZON OLİMPİYAT HAZIRLIK MERKEZİ ÖRNEĞİ)

Arda ÖZTÜRK¹, Betül BAYAZIT¹, Eylem GENCER²

¹Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, İzmit, ²Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kırşehir

Geliş Tarihi:21.11.2015
Kabul Tarihi:20.09.2016

Öz: Bu araştırmanın amacı, Trabzon Olimpiyat Hazırlık Merkezi'ndeki judocuların problem çözme becerileri ve sportif güven düzeylerinin incelenmesidir. Araştırma grubunu, Trabzon Olimpiyat Hazırlık Merkezi'nde aktif olarak judo sporu ile uğraşan 60 sporcu oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Heppner ve Peterson (1982) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması ise Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılan Problem Çözme Ölçeği ve Vealey (1986) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlamasını Engür ve arkadaşları (2006) tarafından yapılmış olan Sürekli Sportif Güven Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilere tanımlayıcı istatistiksel işlemler yapıldıktan sonra Bağımsız Örneklem T-Testi, Tek Faktörlü Varyans Analizi ve Pearson Korelasyon Testi uygulanmıştır. Araştırma sonucunda; judocuların cinsiyet ve milli sporcu olma değişkeni açısından problem çözme becerileri puanlarına bakıldığında, cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Yine yaş, eğitim durumu, antrenman yaşı ve antrenör ile çalışma yılına baktığımızda ise eğitim durumu değişkeninde anlamlı farklılık söz konusudur ($p<0.05$). Judocuların sportif güven düzeyi puanlarına baktığımızda ise; değişkenlerin hiçbirinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

Anahtar Kelimeler: Judo, problem çözme, sportif güven

THE INVESTIGATION OF JUDOKAS' PROBLEM SOLVING SKILLS AND SPORT CONFIDENCE LEVELS (TRABZON SAMPLE CENTER OF OLYMPIC PREPARATION)

Abstract: In this study, the purpose of the research was to investigate the judo athletes' problem solving skills and their level of sport confidence at the Centre of Olympic Preparation in Trabzon. The research group was consisted of 60 judo athletes. As data collection tools, Problem Solving Skills Scale developed by Heppner and Peterson (1982) and Turkish adaptation of this scale by Sahin, Sahin and Heppner (1993) was used. Trait Sport Confidence Scale developed by Vealey (1986) and Turkish adaptation of this scale by Engur and et all. (2006) was used. The data was analyzed using Descriptive Statistic, Independent Samples T-Test, One Way Anova and Pearson Correlation Test. As a result of this study, problem solving skills were compared according to gender and whether they are national team members, a statistically significant difference was found between males and females. Besides, when age, training background, training year with a coach and education level are compared, a statistically significant difference was found for education level parameter. When sport confidence was compared according to the variables aforementioned, no statistically significant difference was found ($p>0.05$).

Key words: Judo, problem solving skills, sport confidence

GİRİŞ

İnsan hangi sosyal ortamın içine girerse girsün, hayatının büyük bir kısmında kendi sınırlarını zorlayarak yaşamını sürdürmek zorundadır. Sosyal bir varlık olan insan, sürekli çevresi ile iletişim ve etkileşim halindedir. Böylece çevresiyle sosyalleşen insan şiddet ve saldırganlık ile her an her yerde karşı karşıya kalmaktadır. Birey karşılaştığı bu şiddet, saldırganlık ve problemler ile baş edebilme ve kendisinde stres unsuru yaratan bu faktörlerin üstesinden gelebilmek için problem çözme becerisinin gelişmiş olması gerekmektedir (Aydın 2004).

Literatür İncelemesi:

Problem, insanın bir hedefe ulaşmasında karşılaştığı engellenme durumudur (Dinçer1995).

Problem çözme; belli bir amaca ulaşmak için karşılaşılan güçlüklerin ortadan kaldırılmasına yönelik bilişsel ve psikolojik boyutları olan bir dizi çabayı içeren süreç olarak tanımlanmaktadır (Oğuzkan 1989).

Problem çözme becerisi, bir amacımız olup da ona nasıl ulaşacağımızı bilmediğimiz zamanlarda ne yaptığımızdır. Bununla birlikte sorunun çözülme sürecinde yeni fikirler üretmeyi, stratejiler geliştirmeyi de içine alan zevkli bir uğraştır. Aynı zamanda problem çözme uğraşısı, insan yaratılışına ilişkin ilk uyum davranışlarını geliştirmek için temel bir başlangıçtır (Düzakin 2004). Birey yaşamının belli dönemlerinde, değişik biçimlerde küçük veya büyük birçok problemle karşı karşıya kalır. Problemlere verilen tepkiler ise kişiden kişiye farklılık gösterir. Aynı problemi birçok kişi farklı şekillerde çözme girişiminde bulunur ve bazıları başarılı olurken bazıları başarısız olur. Problem denildiği zaman aklımıza yalnız matematik alanındaki problemler gelmez. Yaşam bir dizi problemin çözümünü gerektirir. Problem, bireyin varmak istediği bir amaca ulaşmasına ket vuran engeller var olduğu zaman ortaya çıkar (Cüceloğlu 2004). Problem çözme becerisi; kişiyi çözüme götürecek kuralların edinilip, kullanıma hazır kılınabilecek ölçüde birleştirilerek bir problemin çözümünde kullanılabilme durumudur (Bilen 1999).

Sporda özgüven sportif performansın gelişmesinde önemli bir unsurdur. Vealey

(1986)'e göre spor güveni; bir sporcunun başarılı performansına inancını ve kesinlik derecesini ifade etmek için kullanılmıştır. Bir sporcunun sportif güveni, katılım gösterdiği sporla ilişkili olarak çevresel koşullara bağlı olarak değişiklik gösterebilir (Bozkurt, Kocuç, Arslan, Kocaekşi 2012). Vealey Sportif Güveni; Sürekli Sportif Kendine Güven ve Durumluk Sportif Kendine Güven diye ikiye ayırmıştır. Sürekli Sportif Kendine Güven genellikle bireyin sporda başarılı olmak için sahip olduğu kendi yeteneği hakkındaki algılamaları olarak tanımlarken, Durumluk Sportif Kendine Güven bireyin sporda başarılı olmak için belirli bir zaman aralığındaki yetenekleri hakkında o anki algılamaları olarak tanımlamaktadır (Bozkurt ve ark., 2012). 1882 yılında Japon Jigoro Kano, geleneksel savaş sanatı olan Jiu-jiutsu'dan insana zarar veren teknikleri ayıklayarak judo sporunu oluşturmuştur. Bazı bakımlardan güreşe benzeyen Judo, eski bir savunma sanatıdır. Judo müsabakası iki sporcunun aynı amaç doğrultusunda, süre dolmadan önce rakibini yere atmak ya da yerdeyken kontrol etmek (tutuş, kırış ya da boğuş) için, vücut vücuda mücadeleyle oluşan döngüsel olmayan, yüksek şiddetli, aralıklı fiziksel efordur (Hernandez-Garcia ve ark. 2009).

Yukarıda bahsedilen tüm araştırmalar ile birlikte sporda insan davranışlarını anlama ve geliştirme çabası devam ettirilmeli, yaklaşımlar sorgulanmalı ve sporda özgüven duygusunu kurgulayıp en üst seviye ulaşmak için bu yönde çalışmalar yapılmalıdır

Bu araştırmanın amacı, Trabzon Olimpiyat Hazırlık Merkezi'ndeki judocuların problem çözme becerileri ve sportif güven düzeyleri incelemektir. Ayrıca araştırmada judocuların cinsiyet, yaş, milli olma durumu, antrenman yaşı, antrenörle çalışma yılı ve eğitim durumuna göre problem çözme becerileri ve sportif güven düzeylerini incelemektir.

Bu araştırmanın önemi, judocuların karşılaştığı problemler ile başa çıkabilmesi ve kendilerine olan güven düzeylerini üst seviyeye çıkarabilmesine yardımcı olarak sporcuların sorunların üstesinden gelmesini ve kendine güven duygusu ile sportif verimliliğini arttırmasını sağlayabilecek olmasıdır. Ayrıca judocuların problem çözme becerileri ve sportif güven düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi ve her ikisinde ele alınan bağımsız değişkenlere göre

farklılık gösterip göstermediğini belirlemesi açısından önem taşımaktadır. Ayrıca judocularında problem çözme ve sportif güven duygusunun kazanılmasına katkıda bulunması ve mücadele sporu ve diğer spor branşlarındaki sporcular üzerinde bu konuda yeni araştırmalar yapılmasına örnek teşkil etmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın modeli betimsel bir araştırma modeli kullanılmış olup anket yoluyla verilerin toplanması gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubunu, Trabzon Olimpiyat Hazırlık Merkezi'nde aktif olarak judo sporu ile uğraşan 24 kız ve kamp için hazırlık merkezinde bulunan 36 erkek olmak üzere toplam 60 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada, Heppner ve Peterson (1982) tarafından geliştirilen, Türkçeye

uyarlaması ise Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılan Problem Çözme Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 35 sorudan oluşan 6'lı likert tipi ölçektir. Puanlamada 9, 22 ve 29. maddeler puanlama dışı bırakılır. Puanlama 32 madde üzerinden yapılır. Maddelerin bir kısmı olumlu (5, 6, 7, 8, 10, 12, 16, 18, 19, 20, 23, 24, 27, 28, 31, 32, 33, 35), bir kısmı da olumsuz (1, 2, 3, 4, 11, 13, 14, 15, 17, 21, 25, 26, 30, 34) ifadelerden oluşmaktadır.

Spora özgü olarak geliştirilen Sürekli Sportif Güven Ölçeği Vealey tarafından 1986 yılında geliştirilmiştir. Ölçekte 13 soru maddesi bulunmaktadır. Sürekli Sportif Güven Ölçeğinin Türkçeye uyarlamasını Engür ve arkadaşları (2006) tarafından yapılmıştır (Vurgun 2010).

Araştırmada elde edilen verilere tanımlayıcı istatistik işlemler yapıldıktan sonra, Bağımsız Örneklem T-Testi, Tek Faktörlü Varyans Analizi ve Pearson Korelasyon Testi uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1: Araştırma grubuna ait demografik bilgiler.

Değişkenler	Alt Kategoriler	N	%	Toplam
Yaş	14-16	35	58,3	60-100
	17-19	20	33,3	
	20+	5	8,3	
Cinsiyet	Kız	26	43,3	60-100
	Erkek	34	56,7	
Eğitim Durumu	Ortaokul	11	18,3	60-100
	Lise	44	73,3	
	Üniversite	5	8,3	
Milli Olma Durumu	Evet	41	58,3	60-100
	Hayır	19	31,7	
Antrenman Yaşı	1-4	17	28,3	60-100
	5-8	33	55,0	
	9+	10	16,7	
Antrenörle Çalışma Yılı	1-4	44	73,3	60-100
	5-8	14	23,3	
	9+	2	3,3	

Tablo 1'de görüldüğü gibi araştırma grubunu oluşturan sporcuların % 58,3'ü 14-16 yaş aralığında, % 33,3'ü 17-19 yaş aralığında, % 8,3'ü 20 yaş ve üstü sporculardan oluşmaktadır. Bu sporcuların % 43,3'ü kız, % 56,7'si erkek sporculardan oluşturmaktadır. Sporcuların % 18,3'ünü ortaokul, % 73,3'ünü lise, % 8,3'ünü üniversite mezunu sporcular oluşturmaktadır.

Sporcuların % 58,3'ü milli sporcu, % 31,7'si milli olmayan sporcudur. Sporcuların antrenman yaşları % 28,3 oranında 1-4 yıl, % 55,0 oranında 5-8 yıl, % 16,7 oranında 9 yıl ve üzeridir. Sporcuların aynı antrenörle çalışma yılına baktığımızda, sporcuların % 73,3'ü 1-4 yıl, % 23,3'ü 5-8 yıl, % 3,3'ü 9 yıl ve üzeri aynı antrenörle çalışan sporcular olduklarını belirtmişlerdir.

Tablo 2: Judocuların problem çözme becerilerinin milli sporcu olma durumu ile cinsiyet değişkeni t-testi tablosu.

		N	M	SS	F	P
Milli Olma	Evet	41	95.07	16.230	2.566	.427
	Hayır	19	99.63	21.998		
Cinsiyet	Kız	26	90.165	20.104	3.374	.034*
	Erkek	34	101.00	15.410		

Tablo 2’de görüldüğü gibi Judocuların milli sporcu olma durumuna göre Problem Çözme Becerilerinde anlamlı bir farklılık bulunmazken ($p>0,05$), cinsiyet değişkeni üzerinde Problem Çözme Becerilerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Tablo 3: Judocuların problem çözme becerilerinin yaş, eğitim, antrenman yaşı ve antrenörle çalışma yılı tek yönlü varyans analizi tablosu.

		KT	Sd	KO	F	P
Yaş	Gruplar Arası	477,612	2	238,806	,715	,494
	Grup İçi	19039,371	57	334,024		
Eğitim Durumu	Gruplar Arası	4527,388	2	2263,694	8,608	,001*
	Grup İçi	14989,595	57	262,975		
Antrenman Yaşı	Gruplar Arası	1074,915	2	537,457	1,661	,199
	Grup İçi	18442,069	57	323,545		
Antrenörle Çalışma Yılı	Gruplar Arası	182,837	2	91,419	,270	,765
	Grup İçi	19334,146	57	339,196		

Tablo 3’de görüldüğü gibi Judocuların yaş, antrenman yaşı ve antrenörle çalışma yılına göre Problem Çözme Becerilerinde anlamlı bir farklılık bulunmazken ($p>0,05$), eğitim durumu düzeylerine göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Tablo 4: Judocuların Sportif Güven Düzeylerinin Milli Sporcu Olma Durumu İle Cinsiyet Değişkeni T-Testi Tablosu.

		N	M	SS	F	P
Milli Olma	Evet	41	86,17	13,381	,479	,378
	Hayır	19	90,79	20,525		
Cinsiyet	Kız	26	88,08	18,179	,003	,857
	Erkek	34	87,29	14,303		

Tablo 4’de görüldüğü gibi Judocuların milli sporcu olma ve cinsiyet değişkenlerinin Sportif Güven Düzeylerine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 5: judocuların sportif güven düzeylerinin yaş, eğitim, antrenman yaşı ve antrenörle çalışma yılı tek yönlü varyans analizi tablosu.

		KT	Sd	KO	F	P
Yaş	Gruplar Arası	11,933	2	5,967	,023	,978
	Grup İçi	15010,000	57	263,33		
Eğitim Durumu	Gruplar Arası	11,211	2	5,605	,021	,979
	Grup İçi	15010,723	57	263,346		
Antrenman Yaşı	Gruplar Arası	370,973	2	185,486	,722	,490
	Grup İçi	14650,961	57	257,034		
Antrenörle Çalışma Yılı	Gruplar Arası	125,596	2	62,798	,240	,787
	Grup İçi	14896,338	57	261,339		

Tablo 5’de görüldüğü gibi Judocuların yaş, eğitim durumu, antrenman yaşı ve antrenörle çalışma yılına göre Sportif Güven Düzeylerine göre herhangi bir anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 6: Judocuların Problem Çözme Becerileri ve Sportif Güven Düzeyleri Arasındaki İlişki Tablosu.

	N	Ortalama	SS	F
Problem Çözme	60	96,52	18,188	,545
Sportif Güven	60	87,63	15,956	

Tablo 6’da görüldüğü gibi Judocuların Problem Çözme Becerileri ve Sportif Güven Düzeyleri arasında ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,01$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırma Judocularının problem çözme becerileri ve sportif güven düzeylerini incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmada problem çözme becerilerinin milli olma durumu ve cinsiyet değişkeni üzerinde irdelediğimizde milli olma durumunda herhangi bir anlamlı farklılık söz konusu değilken, cinsiyet değişkeni üzerinde anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir. Araştırmada cinsiyete göre problem çözme becerileri puan ortalaması erkeklerde $101,00\pm 15,410$ iken, kızlarda $90,165\pm 20,104$ olarak belirlenmiştir. Buna göre erkek judocuların problem çözme becerilerine ait puan ortalamaları, kız judocularına oranla daha yüksektir ve erkek judocular lehine problem çözme becerilerinde

anlamlı farklılık belirlenmiştir. Bu durum kız judocuların erkek judocularına oranla olaylara ve karşılaştıkları problemlere karşı duygusal davranmaları, yapılan spor branşı gereği mücadeleye dayalı ve fiziksel sınırları zorlayan bir spor olmasından dolayı erkek judocuların kız judoculara oranla problem çözme becerilerinin yüksek olması beklenebilir.

Bezci’nin (2010) taekwondo antrenörleri üzerine yaptığı çalışmada cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark olduğunu buna göre kadın taekwondo antrenörlerinin problem çözme becerilerinin, erkek taekwondo antrenörlerinden daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Şahin, Şahin ve Heppner (1993)’in üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada, üniversiteli bayanlar ve erkekler arasındaki kültürün de etkisiyle Problem Çözme Envanteri ve alt boyut puanları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığı incelenmiş, araştırma sonucunda, Amerikalı erkeklerin daha güvenli oldukları, Türk erkeklerinin ise

problemlerine daha fazla yaklaşım gösterdikleri tespit edilmiştir. Türk bayanlarının, Amerikalı bayanlara göre yaklaşım, uzlaşım ve kişisel kontrol puanlarının ve Problem Çözme Envanteri toplam puanlarının daha düşük olduğu bulunmuş, Buna göre; Türk bayanlarının Amerikalı bayanlara göre daha iyi problem çözme yeteneğine sahip oldukları, problemlerine daha fazla yaklaştıkları ve kişisel kontrollerinin daha güçlü olduğu sonucunu belirtmişlerdir. Türk bayanları ile erkekleri karşılaştırıldığında ise puanların birbirine benzerlik gösterdiği ancak bayanların erkeklere göre daha fazla problem çözme güvenine sahip oldukları saptanmıştır. Bulunan bu sonuç, üniversite eğitimine devam eden Türk bayan öğrencilerinin diğer Türk bayanlarına göre, daha olumlu, kendine güveni olan seçilmiş bir grup olmasına bağlanmıştır

Araştırmada Judocuların yaş, antrenman yaşı ve antrenörle çalışma yılına göre problem çözme becerilerinde anlamlı bir farklılık söz konusu değilken, eğitim durumu düzeylerine göre anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir. Buna göre eğitim seviyesi arttıkça problemlerle başa çıkma ve problemin üstesinden gelebilme durumu da artmaktadır. Buna göre eğitim düzeylerindeki bu anlamlı farkın oluşması bu duruma bağlanabilir. Ferah'ın Kara Harp Okulu öğrencilerinin problem çözme becerisi ile ilgili yapılan çalışmada, öğrencilerin problem çözme beceri algıları ile problem çözme yaklaşım biçimlerinin sınıf değişkeni açısından incelenmiş anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (Ferah 2000).

Araştırmada sportif güven düzeylerine baktığımızda, Judocuların sportif güven düzeylerinin milli sporcu olma ve cinsiyet değişkenine göre yine aynı sporcularda yaş, eğitim durumu, antrenman yaşı ve antrenörle çalışma yılına göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Vurgun'un (2010) yaptığı çalışmada sporcuların milli olma durumuna göre bilişsel kaygı, bedensel kaygı, kendine güven düzeyleri arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Yine aynı çalışmada sporcuların milli olma durumuna göre sportif güven düzeylerinde, sportif güven ve milli olma durumu, cinsiyet ve milli olma durumu ve cinsiyetin ikili etkileşimi arasında bir farklılığa rastlanmamıştır. Yine çalışmada erkek ve bayan milli sporcuların milli olmayan sporcularla sportif güven bağlamında bir farklılık olmadığını belirtmişlerdir. Bozkurt ve ark.'nın (2012) yaptığı çalışmada süper lig ve ikinci lig futbolcularında lig düzeylerine göre durumluk ve sürekli sportif güven düzeylerinde anlamlı bir farklılık

bulunamamıştır ancak bunun aksine sportif güvenin sporcuların performansını olumlu yönde etkileyen çalışmalarda bulunmaktadır. Vealey'in (1988) çalışmasında sporcularda sportif güvenin yüksek düzeyde olması sporcuların performans yönelimini olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir. Yine Vealey (1986) başka bir çalışmasında bireylerin sürekli sportif güven ve sporda öz yeterliliğe eğilimli olduğunu aynı zamanda da durumluk sportif güveni de etkilediğini belirtmiştir.

Araştırmada Judocuların problem çözme becerileri ve sportif güven düzeyleri arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulgu, problem çözme becerileri ile sportif güven düzeyi arasında bağlantı olmadığını göstermektedir.

Sonuç olarak, Judocuların milli sporcu olma durumuna göre problem çözme becerilerinde anlamlı bir farklılık bulunamazken, cinsiyet değişkeni üzerinde problem çözme becerilerinde anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. Yine Judocuların yaş, antrenman yaşı ve antrenörle çalışma yılına göre problem çözme becerilerinde anlamlı bir farklılık bulunamazken, eğitim durumu düzeylerine göre anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. Judocuların sportif güven düzeylerine göre milli sporcu olma, cinsiyet, yaş, eğitim durumu, antrenman yaşı ve antrenörle çalışma yılı değişkenlerinin tümünde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Araştırmanın sınırlılıkları:

Bu araştırma bireysel spor olan Judo sporunda yapılmış olup, Trabzon Olimpiyat Hazırlık Merkezi'ndeki sporcular ile yapılmıştır.

Öneriler:

Araştırma diğer branşlara uygulanıp farklı sonuçlar elde edilebilir. Aynı zamanda sportif performansı arttırmada önemli bir unsur olan psikolojik birçok faktör değişik branşlarda, yaş gruplarında uygulanıp incelenmesi daha farklı sonuçların elde edilmesine olanak sağlayabilir. Ayrıca hazırlık merkezindeki sporcuların yatılı ve de gündüzlü olarak da yer alabilmektedirler. Dolayısıyla bu değişken üzerinden analizlerde yapılabilir.

KAYNAKLAR

- 1- Aydın, Ş (2004): Örgütsel Stres Yönetimi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 6 (3).
- 2- Bezci, Ş (2010): Taekwando Antrenörlerinin Stresle Başa Çıkma ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.

- Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Ankara.
- 3- Bilen, M (1999): Plandan Uygulamaya Öğretim. Ankara: Anı Yayıncılık.
 - 4- Bozkurt, O., Koruç, Z., Arslan, N., Kocaekşi, S (2012): Türkiye’de ki Futbolcuların Lig Düzeylerine Göre Sportif Kendine Güven ve Öz Yeterlik İnançlarının Karşılaştırılması. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi Cilt 6, Sayı 3, 2012.
 - 5- Cüceloğlu D (2004): İnsan ve Davranış. İstanbul. Remzi Kitapevi, 219-277.
 - 6- Dinçer, A (1995): Anaokuluna Devam Eden Beş Yaş Grubu Çocuklarına Kişiler Arası Problem Çözme Becerilerinin Kazandırılmasında Eğitimin Etkisinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
 - 7- Düzakın, S (2004): Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
 - 8- Engür, M., Tok, S., Tatar, A (2006): Durumluk ve Sürekli Sportif Güven Envanterinin Türkçeye Uyarlanması Performans. Cilt:11. Sayı:3. Ege Üniversitesi, İzmir.
 - 9- Ferah D (2000): Kara Harp Okulu Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerini Algılamalarının ve Problem Çözme Yaklaşım Biçimlerinin Cinsiyet, Sınıf, Akademik Başarı ve Liderlik Yapma Değişkenleri Açısından İncelenmesi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
 - 10- Heppner PP, Peterson C (1982): The Development and Implication of a Personal Problem- Solving Inventory. Jour.of Coun. Psych, 29(1). PP, 66–75.
 - 11- Hernandez-Garcia, R, Torres-Luque, G, Villaverde-Gutierrez, C (2009): Physiological Requirements of Judo Combat. International Sport Med Journal. 10 (3) : 145-151.
 - 12- Oğuzkan, F (1989): Orta Dereceli Okullarda Öğretim. (2. Baskı). Ankara: Emel Matbaacılık.
 - 13- Şahin, NH., Şahin, N, and Heppner P (1993): Psychometric Properties of The Problem Solving Inventory in A Group of Turkish University Students. Cognitive Therapy and Research. 17 (3), 379–385.
 - 14- Vealey, RS (1986): Conceptualization of Sport-Confidence and Competitive Orientation: Preliminary Investigation and Instrument Development. Journal of Sport Psychology, 8, 221-246.
 - 15- Vealey, RS (2001): Understanding and enhancing self-confidence in athletes. in RN. Singer, HA. Haueseblas, & CM. Janelle (Eds.), Handbook of sport psychology (2nd ed., pp. 550-565). New York: Wiley.
 - 16- Vurgun, N (2010): Sporda İmgeleme Anketinin Türkçeye Uyarlanması ve Sporda İmgelemenin Yarışma Kaygısı İle Sportif Güven Üzerine Etkisi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Anabilim dalı. Doktora Tezi, İzmir.