

Kendinle Konuşma Ölçeği'nin (KKÖ) Beden Eğitimi Dersi İçin Geçerlilik ve Güvenilirliği*

Validity and Reliability Study of Self Talk Questionnaire (STQ) For Physical Education Lessons

Nazmi BAYKÖSE (*nazmibaykose@gmail.com*)
Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Öz

Bu araştırmanın amacı kendinle konuşma ölçeğinin beden eğitimi ders ortamı için geçerlilik ve güvenilirliğinin sınanmasıdır. Araştırma grubunu yaşları 14 ile 19 arasında değişen 172 kız (Art. Ort. \pm Ss_{Yaş} =15.50 \pm 0.689) ve 139 erkek (Art. Ort. \pm Ss_{Yaş} =16.11 \pm 1.349) toplamda 311 (Art. Ort. \pm Ss_{Yaş} =15.77 \pm 1.075) öğrenci oluşturmaktadır. Beden eğitimi ders ortamında Kendinle Konuşma Ölçeği (KKÖ)'nin geçerlik ve güvenilirliğini değerlendirmek için Doğrulayıcı Faktör Analizi ve Cronbach alpha katsayısı kullanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin bulgular, iki faktör modelinin iyi uyum indeks değerlerine sahip olduğunu göstermiştir ($\chi^2/sd= 112.830/41=2.752$ RMSEA= 0,075, NFI= 95 NNFI= 0, 96, CFI= 0,97, GFI= 0,94 ve AGFI= 0, 91). Ölçeğe ait iç tutarlık katsayıları ise bilişsel işlev için 0.81 ve motivasyonel işlev için 0.92, olarak bulunmuştur. Sonuçlar, Kendinle Konuşma Ölçeği'nin beden eğitimi ders ortamlarında öğrencilerin kendileri ile konuşma düzeylerini belirlemek için kullanılabilir bir ölçüm aracı olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar Sözcükler: Beden Eğitimi, Kendinle Konuşma, Geçerlik, Güvenirlik.

Absract

The aim of this study was to test reliability and validity of self talk questionnaire for physical education class environment. Participants were 311 students ($M\pm SD_{Age}= 15.77 \pm 1.075$) who are 139 boys ($M\pm SD_{Age}= 16.11\pm 1.349$) and 172 girls ($M\pm SD_{Age}= 15.50\pm 0.689$) aged between 14 to 19 years. Confirmatory factor analysis and Cronbach Alpha coefficients was used to confirm its (Self Talk Questionnaire) validity and reliability in physical education class environment. Findings regarding the construct validity of the scale demonstrated that two-factor model showed acceptable to good fit to the data ($\chi^2/sd= 112.830/41=2.752$ RMSEA= 0,075, NFI= 95 NNFI= 0, 96, CFI= 0,97, GFI= 0,94 ve AGFI= 0, 91). The Cronbach's alpha coefficients were 0. 81 for cognitive function and 0.92 for motivational function Results showed that the STQ can be used to determine secondary school students' situational motivational levels in physical education class environment

Keywords: Physical Education, Self Talk, Validity, Reliability.

*Bu çalışma 2015 yılında yapılan III. Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresinde poster bildiri olarak sunulmuştur.



Giriş

Günümüz eğitim anlayışında psikoloji son derece önemli bir kavramdır. Eğitimin psikolojik anlamda desteklenmesinin günümüzün neredeyse olmazsa olmazlarından birisi olduğu düşünülmektedir. Birey yaşam sürecinin bir parçası olan eğitim sürecinde de normal bir durum olarak bir takım psikolojik aktivitelerde bulunabilir. Aynı zamanda eğitimde psikoloji odaklı çalışmanın, eğitmenlere büyük anlamda avantaj sağlayabileceği gerçeği göz önüne alındığında psikolojik yaklaşım eğilimli eğitimlerin etkili olabileceği düşünülmektedir. Bu bakımdan beden eğitimi derslerinin de tıpkı birçok dersin içerisinde bulunduğu temel dinamiklerden birisi olan, psikolojiyi içerisinde barındırdığı bir gerçektir. Beden eğitimi derslerinin genel yapısı itibarıyla uygulama içeriğini de içerisinde barındırdığı göz önüne alındığında, bireyin motor beceriye yönelik bir takım süreçleri hem fiziksel hem de psikolojik anlamda gerçekleştirmesinin bir gereklilik olduğu söylenebilir.

Son yıllarda spor ortamındaki performans ve öğrenme aktivitelerine psikolojik faktörlerin etkisi [1,2,3] sporun temel yapısını içerisinde barındıran beden eğitimi ders ortamında da merakla araştırıldığını görmekteyiz [4,5,6,7] Psikolojik faktörlerin sporcu performansına olan etkisinin yanı sıra spor ortamlarından birisi olarak nitelendirilebilecek olan beden eğitimi dersleri sürecindeki etkisi uzun yıllardır dünya literatüründe araştırılmakta olsa da [4] hala güncelliğini, ülkemizde dahil olmak üzere korumaktadır [5,6,7].

Bireyin gündelik yaşantısı sürecinde bilinçsiz bir şekilde de gerçekleştirdiği bir durum olabilen [8] kendinle konuşma, temel olarak psikolojik beceri faktörleri içerisinde yer almaktadır [9]. Spor ve egzersiz psikolojisi alanında yapmış olduğumuz literatür taraması sonucu görülmektedir ki; kendinle konuşma araştırmaları genelde performans odaklıdır [10,11]. Aynı zamanda yapılan araştırmalar göstermektedir ki kendinle konuşma performans geliştirme açısından etkili olan bir bilişsel yöntemdir [12,13,14,15,16,17].

Van Raalte ve ark. (1994) yeni beceriler öğrenmede kendinle konuşmanın etkin bir yöntem olduğunu vurgulamaktadır. Buna paralel olarak beden eğitimi derslerinde yeni bir beceriyi öğretmek isteyen öğretmenlerinde, kendileri ile olan konuşmalarını dikkate alınarak öğretim açısından daha pozitif sonuçlar alabileceği düşünülmektedir [17].

Bazı araştırmacılar tarafından bireyin kendisi ile konuşma etkinliğinin, yapılan görevin niteliğine bağlı olduğunu savunmaktadır. Yeni bir becerinin Öğretiminde de kendinle konuşma stratejisi kullanımı hassas karakterize görevler için daha faydalı olacaktır. Bu tür beceriler üzerine odaklanılan çalışmalarda bilişsel işlemlere odaklanılması destekleyici olabilir. Fakat kendinle konuşmanın bir diğer boyutu olan motivasyonel kendinle konuşma daha çok kuvvet ve dayanıklılıkla ilişkilidir. Ders faaliyetleri içerisinde kuvvet ve dayanıklılık içerikli konularda (koşu testi, beceri parkuru vs) motivasyonel işleme yönelik kendinle konuşma gerçekleşmesi performans artırıcı etki yaratabileceği düşünülmektedir [11].

Tüm bu bilgiler ışığında beden eğitimi dersi sürecinde öğrencilerin hem bilişsel hem de motivasyonel kendileri ile konuşma süreçlerine ilişkin bilgi sahibi olmanın da hedef kitlenin üzerinde istenilen becerileri kazanmasının ayrıca da derste istenilen performansın elde edilmesi açısından kendinle konuşmanın yararlı bir etkiye sahip olduğu düşünülmektedir [5,11,18,19,].

Ülkemizde lise düzeyinde eğitim görmekte olan öğrencilerin ders sürecinin incelenmesine yönelik psikolojik ölçme araçlarının geliştirilmesi ya da uyarlanması da bu bağlamda önemlilik arzettiği düşünülmektedir. Bu bilgiler paralelinde bu araştırmanın amacı kendinle konuşma ölçeğinin beden eğitimi ders ortamı için geçerlilik ve güvenilirliğinin test edilmesi olarak belirlenmiştir.

MATERYAL VE YÖNTEM

Bu bölüm, araştırma grubunu tanımlanmakta, ardından kullanılan ölçme aracına ilişkin bilgilere yer verilerek devam etmektedir. Daha sonra, temelde geçerli olan güvenilir indeksler taranarak erişilmiş olan, geçerlilik ve güvenilirliğe ilişkin literatürde yer alan ölçüt değerler belirtilmekte ve verilerin analizine ilişkin yöntem açıkça belirtilecek şekilde aktarılmaktadır. Araştırma grubu, verilerin toplanması ve analiz aşamalarına ilişkin detaylı bilgiye aşağıda yer verilmiştir.

Araştırma Grubu

Araştırmaya Trabzon ili Çarşıbaşı ilçesinde bulunan iki farklı liseden (Çarşıbaşı Anadolu Sağlık Meslek Lisesi ve Çarşıbaşı Anadolu İmam Hatip Lisesi), yaşları 14 ile 19 arasında değişen 139 erkek (Art. Ort. \pm Ss_{yaş} = 16.11 \pm



1.349) ve 172 kız (Art. Ort. \pm Ss_{Yaş} = 15.50 \pm 0.689) olmak üzere toplam 311 (Art. Ort. \pm Ss_{Yaş} =15.77 \pm 1.075) öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma grubunun belirlenmesinde amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabılır örnekleme yöntemi tercih edilmiştir [20,21].

Veri Toplama Aracı

Ölçeğin spor ve fiziksel aktivite ortamları için Türkçe uyarlaması Engür (2011) tarafından 157 kadın ve 265 erkek toplam 422 üniversiteli sporculara uygulanmıştır. Zervas ve ark. (2007) tarafından orijinal çalışması yapılarak teorik alt yapısı oluşturulan 11 madde ve 2 faktörden oluştuğu öngörülen KKA temel alınarak oluşturulan kuramsal model ilgili madde gruplarının ölçtüğü örtük değişkenler (faktörler) LISREL 8.51 kullanılarak DFA ile sınanmıştır. Modelin uygunluğu için hesaplanan $\chi^2 / sd = 165.74/38=4.36$ olarak hesaplanmıştır. Diğer uyum iyiliği indeksi değerleri ise RMSEA = 0.089, SRMR = 0.037, GFI = 0.93, AGFI = 0.88, NFI = 0.96; NNFI = 0.96, CFI = 0.97 olarak hesaplanmıştır [3]. Kendinle konuşma ölçeğinin güvenilirliğine ilişkin olarak ise, motivasyonel işlev alt boyutunda elde edilen güvenilirlik katsayısı 0.94 iken bilişsel işlev alt boyutunda 0.87 olduğu belirtilmiştir [3,22].

İşlem

Çalışmanın ilk aşaması olarak ölçeğin orijinaline ulaşıp, uyarlama çalışması için e-posta yoluyla yazarlardan Yannis Zervas ve Mustafa ENGÜR'den gerekli izin alınmıştır.

Ancak ölçeğin uygulanacağı yaş gurubu ve ortamı dikkate alınarak Kendinle Konuşma Ölçeği'nin beden eğitimi ders ortamlarına uygun hale getirilme aşamasında, ölçek maddelerinde yer alan "Müsabaka" kelimesi "Beden eğitimi dersi" olarak değiştirilerek düzenlenmiştir. Örneğin "Müsabakaya tam anlamıyla konsantre olabilmek için kendi kendime bir şeyler söylerim" ifadesi değiştirilerek, yerine "Beden eğitimi dersine tam anlamıyla konsantre olabilmek için kendi kendime bir şeyler söylerim" ifadesi kullanılmıştır. Ayrıca, maddelerin başlangıcı "Beden eğitimi dersi(ne)" olarak değiştirilmiştir. Bu süreç, beden eğitimi ve spor alanında uzman 4 (dört) öğretim elemanı ve ölçme değerlendirme alanında uzman olan 3 (üç) öğretim elemanının görüşleri doğrultusunda yürütülmüştür.

Verilerin Analizi

Veri toplama aracının faktör yapısının sınanmasında doğrulayıcı faktör analizi (DFA), güvenilirliklerinin sınanmasında ise Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı kullanılmıştır. DFA analizleri SPSS AMOS 22 Programı kullanılarak yapılmıştır.

Araştırmacılar tarafından modelin uyum iyiliğini değerlendirmek için çeşitli uyum indeksi kriterleri kullanılmıştır. DFA ile model-veri uyumuna ilişkin hesaplanan istatistiklerden en eski ve sık kullanılanı ayrıca en temel göstergesi χ^2 'dir. χ^2 uyum istatistiği örneklem büyüklüğüne duyarlı olduğu için özellikle örneklem sayısı 250'den fazla olan örneklerde problem oluşturmaktadır. Bu problemi ortadan kaldırmaya yönelik olarak χ^2 'ye ek olarak farklı uyum indekslerinin de kullanılması önerildiği çeşitli araştırmacılar tarafından vurgulanmaktadır [23,24,25,26].Bu doğrultuda, χ^2 /sd , RMSEA (Root mean square error of approximation- Kök ortalama kare yaklaşım hatası), CFI (Comparative fit index- Karşılaştırmalı uyum indeksi), NFI (Normed fit index- Normlaştırılmış uyum indeksi), GFI (Goodness of fit index- Uyum iyiliği indeksi, 19), AGFI (Adjusted Goodness of Fit index- Düzenlenmiş iyilik uyum indeksi) ve NNFI (Non-normed Fit Index- Normlaştırılmamış uyum indeksi) gibi sık kullanılan [27,28,29].uyum indeksleri kullanılmıştır. Bunlardan χ^2 /sd değerinde 0.03 ve daha düşük değerler iyi bir model uyumu, 0.05'e kadar olan değerler ise yeterli bir model uyumu olarak kabul edilmektedir (Çelik ve Yılmaz, 2013). NFI, GFI, AGFI, CFI ve NNFI değerlerinin 0.90'dan büyük olması kabul edilebilir, 0.95'den büyük olması iyi uyumun göstergesi olarak kabul edilmektedir [30,31,32].

Diğer taraftan, RMSEA indeksinin 0.05 altında olması çok yakın model veri uyumuna; 0.08'e kadar olması kabul edilebilir uyuma; ≥ 0.10 olan modeller ise zayıf model veri uyumuna işaret etmektedir [33,34].

BULGULAR

Kendinle Konuşma Ölçeği'nin beden eğitimi ve spor derslerine uyarlanmasına ilişkin geçerlik ve güvenilirliğine ait araştırmada elde edilen bulgular aşağıda tablolar halinde verilmiştir.

Ölçeğin Yapı Geçerliğine İlişkin Bulgular

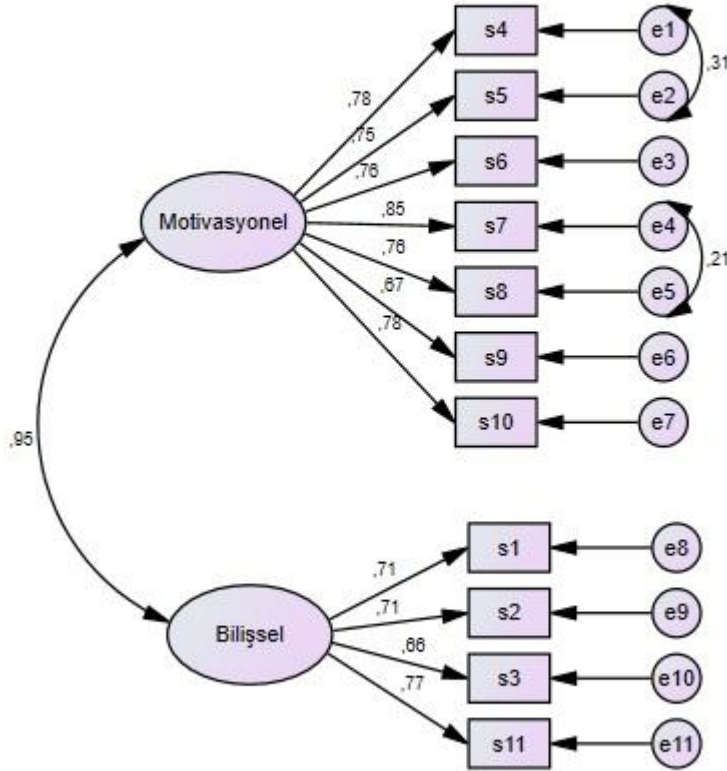
Ölçeğe ait doğrulayıcı faktör analizi ilk bulguları ($\chi^2/sd = 147.019/43=3.419$ RMSEA= 0,088, NFI= 93 NNFI= 0, 94, CFI= 0,95, GFI= 0,92 ve AGFI= 0, 88) geçerli bulunmadığından, modelin hata kovaryansları'nın ilişkilendirilmesine ilişkin olarak önerdiği düzeltme indekslerinden kuramsal olarak uygun olan madde 3 ve madde 4



arasında bildirilen düzeltmeler yapılarak model tekrar sınanmıştır. Düzeltme sonucu elde edilen modelin uyum indeksleri yeterli düzeyde düzeltme göstermediğinden ($\chi^2/sd= 136.435/42=3.248$ RMSEA= 0,085, NFI= 94 NNFI= 0, 94, CFI= 0,95, GFI= 0,93 ve AGFI= 0, 89), modelin hata kovaryanslarının ilişkilendirilmesine yönelik olarak önerdiği düzeltme indekslerinden kuramsal olarak uygun olan madde 1 ve madde 2 arasında bildirilen düzeltmeler yapılarak model tekrar sınanmıştır.

Düzeltilme indeksleri ki-kare değerinde azalmaya neden olduğundan, uyum iyiliği indekslerinde de iyileşme sağlamaktadır. Düzeltme sonrası model tekrar sınanıldığında, modelin uygunluğu için hesaplanan $\chi^2/sd= 2.75$ 'dir. χ^2 değerinin serbestlik derecesine oranının 3'den küçük olması mükemmel uyumu göstermektedir [35]. Bu işlem sırasıyla doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ($\chi^2/sd= 112.830/41=2.752$ RMSEA= 0,075, NFI= 95 NNFI= 0, 96, CFI= 0,97, GFI= 0,94 ve AGFI= 0, 91) iki faktörlü yapıda iyi denilebilecek düzeyde uygunluk gösterdikleri ortaya konulmuştur. Ayrıca doğrulayıcı faktör analizi yorumlanırken, DFA'ya göre maddelerin Lambda (faktör yükü), t ve R² değerleri de önem taşımaktadır. Bu değerler Şekil 1 ve Tablo 1'de verilmiştir.

Şekil 1. Kendinle Konuşma Ölçeğine Ait Alt Boyutlara İlişkin Faktör Yükleri





Şekil 1. de görüldüğü üzere değerler incelendiğinde, faktör yüklerinin .85 ile .66 arasında değiştiği gözlemlenmektedir. Bu değerler, maddelerin faktör yüklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğuna işaret etmektedir. Elde edilen bulgular, gözlenen değişkenler ve örtük değişken arasında tek yönlü doğrusal ilişkiyi ifade eden parametrelerin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır.

Kendinle Konuşma Ölçeği'nin beden eğitimi ders ortamı için geçerliliği değerlendirildiğinde; doğrulayıcı faktör analizine ilişkin bulgular, modelin orijinal ölçeğin iki faktör yapısı ile tutarlı ve beden eğitimi dersi için geçerli bir ölçüm aracı olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 1. DFA Sonuçlarına Göre Standardize edilmiş Lambda (λ), t ve R2 Değerleri

Faktörler	Maddeler	λ	R ²	T
Motivasyonel İşlev Alt Boyutu	s4	,78	,060	14,510
	s5	,75	,066	16,841
	s6	,76	,058	14,197
	s7	,85	,071	16,074
	s8	,76	,088	14,147
	s9	,68	,046	12,309
Bilişsel İşlev Alt Boyutu	s10	,78	,060	14,510
	s1	,71	,050	12,703
	s2	,71	,080	11,651
	s3	,66	,044	10,921
	s11	,77	,060	12,703

Değerler incelendiğinde, Lambda (λ), t ve R2 değerlerinin 0.05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Faktör yüklerini gösteren Lambda (λ) değerlerine bakıldığında, faktör yüklerinin 0.66 ile 0.85 arasında değiştiği görülmektedir. Bu değerler, maddelerin faktör yüklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğuna işaret etmektedir. Gizil değişkenlerin gözlenen değişkenleri açıklama durumlarına ilişkin t değerleri ise 0.05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Yapılan analizlerde manidar olmayan t değerlerinin analiz dışı bırakılması gerektiği birçok araştırmacı tarafından vurgulanmaktadır [33,36]. Buna göre, ileri sürülen modeldeki maddelerin t değerlerinin anlamlı olması modelde kalmaları gerektiğine işaret etmektedir. Diğer taraftan, R2 değerlerine bakıldığında, alt faktörler tarafından maddelerde açıklanan varyans miktarının ise 0.46 ile 0.88 arasında değiştiği görülmektedir. Bu bilgiler ışığında elde edilen bulgular, gözlenen değişkenler ve örtük değişken arasında tek yönlü doğrusal ilişkiyi ifade eden parametrelerin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır.

Ölçeğin Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Ölçeğin güvenilirliğini test etmek için ise Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. Kendinle Konuşma Ölçeği'nin güvenilirliğinin sınanması için hesaplanan iç tutarlık katsayıları; Bilişsel İşlev alt boyutu için 0.87, Motivasyonel işlev alt boyutu için 0.94 olarak bulunmuştur (Tablo 2).

Tablo 2. Kendinle Konuşma Ölçeğine Ait güvenilirlik katsayıları

	Cronbach alpha
Bilişsel İşlev	0.87
Motivasyonel İşlev	0.94

Tablo 3. Bilişsel İşlev Alt Boyutuna Ait Her Bir Madde İçin Madde Analizi Sonuçları

Madde silindiğinde aritmetik ortalama	Madde silindiğinde varyans	Madde – toplam korelasyonu	Madde silindiğinde Cronbach's Alpha değeri
---------------------------------------	----------------------------	----------------------------	--



s1	8,57	11,807	,634	,751
s2	8,66	12,051	,633	,752
s3	8,82	12,447	,596	,769
s11	8,11	10,952	,629	,756

Her bir madde silindiğinde elde edilen Cronbach alfa katsayısı değerlerine bakıldığında ise maddeler silindiğinde güvenilirlik katsayısının azaldığı görülmektedir. Uyumlu tutkunluk alt boyutunda yer alan maddelerin alt boyut toplam korelasyon katsayıları en yüksek 0,63 (Birinciinci madde) en düşük ise 0,60 (İkinci madde) olarak bulunmuştur.

Tablo 4. Motivasyonel İşlev Alt Boyutuna Ait Her Bir Madde İçin Madde Analizi Sonuçları

	Madde silindiğinde aritmetik ortalama	Madde silindiğinde varyans	Madde – toplam korelasyonu	Madde silindiğinde Cronbach's Alpha değeri
s4	21,68	69,146	,755	,907
s5	21,78	70,605	,727	,909
s6	22,04	71,111	,701	,911
s7	21,65	67,692	,825	,901
s8	21,92	69,446	,750	,907
s9	21,86	71,096	,645	,916
s10	21,93	69,776	,739	,908
s11	21,66	69,612	,707	,911

Motivasyonel işlev alt boyutuna ilişkin her bir madde silindiğinde elde edilen Cronbach alfa katsayısı değerlerine bakıldığında ise maddeler silindiğinde güvenilirlik katsayısının azaldığı görülmektedir. Motivasyonel işlev alt boyutunda yer alan maddelerin alt boyut toplam korelasyon katsayıları en yüksek 0,83 (Yedinci madde) en düşük ise 0,65 (Dokuzuncu madde) olarak bulunmuştur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Elde edilen bulgular dâhilinde χ^2 /sd değerinin 0.03 ve daha düşük değere sahip olması iyi bir model uyumu, 0.05'e kadar olan değerler ise yeterli bir model uyumu olarak kabul edilmektedir [23,32,37]. Gözlemlenen sonuçlar χ^2 /sd değerinin 0.03 (χ^2 /sd= 112.830/41=2.752) değerinin altında olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlardan hareketle verinin model ile uyumunun iyi olduğunu göstermektedir.

NFI, GFI, AGFI, CFI ve NNFI değerlerinin 0.90'dan büyük olması kabul edilebilir, 0.95'den büyük olması iyi uyumun göstergesi olarak kabul edilmektedir [30,31,32,33]. Bu bilgiler doğrultusunda NFI (.95), CFI (0,97) ve NNFI (0, 96) değerleri iyi uyum düzeyinde, GFI (0,94) ve AGFI (0, 91) ise kabul edilebilir düzeyde uyum indeksine sahip olduğunu göstermektedir.

RMSEA indeksinin 0.05 altında olması çok yakın model veri uyumuna; 0.08'e kadar olması kabul edilebilir uyuma sahip olduğunu göstermektedir [32,33,34,38]. Bu bağlamda DFA sonucunda gözlemlenen RMSEA (0,075) değeri kabul edilebilir düzeydedir.

Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılığına yönelik elde edilen Cronbach Alfa değerlerinin her iki alt ölçek içinde birbirine yakın ve kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu gözlemlenmiştir [23,36,37,39]. Önceki çalışmalarda elde edilen güvenilirlik değerleri de göz önüne alınırsa, ölçeğin genel olarak iç tutarlılığının sağlandığı söylenebilir [3,22].

Sonuç olarak ülkemizde son dönemlerde araştırmacılar tarafından spor ortamlarında kendinle konuşma üzerine yapılan araştırma sayılarının giderek arttığı söylenebilir [40,41,42,43]. Bu bağlamda düşünüldüğünde KKÖ-B formunun ulusal literatürdeki kendinle konuşma konusundaki uygulamalara ve spor bilimleri alanlarda yapılacak gelecekteki araştırmalara katkı yapabileceği düşünülmektedir.



REFERANSLAR

- [1] Nergiz S., Bayköse N., Yıldız M. (2015). Kendinle Konuşma: Modern ve Halk Dansları Yapan Bireylerin Kendileriyle Konuşma Durumları. *Niğde University Journal of Physical Education And Sport Sciences*, 9, 40-49.
- [2] Bayköse, N. (2014). *Sporcularda Kendinle Konuşma ve İmgeleme Düzeyinin Optimal Performans Duygu Durumunu Belirleyici Rolü*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi. Konya.
- [3] Engür, M. (2011). *Performans Başarısızlığı Değerlendirme Envanteri ve Kendinle Konuşma Anketinin Türk Sporcu Popülasyonu'na Uyarlanması ve Uygulanması*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- [4] Anderson, A. (1997). Learning strategies in physical education: Self-talk, imagery, and goal-setting. *Journal of physical education, recreation & dance*, 68(1), 30-35.
- [5] Kolovelonis, A., Goudas, M., & Dermitzaki, I. (2011). The effects of instructional and motivational self-talk on students' motor task performance in physical education. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(2), 153-158.
- [6] Ada, E.N., Zourbanos, N., Kazak Çetinkalp, Z., & Papaioannou, A. (2014). The Relationship between Dispositional Flow, Motivational Climate, and Self-Talk in Physical Education Classes. 13th International Sports Sciences Congress, November 7-9. Konya Selçuk University, Turkey.
- [7] Yılmaz A., Esentürk O.K., Bayköse N. (2015). Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersinde Gerçekleştirdikleri İçsel Konuşmalar Durumluk Kaygı Düzeylerinin Belirleyicisimidir?. *Intenational Ejer Congress 2015*, Ankara, Türkiye, 8-10 Haziran, 1281-1281.
- [8] Hardy, J. (2006). Speaking clearly: A critical review of the self-talk literature. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(1), 81-97.
- [9] Weinberg, R. S., & Gould, D. (2014). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*, 6E. Human Kinetics.
- [10] Hatzigeorgiadis, A., Theodorakis, Y., & Zourbanos, N. (2004). Self-talk in the swimming pool: The effects of ST on thought' content and performance on water-polo tasks. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16, 138-150.
- [11] Theodorakis, Y., Weinberg, R., Natsis P., Douma, E., & Kazakas, P. (2000). The effects of motivational versus instructional self-talk on improving motor performance. *The Sport Psychologist*, 14, 253-272.
- [12] Johnson-O'Connor, E. J., & Kirschenbaum, D. S. (1982). Something succeeds like success: Positive self-monitoring for unskilled golfers. *Cognitive Therapy and Research*, 10, 123-136
- [13] Weinberg, R. S., Smith, J., Jackson, A., & Gould, D. (1984). Effect of association, dissociation, and positive self-talk on endurance performance. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 9, 25- 32.
- [14] Hamilton, S. A., & Fremour, W. J. (1985). Cognitive behavioral training for college basket-ball free-throw performance. *Cognitive Therapy and Research*, 9, 479-483.
- [15] Rushall, B. S., Hall, M., Roux, L., Sasseville, J., & Rushall, A. C. (1988). Effects of three types of thought content instructions on skiing performance. *The Sport Psychologist*, 2(4), 283-297.
- [16] Dagrou, E., Gauvin, L., & Halliwell, W. (1992). Effets de langage positif, negatif et neutre sur la performance motrice [Effects of positive, negative and neutral self-talk on motor performance]. *Canadian Journal of Sport Science*, 17, 145-147.
- [17] Raalte, J. L. V., Brewer, B. W., Lewis, B. P., Linder, D. E., Wildman, G., & Kozimor, J. (1995). Cork! The effects of positive and negative self-talk on dart throwing performance. *Journal of Sport Behavior*, 18(1), 50.



- [18] Anderson, A., Vogel, P., & Albrecht, R. (1999). The effect of instructional self-talk on the overhand throw. *The Physical Educator*, 56(4).
- [19] Perkos, S., Theodorakis, Y., & Chroni, S. (2002). Enhancing performance and skill acquisition in novice basketball players with instructional self-talk. *Sport Psychologist*, 16(4), 368-383.
- [20] Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum* (Genişletilmiş 20. Baskı), Ankara: Pegem Akademi.
- [21] Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2014). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. (9. Baskı), Ankara: Seçkin Yayınları.
- [22] Zervas, Y., Stavrou N. ve Psychountaki M. (2007). Development and Validation of The Self-Talk Questionnaire (S-Tq) For Sports. *Journal Of Applied Sport Psychology*, 19, 142-159.
- [23] Çelik, H. E., ve Yılmaz, V. (2013). *LISREL 9.1 ile Yapısal Eşitlik Modellemesi*. İstanbul: Anı Yayınları.
- [24] Ada, E. N. D., Aşçı, F. H., Çetinkalp, F. Z. K., ve Altıparmak, M. E. (2012a). Durumsal Güdülenme Ölçeği'nin (Dgö) Beden Eğitimi Ders Ortamı İçin Geçerlik ve Güvenirliği. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, X (1) 7-12
- [25] Ada, E. N. D., Aşçı, F. H., Çetinkalp, F. Z. K., ve Altıparmak, M. E. (2012b). Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi Ölçeği'nin İlköğretim İkinci Kademe Öğrencileri İçin Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 4(2), 64-70.
- [26] Aşçı, F. H., Çağlar, E., Eklund, R. C., Altıntaş, A., ve Jackson, S. (2007). Durumluk ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçekleri'nin Uyarılma Çalışması. *Hacettepe J. of Sport Sciences*, 23 (2), 43-49.
- [27] Hoyle, R. H., Stephenson, M. T., Palmgreen, P., Lorch, E. P., & Donohew, R. L. (2002). Reliability and validity of a brief measure of sensation seeking. *Personality and Individual Differences*, 32(3), 401-414.
- [28] Jackson, S. A., Martin, A. J., & Eklund, R. C. (2008). Long and short measures of flow: The construct validity of the FSS-2, DFS-2, and new brief counterparts. *Journal of sport & exercise psychology*, 30(5), 561.
- [28] Jackson, S. A., Martin, A. J., & Eklund, R. C. (2008). Long and short measures of flow: The construct validity of the FSS-2, DFS-2, and new brief counterparts. *Journal of sport & exercise psychology*, 30(5), 561.
- [29] Chesney, M. A., Neilands, T. B., Chambers, D. B., Taylor, J. M., & Folkman, S. (2006). A validity and reliability study of the coping self-efficacy scale. *British journal of health psychology*, 11(3), 421-437.
- [30] Hu, L., & Bentler, P.M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3, 424-453.
- [31] Hu, L., & Bentler, P.M. (1999). Cut-off criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
- [32] Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. "Evaluating the fit of structural equation models: test of significance and descriptive goodness-of-fit measures". *Methods of Psychological Research – Online*; 8(2), 23-74, 2003. 28.
- [33] Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., ve Büyüköztürk, Ş. "Multivariate statistics for the social sciences: applications using SPSS and LISREL." Ankara: Pegem Yayıncılık; p.270-271, 2010.
- [34] Browne, M. W., & Cudeck, R. "Alternative ways of assessing model fit". In: Bollen, K. A. & Long, J. S. (Eds.) *Testing Structural Equation Models*. Beverly Hills, CA: Sage, p. 136-162, 1993.
- [35] De Vellis, R.F. (2014). *Ölçek Geliştirme: Kuram ve Uygulamalar* (Ed.Tarık Totan), Ankara: Nobel Yayıncılık.
- [36] Meydan, C. H., & Şeşen, H. (2011). *Yapısal eşitlik modellemesi AMOS uygulamaları*. Detay Yayıncılık.
- [37] Şimşek, Ö. F. (2007). Yapısal eşitlik modellemesine giriş: Temel ilkeler ve LISREL uygulamaları. *Ankara: Ekinoks*.
- [38] Marsh, H. W., & Hau, K. T. (1996). Assessing goodness of fit: Is parsimony always desirable?. *The Journal of Experimental Education*, 64(4), 364-390.
- [39] Seçer, İ. (2013). SPSS ve LISREL ile pratik veri analizi: Analiz ve raporlaştırma. *Ankara: Anı Yayıncılık*.



- [40] Bayköse, N., Civar Yavuz, S., Çoban, M., Şahan, H., & Certel, Z. (2016). Role of self talk in prediction of passion level in physical education class environment. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 2016(DecemberSpecialIssue), 445-452. Retrieved from www.scopus.com
- [41] Şahin, A., Bayköse, N., & Civar Yavuz, S. (2017). Does the undergraduate athletes' self talk levels affect imagery levels?. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 2017(DecemberSpecialIssue), 867-871. Retrieved from www.scopus.com
- [42] Bayköse, N., Civar Yavuz, S., Özer, Ö., & Şahin, A. (2017). The role of self-talk and self-efficacy levels of athletes studying at faculties of sport sciences on predicting mental toughness. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 2017(DecemberSpecialIssue), 591-595. Retrieved from www.scopus.com
- [43] Şahin, A., Bayköse, N., & Civar Yavuz, S. (2017). The role of motivational self-talk and life satisfaction on determining the flow experience of undergraduate athletes. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 2017(DecemberSpecialIssue), 867-871. Retrieved from www.scopus.com