



Spor M¼sabakası Ruminasyon ¼lçeđi'nin T¼rkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Adaptation of the Sports Competition Rumination Scale into Turkish: A Validity and Reliability Study

Araştırma Makalesi / Research Article

 Ahmet Yavuz KARAFİL ¹

 Emirhan PEHLİVAN ²

¹ Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi
Spor Bilimleri Fak¼ltesi Spor Yöneticiliği
Bölümü, BURDUR

² Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi
Rektörlük Beden Eğitimi ve Spor Bölümü,
BURDUR

Sorumlu Yazar / Corresponding Author
Dr. Ahmet Yavuz KARAFİL
aykarafil@mehmetakif.edu.tr

GeliŐ Tarihi / Received : 06.08.2022
Kabul Tarihi / Accepted : 14.10.2022
Yayın Tarihi / Published : 31.01.2023

Etik Bilgilendirme / Ethical Statement
Bu araştırma, Burdur Mehmet Akif Ersoy
Üniversitesi Etik Kurulu'nun 02.02.2022
tarih ve (GO 2022/491) sayılı kararı ile
etik açıdan uygun bulunmuştur.

DOI: 10.53434/gbesbd.1158522

Öz

Sportif performansın önemli göstergelerinden biri, sporcuların müsabaka sürecindeki zihinsel durumu ile açıklanabilir. Sporcuların geçmişte yaşamış oldukları olumsuz tecr¼belerin etkisiyle oluşturulan olumsuz düş¼nceler, sporcunun istenilen performans seviyesinin çok altında kalınmasına yol açabilmektedir. Ruminasyon olarak tanımlanan bu olumsuz düş¼ncelerle başa çıkabilmek, tespit edip üstesinden gelmek ile mümkün olabilir. Spor bilimleri alanyazında spor ortamında ruminasyonu ölçmeye yarayan bir ölçüm aracının bulunmaması nedeniyle spor müsabakası ruminasyon ölçeğinin T¼rkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması, bu çalışmanın amacını oluşturmaktadır. Bu araştırmaya bireysel ve takım sporcusu olmak üzere toplam 150 sporcu katılmıştır. Araştırmada ölçeğin geçerlik analizleri için dil geçerliği, yapı geçerliği, kapsam geçerliği ve ıraksak ve yakınsak geçerlik işlemleri uygulanmıştır. Ölçeğin güvenirliği için Cronbach alpha, composite reliability coefficient, Guttman Split-Half ve madde analizi işlemlerinden madde ayrıcılık indeksi ve madde toplam korelasyonu işlemleri yapılmıştır. Buna göre, ölçeğin geçerli ve güvenilir bir yapıda olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, T¼rk kültürüne uyarlaması yapılan spor müsabakası ruminasyon ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik işlemlerinin yapılmasının ardından özellikle, müsabaka sürecinde olan sporcuların performansları üzerinde önemli olduğu düşün¼len ruminatif düş¼nceleri ölçmek için uygun nitelikte olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Spor, Ruminasyon, Ölçek uyarlama

Abstract

One of the crucial indicators of sportive performance can be explained by the mental state of the athletes during the competition. Negative thoughts created by the influence of negative experiences of the athletes in the past can cause them to remain well below the desired performance level. Coping with these negative thoughts, defined as rumination, can be possible by identifying and overcoming them. This study aims to adapt the sports competition rumination scale to Turkish and to conduct validity and reliability studies since there is no measurement tool to measure rumination in the sports environment in the sports science literature. One hundred fifty athletes, including individual and team athletes, participated in this research. Language validity, construct validity, content validity, and divergent and convergent validity processes were applied for the validity analysis of the scale. In addition, Cronbach alpha, composite reliability coefficient, Guttman Split-Half, item discrimination index, and item-total correlation processes were used for the scale's reliability. Accordingly, results show that the scale has a sound and reliable structure. Finally, this determines that the sports competition rumination scale, adapted to Turkish culture, is suitable for measuring ruminative thoughts, thought to be crucial in the performances of the athletes who compete, after the validity and reliability processes are done.

Keywords: Sport, Rumination, Scale adaptation

Giriş

Sportif performans pek çok unsur tarafından etkilenmektedir. Bu unsurlar içinde özellikle sporcuların rekabet gücü ve zihinsel durumlarının önemli bir yeri bulunmaktadır (Zhang, 2022). Rekabet gücü ve zihinsel durum, sporcuların erken yaşlarda spor ortamında edinmiş oldukları olumlu ve olumsuz tecrübeler ile ileriki zamanlarda sportif performansın olumlu veya olumsuz bir biçimde etkilenmesine neden olabilir. Özellikle yaşanan olumsuz tecrübeler, sportif performansın düşmesine neden olmakla birlikte sporcuların zihninde müsabaka kaygısı, başarısız olma korkusu gibi düşüncelerin ortaya çıkmasına zemin oluşturmaktadır (Birrer, Röthlin ve Morgan, 2012). Bu düşüncelerin spor ortamında geçmişe bağlı bir şekilde kendini sürekli yenilemesi, ruminasyon kavramı ile açıklanabilmektedir (Roy, Memmert, Frees, Pretz ve Noël, 2016). Ruminasyon kavramı, insanların bir düşüncüyü tekrar tekrar akla getirmesi olarak nitelendirilmektedir (Joormann, 2005). Bir başka ifade ile zihinde yinelenen bazı olumsuz düşünceleri tekrar tekrar düşünmek olarak da tanımlanabilir (Kirkegaard-Thomsen, 2006). Genellikle başarısız olma ve çaresizlik duyguları ile ilişkilendirilen ruminasyon kavramı, kontrol altına alınmadığı takdirde kişilerde depresyon ve anksiyete dâhil olmak üzere birçok duygusal bozukluklara neden olabilecek hastalıklı bir duruma dönüşebilmektedir (Chen, Rapee ve Abbott, 2013; Nolen-Hoeksema, 2000).

Spor ortamında çok sık görülen, zihinde tekrarlanan bu olumsuz düşünceler, sporcuların müsabaka sırasında performanslarının olumsuz etkilenmesine neden olabilmektedir. Sporda ruminasyon, özellikle sporcuların geçmişte spor ortamında yaşamış oldukları bir dizi olumsuz tecrübenin zihinlerinde sürekli olarak açığa çıkması ile kendini göstermektedir. Spor ortamında ruminasyon gibi genellikle olumsuz tecrübelerden kaynaklanan düşüncelerin ortaya çıkmasının bir başka kaynağı ise hedef ilerleme teorisine dayanmaktadır. Bu teoriye göre, sporcuların mevcut performans düzeyleri ve hedefleri arasında yapılan sürekli karşılaştırmalar, sporcunun istenilen performans seviyesine gelebilmesi konusunda üzerinde baskı oluşturmaktadır (Martin ve Tesser, 1996). Yani, sporcuların ortaya koydukları hedefler ile mevcut performans seviyeleri arasındaki tutarsızlık ruminasyon gibi olumsuz düşüncelerin ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır (Michel-Kröhler, Kryz ve Berti, 2021). Ruminatif düşünceler, sporcuların başarılı olmalarının önündeki büyük engellerden biri olarak görülmektedir. Bu düşüncelerin üstesinden gelmek ve doğru yönetmek sporcular arasında farklılık gösterebilmektedir (Kröhler ve Berti, 2019). Eğer sporcular başarılı bir şekilde mücadele verip olumsuz düşüncelerini doğru yönetirlerse, olumsuz düşünceleri kontrol altında alamayan sporculara göre daha başarılı oldukları söylenebilir (Josefsson, Ivarsson, Lindwall, Gustafsson, Stenling, Böröy ve Falkevik, 2017). Fakat sporcuların bu olumsuz düşünceleri doğru yönetememesi sonucunda düşüncelerin kendini sürekli tekrar etmesi, sporcularda bir dizi sorunlar kendini gösterebilmektedir. Bu sorunlar, özellikle sporcunun odaklanma sorunu yaşamasına neden olurken sporculara zihinsel ve fizyolojik açıdan önemli zararlar verebilir

mektedir (Caselli, Bortolai, Leoni, Rovetto ve Spada, 2008; Lyubomirsky, Caldwell ve Nolen-Hoeksema, 1998; Watson, Berntsen, Kuyken ve Watkins, 2012). Özellikle genç yaşlarda sporcuların hata yaptıktan sonra yeniden hata yapma korkusu içerisinde yinededikleri geçmişle ilgili düşünceler, sporcuların kendini sürekli bu endişe içinde bulmaları ve bu süreç içinde yıpranmalarına sebebiyet verebilir (Beckmann ve Kossok, 2018).

Sporcuların yüksek performans seviyesine ulaşmaları ve fiziksel ve zihinsel gelişimleri önündeki engellerden biri olarak değerlendirilen olumsuz takıntı düşünceler, kontrol altına alınmadığı takdirde sporcunun hem zihinsel hem de fizyolojik sağlığı üzerinde olumsuz etkiler oluşturabilir. Sporcuların performanslarını doğru bir şekilde yönetebilmesi ve başarılı olabilmeleri, sporcuların ve antrenörlerin bu düşünceleri doğru bir şekilde yönetebilmesi ile mümkün olabilecektir. Sportif performans üzerinde fiziksel kadar sporcunun ruhsal ve psikolojik gelişimi de önemli bir yer tutmaktadır. Spor bilimleri literatüründe ruminasyon ile ilgili sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Sporda performans ve başarı gelişimi üzerinde doğrudan etki sahibi olduğu düşünülen ruminasyon kavramını özellikle genç sporcuların gelişimini olumsuz etkileyeceği düşünülmektedir. Sporda takım ve bireysel performans gelişimini negatif şekilde etkileyen bu kavramı ölçmeye yarayan bir ölçüm aracı olmaması ve uyarlaması yapılan veri toplama aracının tek faktörlü yapıda, kolay uygulanabilir olması ölçeğin uyarlama yapıma sebepleri arasındadır. Ayrıca ruminatif düşüncelere sahip sporcuların tespit edilmesi ve bu düşüncelerin ortadan kaldırılmasına yönelik önlemlerin alınmasına katkı sağlayabileceğinden dolayı veri toplama aracının Türkçeye uyarlanması geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yapılmasına karar verilmiştir.

Yöntem

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu, en az beş yıllık müsabaka geçmişine sahip toplam 150 sporcu oluşturmaktadır. Araştırma katılımcılarının 56'sı kadın (%37,3), 94'ü erkektir (%62,7). Katılımcıların 50'si (%33,3) bireysel spor branşlarında, 100'ü (%66,7) takım sporlarında faaliyet göstermektedir. Katılımcıların 20'si (%13,3) 18-20 yaş, 104'ü (%69,3) 21-23 yaş ve 26'sı ise 24 ve üzeri (%17,3) yaş gruplarında yer almaktadır. Katılımcıların 22'si (%14,7) önemli sakatlık geçmişine sahipken, 128'i ise (%85,3) ise önemli bir sakatlık geçmişine sahip değildir. Katılımcıların 11'i (%7,3) daha önce spor müsabakasında ceza alırken, 139'u (%92,7) müsabaka cezası almamıştır.

Çalışma grubunun sayısının belirlenmesinde, veri toplama aracına ait madde sayısının en az 10 katı olması referans alınarak çalışma grubunun sayısı belirlenmiştir (Boateng, Neilands, Frongillo, Melgar-Quiñonez ve Young, 2018). Bir diğer kaynaktan ise çok değişkenli normal dağılım göstermiş veriler ve doğru biçimde belirlenmiş modeller için örneklem sayısının 150 olabileceği belirtilmiştir (Muthén ve Muthén, 2002).

Veri Toplama Aracı

Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği

Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği, Michel-Kröhler, Kryz ve Berti (2021) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, spor müsabakalarında sporcunun performansını olumsuz etkileyen, sporcuların zihninde sürekli tekrarlanan takıntı düşünceleri ortaya çıkarmak için kullanılmaktadır. Ölçek toplamda sekiz maddeden ve tek faktörden oluşmaktadır. Ölçek beşli likert tipindedir (1=kesinlikle katılmıyorum, 5=kesinlikle katılıyorum).

Ölçeğin geliştirilmesi iki farklı aşamada gerçekleştirilmiştir. İlk aşamada, 15-30 yaşları arasında 29 farklı spor branşından bireysel ve takım sporlarında faaliyet gösteren toplam 210 sporcu araştırmaya katılmıştır. Sporcuların araştırmaya dâhil edilmesinde, yüksek performans ve rekabet sporcusu olması gibi kriterler göz önünde bulundurulmuştur. Araştırmanın ilk aşamasında, madde analizi, açımlayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve ölçüt geçerliliği işlemleri uygulanmıştır. Araştırmanın ikinci aşamasında ise 30 farklı spor branşından olmak üzere toplam 198 sporcu araştırmaya katılmıştır. Araştırmanın son aşamasında, birinci ve ikinci aşama çalışmaları arasında korelasyon analizi işlemi gerçekleştirilmiştir (Michel-Kröhler, Kryz ve Berti, 2021).

Veri Toplama Yöntemi

Veri toplama işlemine geçmeden önce katılımcılara konu ile ilgili olarak gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır. Veri toplama işlemi, katılımcılara gerek yüz yüze gerekse çevrimiçi şekilde uygulanmıştır.

Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği Uyarlama Süreci

Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeğinin uyarlama sürecinde ölçeği geliştiren sorumlu yazar Michel-Kröhler'den ölçeğin Türkçeye uyarlanması için gerekli izin alınmıştır. Ardından ölçek spor psikolojisi alanında yayınları olan dört akademisyen tarafından ölçek Türkçeye çevrilmiş, daha sonra İngiliz dili ve edebiyatında öğretim görevlisi olan iki akademisyen tarafından orijinal dil olan İngilizceye geri çeviri işlemi yapılmıştır. Ölçeğin dilsel açıdan geçerliliğini tespit edebilmek için ölçeğin Türkçe ve İngilizce formları İngiliz dili ve edebiyatında öğrenim gören yirmi öğrenciye iki hafta ara ile uygulanmıştır. Bu iki uygulama arasındaki ilişki hesaplanarak ölçeğin dilsel geçerlik sonucu elde edilmiştir.

Ölçeğin kapsam geçerliğini değerlendirmek için spor psikolojisi alanında yayınları olan dört uzman görüşüne sunulmuştur. Maddelere verilen puanlar uzman sayısına bölünerek kapsam geçerliliğine ilişkin sonuçlar elde edilmiştir. Ölçeğin Türkçe formunda anlam yönünden sorun çıkaran maddeler düzeltilmiştir. Yedinci maddede müsabakaya ilişkin sorunlarla ilgili düşünceler, benim isteğim dışında aklımdan geçer ifadesi müsabakaya ilişkin sorunlarla ilgili düşünceler, benim isteğim dışında aklıma gelir şeklinde değiştirilmiştir. Kapsam geçerliliği işleminden sonra ölçek, bireysel ve takım sporcularından oluşan toplam 150

sporcuya uygulanmıştır. Bu uygulama sonrasında doğrulayıcı faktör analizi, yakınsak ve iraksak geçerlik analizleri, madde toplam korelasyonu, güvenilirlik analizleri ve korelasyon analizi işlemleri gerçekleştirilmiştir.

İstatistiksel Analiz

Araştırmada SPSS version 21.0 programı kullanılarak ölçeğe ilişkin, korelasyon analizi, madde toplam korelasyonu ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Amos version 21.0 programı kullanılarak ölçeğe ilişkin doğrulayıcı faktör ve yakınsak ve iraksak geçerlik analizleri yapılmıştır.

Kapsam geçerliği

Kapsam geçerliği, ölçme aracının değerlendirme amacına uygun kullanımının sağlanması için bu konuda anlamlı ve uygun çıkarımlar yapmaya olanak tanıyan bir yöntemdir (Moss, 1995). Bu geçerlilik türü, ölçüm aracındaki maddelerin içerik alanını yeterince temsil edip etmediğini ele almaktadır (Polit ve Beck, 2006).

Araştırmada kapsam geçerliliği için Davis tekniği kullanılmıştır. Bu teknikte genellikle en az 3 en fazla ise 20 uzmanın görüşüne başvurulmaktadır. Bu teknığe göre uzman kişiler, 1= uygun, 2= madde hafifçe gözden geçirilmeli, 3= madde ciddi olarak gözden geçirilmeli ve 4= madde uygun değil, ifadeleri ile soru maddelerini değerlendirmektedir.

Bu değerlendirmede, 1 ve 2 maddelerini seçen kişilerin puan toplamı toplam uzman sayısına bölünerek maddeye ilişkin kapsam geçerliliği elde edilmektedir (Yurdugül, 2005). Bu teknik kullanılarak elde edilen değerler .80'den büyük olması kapsam geçerliliği için uygun sonucu temsil etmektedir (Davis, 1992).

Bu çalışmada spor psikolojisi alanında çalışmaları bulunan dört uzmanın görüşü alınmıştır. Maddelere ilişkin uzman görüşleri uzman sayısına bölündükten sonra .88 değeri elde edilmiştir. Bu durum ölçeğin kapsam geçerliliği açısından uygun değere sahip olduğu doğrulamıştır.

Dil geçerliği

Dilsel geçerlik uygulaması, ölçme aracının orijinal dili ile uyarlaması yapılması düşünülen hedef dil arasındaki ilişkinin uygunluğunun sağlanmasını kapsamaktadır (Seçer, 2015). Araştırmada dilsel geçerlik uygulaması İngiliz dili ve edebiyatı bölümünde öğrenim gören toplam 20 öğrenci ile yürütülmüştür. Orijinal dili ve çeviri dili arasındaki ölçek uygulaması yaklaşık olarak iki haftalık süre içerisinde gerçekleştirilmiştir. Ölçme aracının dil geçerliliğinin sınanması için orijinal dil ile hedef dil uygulamaları arasında korelasyon analizi işlemi yapılmıştır. Bu işlem sonrası ölçeğin orijinal dili ile çeviri dili arasındaki korelasyon $r = .85$ olarak bulunmuştur. Bu sonuç, alanyazında yer alan $r = .70$ değerinden daha büyük bir değerdir. Bu sonuca göre uyarlaması yapılan ölçek dilsel açıdan geçerli bir yapıdadır (Büyüköztürk, 2015; Hambleton ve Bollwark, 1991; Seçer, 2015).

Doğrulatory Faktör Analizi

Doğrulatory faktör analizi, araştırılan modellerin verilere uygunluğunun test edilmesini içerir (Alhija, 2010). Doğrulatory faktör analizinde ortaya çıkarılmış bir yapı vardır. Bu yapının yeni elde edilen verilerle doğrulanıp doğrulanmadığını test etmek için gerçekleştirilen istatistiksel bir yöntemdir (Erkuş ve Selvi, 2019).

Bu çalışmada faktör analizlerinden sadece doğrulatory faktör analizi işlemi yapılmıştır. Çünkü doğrulatory faktör analizi sadece var olan bir yapının doğrulanmasını sağlamaktadır (Seçer, 2015).

Yakınsak ve Iraksak Geçerlik Analizi

Yakınsak geçerlilik, ölçekte bir faktörde yer alan her bir sorunun aynı faktör içerisinde bulunan diğer sorularla olan ilişkisini tanımlamaktadır. Iraksak geçerlik ise aynı faktörde bulunan maddelerin kendi faktörü dışında bulunan maddelerle daha az ilişki halinde olması olarak tanımlanmaktadır (Gürbüz, 2019; Philips,2011).

Cronbach Alpha İç Tutarlık Katsayısı

Ölçek maddelerinin iç tutarlılığının değerlendirilmesi için Cronbach alfa katsayısı kullanılmıştır. Bu katsayı, ölçekte bulunan maddelerin homojen yapısını açıklamanın bir göstergesidir (Uzunsakal ve Yıldız, 2018).

Bileşik Güvenirlik Analizi

Ölçeğin güvenirlilik değerini belirleyebilmek için yapılan bir diğer işlem CR değeri olarak bilinen bileşik güvenirlilik analizidir. Bileşik güvenirlilik, doğrulatory faktör analizi işlemi sonrası elde edilen faktör yükleri ile hata varyansı değerlerine bağlı olarak bulunan iç tutarlılık katsayısıdır (Hair, Anderson, Tatham ve Black, 1998; Yang ve Green, 2011).

Birleşik güvenirlilik aynı zamanda birleşim geçerliğinde bir göstergesi konumunda olduğundan dolayı bu yöntem kullanılmıştır (Netemeyer, Bearden ve Sharma, 2003).

Bölünmüş Yarı Güvenirlik Analizi

Bölünmüş yarı güvenirlilik analizi, bir testin puanlarının güvenirliliğini ölçmek için kullanılan bir başka istatistiksel yöntemdir. Bölünmüş yarı güvenirlilik analizi yalnızca bir kez uygulanmasını gerektirdiğinden, test-tekrar test güvenirliliği ve paralel form güvenirliliği dâhil olmak üzere diğer güvenirlilik biçimlerine alternatif olarak kullanılan bir yöntemdir (Dahl, Wickman ve Wengström, 2014; Zhu ve Lowe, 2018).

Madde Toplam Puan Analizi

İç tutarlılığı ölçmek için kullanılan madde toplam korelasyonu, her bir soru maddesinden alınan puanlar ile soruların tümünden alınan puanlar arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır (Büyükoztürk, 2015).

Etik Beyan

Bu çalışmanın etik kurul onayı, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan alınmıştır (GO 2022/491).

Bulgular

Araştırmada elde edilen güvenirlilik değerleri Tablo 1' de belirtilmiştir.

Tablo 1. Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği güvenirlilik analizi

Araştırmada kullanılan ölçek	İç tutarlık katsayısı	Bileşik güvenirlilik katsayısı	Bölünmüş yarı test güvenirliliği
Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği	.872	.870	.812

İç Tutarlılık Kat Sayısı (Cronbach Alpha): Ölçek için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı, .87 olarak bulunmuştur. Elde edilen bu sonuç ölçeğin güvenilir bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir (Kılıç, 2016).

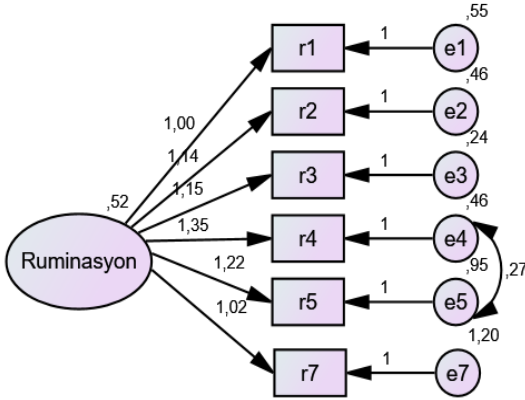
Bileşik güvenirlilik katsayısı (Composite Reliability Coefficient): Ölçek için hesaplanan bir diğer güvenirlilik değeri Composite Reliability Coefficient ise .870 olarak bulunmuştur. Bu sonuç literatürde belirtilen CR>0.7 değerinden daha büyük bir değere sahip olduğu için ölçeğin güvenilir bir yapıya sahip olduğu söylenebilir (Yaşlıoğlu, 2017).

Bölünmüş yarı test güvenirliliği (Guttman Split-Half Reliability): Ölçek için hesaplanan güvenirlilik yöntemlerinden biri de bölünmüş yarı güvenirlilik analizidir. Bu değer güvenirlilik için uygun sonuç vermiştir.

Tablo 2. Madde toplam puan analizi sonuçları

Madde	Madde ifadesi	Alt üst Grup %27	Madde toplam korelasyonu	
			r	p
1	Müسابakaya ilişkin başarısız durumlarla ilgili anılarımı sık sık yeniden değerlendiririm.	-4,689	.632	<0.5
2	Müسابakaya ilişkin tam olarak baş edemediğim sorunları sık sık düşünürüm.	-3,722	.681	<0.5
3	Müسابakadaki olumsuz deneyimlerden sonra, genellikle bu konu üzerinde tekrar tekrar düşünürüm.	-5,382	.749	<0.5
4	Müسابakaya ilişkin yaşadığım sorunlarla ilgili aynı düşünceler tekrar tekrar aklımdan geçer.	-4,822	.795	<0.5
5	Müسابakaya ilişkin sorunları düşünmeden duramam.	-4,087	.695	<0.5
7	Müسابakaya ilişkin sorunlarla ilgili düşünceler, benim isteğim dışında aklıma gelir.	-1,514	.632	P<0.5

Tablo 2’de madde toplam puan analizi ve madde ayrıklık indeksi olarak bilinen, alt üst %27 grupları arasındaki fark analiz edilmiştir. Güvenirlik analizi kapsamında yapılan işlem sonucunda madde toplam korelasyon katsayısı .543 ile .795 arasında değişiklik göstermiştir. Güvenirlik analizi kapsamında ölçek maddelerinin madde korelasyon değerlerinin .30’dan büyük olması literatürde belirtilmektedir (Hair, Anderson, Tatham ve Black, 1998; Hasançebi, Terzi ve Küçük, 2020). Buna göre, korelasyon değeri $r = .30$ değerinden daha küçük bir değere sahip olan sekizinci ve altıncı sorular veri toplama aracından çıkarılmıştır.



Şekil 1. Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

Şekil 1’e göre Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği doğrulayıcı faktör analizi işlemi sonucunda, her bir ölçek maddesine ait faktör yükleri .555 ile .861 arasında değişiklik göstermektedir. Ölçek maddeleri dört ile beş arasında kovaryans kurulmuştur. Bunun nedeni, “müsabakaya ilişkin yaşadığım sorunlarla ilgili aynı düşünceler tekrar tekrar aklımdan geçer (madde 4)” ve “müsabakaya ilişkin sorunları düşünmeden duramam (madde 5)” ifadelerinin anlamsal açıdan aynı amaca hizmet ettiği ile açıklanabilir (Civelek, 2018; Meydan ve Şeşen, 2011).

Tablo 3. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeksi değerleri

Uyum İndeksi	DFA öncesi	DFA sonrası	Sonuç
X2/Df	3,877	2,395	Uygun (Tabachnick ve Fidell, 2007).
RMSEA	.139	0.80	Uygun (MacCallum, Browne, ve Sugawara, 1996).
SRMR	.429	.0370	Uygun (Byrne, 1998).
CFI	.942	.975	Uygun (Hu ve Bentler, 1999).
GFI	.926	.960	Uygun (Miles ve Shevlin, 1998).
NFI	.925	.959	Uygun (Hu ve Bentler, 1999)

Tablo 3’e göre doğrulayıcı faktör analizi işlemi sonucunda elde edilen uyum iyiliği değerleri literatürde yer alan değerler ile uygunluk göstermektedir.

Tablo 4. Dilsel geçerlik sonuçları

Dilsel Geçerlik	1. Orijinal Dil	2. Çeviri Dili
1. Orijinal Dil	1	.85
2. Çeviri Dili	.85	1

$p < 0,01^*$

Tablo 4’e göre araştırmada kullanılan ölçeğin orijinal dil ve çeviri dili uygulamaları arasında $r = .85$ düzeyinde bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Bu sonuç, iki uygulama arasında yüksek bir ilişkinin varlığını göstermektedir.

Tablo 5. Ölçeğe ilişkin yakınsak ve iraksak geçerlik sonuçları

Madde	Std. Faktör Yükleri	CR	AVE	√AVE	MSV	ASV	α
1	.695						
2	.769						
3	.861	.870	.54	.26	.29	.27	.872
4	.819						
5	.670						
7	.555						

Tablo 5’te elde edilen değerler ile ölçeğin iraksak ve yakınsak değerleri için uygun sonuçlar verip vermediği sınıranmıştır. Buna göre, literatürde belirtilen değerler, yakınsak geçerlik için $CR > AVE$; $AVE > .50$ ve iraksak geçerlik için $MSV < AVE$; $ASV < MSV$ olarak belirtilmiştir (Yaşlıoğlu, 2017). Mevcut araştırmada elde edilen değerler literatürde belirtilen değerler ile uygunluk gösterdiği için ölçüm aracının iraksak ve yakınsak olarak geçerli bir yapıda olduğu söylenebilir.

Tablo 6. Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği maddelerine ait korelasyon analizi sonuçları

Madde	1	2	3	4	5	6
1	<i>r</i> -					
	<i>p</i> -					
2	<i>r</i> 0.610	-				
	<i>p</i> < .001	-				
3	<i>r</i> 0.572	0.653	-			
	<i>p</i> < .001	< .001	-			
4	<i>r</i> 0.439	0.447	0.505	-		
	<i>p</i> < .001	< .001	< .001	-		
5	<i>r</i> 0.337	0.359	0.338	0.666	-	
	<i>p</i> < .001	< .001	< .001	< .001	-	
7	<i>r</i> 0.163	0.233	0.228	0.313	0.386	-
	<i>p</i> < .001	< .001	< .001	< .001	< .001	-

Tablo 6’ya göre spor müsabakası ruminasyon ölçeği maddeleri arasındaki korelasyon değerlerinin incelenmesi sonucunda, ölçek maddeleri arasında orta derecede, pozitif anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p < 0.01$).

Tartışma ve Sonuç

Michel-Kröhler, Kryš ve Berti (2021) tarafından geliştirilen Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması sürecinde ilk olarak ölçek Türkçeye çevrilmiş ardından geri çeviri işlemi yapılarak İngilizceye geri çeviri yapılmıştır. Ölçeğe ilişkin dilsel geçerliğin sağlanması için İngilizce ve Türkçe ölçek formları farklı zamanlarda İngilizce dili ve edebiyatı bölümünde öğrenim gören 20 öğrenciye uygulanmıştır. İki uygulama arasında korelasyon katsayısı $r=.85$ olarak bulunmuştur. Bu sonuç, literatürde belirtilen $.70$ değerinden daha yüksek bir değer olduğu için ölçeğin dilsel açıdan geçerli olduğu söylenebilir (Büyüköztürk, 2015; Hambleton ve Bollwark, 1991; Seçer, 2015).

Ölçeğin kapsam geçerliliği sonuçları için uzman görüşüne başvurulmuştur. Buna göre, 1= uygun, 2= madde hafifçe gözden geçirilmeli ifadelerine sahip sorular uzman sayısına bölünerek $.88$ değeri elde edilmiştir. Bu değer literatürde belirtilen $.80$ değerinden büyük bir değer olduğu için ölçeğin kapsam geçerliliği açısından uygun sonuç aldığı doğrulanmıştır (Davis, 1992). Ölçeğin yapı geçerliliği için doğrulayıcı faktör analizi işlemi uygulanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi işleminden elde edilen sonuçların literatürde yer alan değerler ile uygunluk gösterdiği tespit edilmiştir. $X^2/Df=2,395$ (Tabachnick ve Fidell, 2007). $RMSEA=0.80$ (MacCallum, Browne, ve Sugawara, 1996). $SRMR=.0370$ (Byrne, 1998). $CFI=.975$ (Hu ve Bentler, 1999). $GFI=.960$ (Miles ve Shevlin, 1998). $NFI=.959$ (Hu ve Bentler, 1999). Bu sonuçlara göre ölçeğin yapısal açıdan geçerli bir durumda olduğu doğrulanmıştır. Ölçeğe ilişkin yakınsak ve iraksak geçerlik işlemleri sonucu elde edilen değerler, literatürde belirtilen değerler ile uygunluk göstermektedir. Yakınsak geçerlik için $CR>AVE$; $AVE>.50$ aralığında değerler elde edilirken, iraksak geçerlik için $MSV<AVE$; $ASV<MSV$ aralığında değerler elde edilmiştir. Bu sonuçlara göre ölçüm aracının yakınsak ve iraksak geçerlilik açısından uygun bir yapıya sahip olduğu söylenebilir (Gürbüz, 2019; Yaşlıoğlu, 2017). Ölçeğin geçerliğine ilişkin elde edilen değerler benzer ölçek olarak uyarlanan çalışmalarda (Oral ve Arslan, 2017; Tekin ve Kıriloğlu, 2019) elde edilen sonuçlar mevcut çalışma ile benzerlik göstermektedir.

Güvenirlik analizi kapsamında ölçek maddelerinin madde korelasyon değerleri $.30$ den büyük olması literatürde belirtilmektedir (Hair, Anderson, Tatham ve Black, 1998; Hasançebi, Terzi ve Küçük, 2020). Buna göre, korelasyon değeri $r=.30$ değerinden daha küçük bir değere sahip olan sekizinci ve altıncı sorular veri toplama aracından çıkarılmıştır. Bu sonuçla birlikte ölçek toplam altı sorudan ve tek faktörlü yapıdan oluşmuştur. Madde toplam korelasyonu işleminden elde edilen madde toplam korelasyon katsayısı $r=.543$ ile $r=.795$ arasında değişiklik göstermiştir. Ölçeğe ilişkin güvenilirlik değerleri Cronbach Alpha $.872$, Guttman Split-half: $.812$ ve Composite Reliability Coefficient $.870$ olarak bulunmuştur. Bu değerler literatürde yer alan $.70$ den büyük olma özelliğini karşıladıklarından dolayı veri toplama aracının güvenilir bir yapıda olduğu sonucuna ulaşılmıştır

(Fraenkel, Wallend ve Hyun, 2012). Elde edilen güvenilirlik değerleri de ruminasyona ilişkin uyarlaması yapılan yaşa bağlı ruminasyon ölçeği ve kişilerarası ruminasyon ölçeklerinden elde edilen güvenilirlik değerleri birbirlerine paralel sonuçlar vermiştir (Oral ve Arslan, 2017; Tekin ve Kıriloğlu, 2019).

Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda tek faktörlü yapıdan ve toplam altı sorudan oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 30 iken ölçekten alınabilecek düşük puan ise 6 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten yüksek puan alınması, sporcuların spor ortamında daha çok takıntı düşüncelere maruz kaldığı şeklinde açıklanabilir.

Sonuç olarak, Türkçeye uyarlaması geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeğinin geçerlik güvenilirlik işlemleri sonucunda elde edilen sonuçların literatürde belirtilen değerler ile uygunluk gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Spor müsabakaları ruminasyon ölçeği ile özellikle kariyerinin başında tecrübe eksikliği olan genç sporcuların hata yapma ihtimalinin daha yüksek olduğu ve yapılan hataların zamanla takıntı düşüncelere dönüşmesi öngörüldüğü için genç ve alt yaş kategorilerindeki sporculara uygulanmasının uygun olduğu düşünülmektedir. Sporcuların erken yaşlarda oluşabilecek olumsuz takıntı düşüncelerin ileriki kariyerde oluşmasının önüne geçmek açısından kullanılacak veri toplama aracı ile sporcuların takıntı düşüncelere sahip olup olmadığının bilinmesi sağlanacaktır. Ayrıca uzun süreli sakatlık geçmişine sahip sporcuların yeneden aynı problemleri yaşayacaklarına dair var olan inançları neticesinde sportif kariyerine eskisi gibi adapte olunmasında sorunlar ortaya çıkarabilir. Bu sorunların ortadan kaldırılması için spor müsabakası ruminasyon ölçeğinin bu tip hedef gruplara uygulanması, bu soruna sahip sporcuların tespit edilip bu olumsuz durumun ortadan kaldırılması açısından çalışma yapılmasına katkı sağlayacaktır.

Ayrıca sporculara yönelik motivasyon sürecinde önemli bir unsur olarak değerlendirilen sporcunun kendi kendine konuşması ile olumsuz duygu durumunun üstesinden gelme konusunda sporculara destek olabilecektir. Ruminatif düşüncelere yatkın ya da sahip sporcuların tespit edilerek kendi kendine konuşma desteği verilerek zihinsel açıdan hedeften uzaklaşmama ve motivasyonu kaybetmeme konusunda destek olacağı öngörülebilmektedir.

Özellikle nicel araştırma modeline sahip araştırmaların yanında niteliksel araştırma modeline sahip araştırmalar tasarlanarak sporcuların olumsuz takıntı düşüncelerinin nedenlerinin bireysel açıdan ortaya çıkacağı düşünülmektedir. Bu yüzden araştırmacılara belirtilen hedef gruplar ve araştırma modelleri ile çalışmaları önerilmektedir.

Yazar notu

Bu çalışmada veri toplama sürecinde desteklerini esirgemeyen arkadaşlarımıza teşekkür ederiz.

Finans Kaynakları

Bu çalışmanın hazırlanması ve yazımı sırasında kurum ve/veya kuruluşlardan herhangi bir maddi destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu makalenin yayınlanmasıyla ilgili yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Katkıları

Araştırma Fikri: AYK; Araştırma Tasarımı: AYK; Verilerin Analizi: AYK; Makale Yazımı: AYK, EP; Eleştirel İnceleme: AYK, EP

Kaynaklar

- Alhija, F. (2010). Factor analysis: An overview and some contemporary advances. *International Encyclopedia of Education*, 3, 162-170.
- Beckmann, J. ve Kossok, T. (2018). *Motivation and volition in sports*. In J. Heckhausen, and H. Heckhausen (Eds.). *Motivation and action* (pp. 853–889). London: Springer.
- Birrer, D., Röthlin, P. ve Morgan, G. (2012). Mindfulness to enhance athletic performance: Theoretical considerations and possible impact mechanisms. *Mindfulness*, 3, 325–246.
- Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quiñonez, H. R. ve Young, S. L. (2018). Best practices for developing and validating scales for health, social, and behavioral research: a primer. *Frontiers in Public Health*, 6, Article 149. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00149>
- Büyükköztürk, Ş. (2015) *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: istatistik, araştırma deseni spss uygulamaları* (Genişletilmiş 21. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Byrne, B. M. (1998). *Structural equation modeling with LISREL, PRELIS and SIMPLIS: Basic concepts, applications and programming*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Caselli, G., Bortolai, C., Leoni, M., Rovetto, F. ve Spada, M. M. (2008). Rumination in problem drinkers. *Addiction Research & Theory*, 16(6), 564-571.
- Chen, J., Rapee, R. M. ve Abbott, M. J. (2013). Mediators of the relationship between social anxiety and post-event rumination. *Journal of Anxiety Disorders*, 27(1), 1-8.
- Civelek, M. E. (2018). *Yapısal eşitlik modellemesi metodolojisi*. İstanbul: Beta Basım Yayın Dağıtım.
- Dahl, O., Wickman, M. ve Wengström, Y. (2014). The cultural adaptation and validation of a Swedish version of the satisfaction with appearance scale (SWAP-Swe). *Burns*, 40(4), 598-605.
- Davis L. L. (1992). Instrument review: Getting the most from a panel of experts. *Applied Nursing Research*, 5, 194-197.
- Erkuş, A. ve Selvi, H. (2019). *Psikolojide ölçme ve ölçek geliştirme III: Ölçek uyarlama ve "norm" geliştirme*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E. ve Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (Vol. 7, p. 429). New York: McGraw-hill.
- Gürbüz, S. (2019). *AMOS ile yapısal eşitlik modellemesi*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Hair, J. F., Anderson, E. R., Tatham, L. R. ve Black, W. C. (1998). *Multivariate data analysis*. New Jersey: Prentice Hall.
- Hambleton, R. K. ve Bollwark, J. (1991). Adapting tests for use in different cultures: Technical issues and methods. *Bulletin of the International Test Commission*, 18, 3-32.
- Hasançebi, B., Terzi, Y. ve Küçük, Z. (2020). Madde güçlük indeksi ve madde ayırt edicilik indeksine dayalı çeldirici analizi. *Gümüşhane Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi*, 10(1), 224-240.
- Hu, L. T. ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6 (1), 1-55.
- Joormann, J. (2005). *Inhibition, rumination, and mood regulation in depression*. In R. W. Engle, G. Sedek, U. von Hecker, & D. N. McIntosh (Eds.), *Cognitive limitations in aging and psychopathology* (pp. 275–312). Cambridge: Cambridge University Press.
- Josefsson, T., Ivarsson, A., Lindwall, M., Gustafsson, H., Stenling, A., Böröy, J. ve Falkevik, E. (2017). Mindfulness mechanisms in sports: mediating effects of rumination and emotion regulation on sport-specific coping. *Mindfulness*, 8(5), 1354-1363.
- Kılıç, S. (2016). Cronbach'ın alfa güvenilirlik katsayısı. *Journal of Mood Disorders*, 6(1), 47-48.
- Kirkegaard-Thomsen, D. (2006). The association between rumination and negative affect: A review. *Cognition and Emotion*, 20(8), 1216-1235.
- Kröhler, A. ve Berti, S. (2019). Taking action or thinking about it? State orientation and rumination are correlated in athletes. *Frontiers in Psychology*, 10, 576. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00576
- Lyubomirsky, S., Caldwell, N. D. ve Nolen-Hoeksema, S. (1998). Effects of ruminative and distracting responses to depressed mood on retrieval of autobiographical memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 166–177.
- MacCallum, R. C., Browne, M. W. ve Sugawara, H. M. (1996). "Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling," *Psychological Methods*, 1s(2), 130-149.
- Meydan, C. H. ve Şeşen, H. (2011). *Yapısal eşitlik modellemesi amos uygulamaları*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Michel-Kröhler, A., Krys, S. ve Berti, S. (2021). Development and preliminary validation of the sports competition rumination scale (SCRS). *Journal of Applied Sport Psychology*, 1-19.
- Miles, J. ve Shevlin, M. (1998). "Effects of sample size, model specification and factor loadings on the GFI in confirmatory factor analysis," *Personality and Individual Differences*, 25, 85-90.
- Moss, P. A. (1995). Themes and variations in validity theory. *Educational Measurement: Issues and Practice*, 14, 5–13.
- Muthén, L. K. ve Muthén, B. O. (2002). How to use a Monte Carlo study to decide on sample size and determine power. *Structural Equation Modeling*, 9(4), 599-620.
- Netemeyer, R. G., Bearden, W. O. ve Sharma, S. (2003). *Scaling procedures: Issues and applications*. London: Sage Publications.
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depression symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 604–511.
- Oral, T. ve Arslan, C. (2017). Kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon ölçeği'ni Türkçeye uyarlama çalışması. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 6(3), 101-107.
- Philips J. P. (2011). *Construct validity of a laboratory aggression paradigm: a multitrait-multimethod approach* (Unpublished PhD dissertation). University of Kentucky, Lexington, KY.
- Polit, D. F. ve Beck, C. T. (2006). The content validity index: are you sure you know what's being reported? Critique and recommendations. *Research in Nursing & Health*, 29(5), 489-497.

36. Roy, M. M., Memmert, D., Frees, A., Radzevick, J., Pretz, J. ve Noël, B. (2016). Rumination and performance in dynamic, team sport. *Frontiers in Psychology*, 6.
37. Seçer, I. (2015). *Psikolojik test geliştirme ve uyarlama süreci: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Anı Yayıncılık.
38. Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (5th ed.). New York: Allyn and Bacon.
39. Tekin, H. H. ve Kıriloğlu, M. (2019). Utrecht yasa bağlı ruminasyon ölçeği'nin (UYRÖ) türkçe versiyonunun geçerlilik ve güvenilirliği. *OPUS International Journal of Society Researches*, 11(18), 1114-1135. DOI: 10.26466/opus.550290
40. Uzunsakal, E. ve Yıldız, D. (2018). Alan araştırmalarında güvenilirlik testlerinin karşılaştırılması ve tarimsal veriler üzerine bir uygulama. *Uygulamalı Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 14-28.
41. Watson, L. A., Berntsen, D., Kuyken, W. ve Watkins, E. R. (2012). The characteristics of involuntary and voluntary autobiographical memories in depressed and never depressed individuals. *Consciousness and Cognition*, 21(3), 1382-1392.
42. Yang, S.-M., Hinkle, J. C. ve Wyckoff, L. A. (2018). Using multitrait-multimethod (MTMM) techniques to examine the convergent and discriminant validity of social disorder. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 55(5), 571-608.
43. Yang, Y. ve Green, S. B. (2011). Coefficient alpha: A reliability coefficient for the 21st century? *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(4) 377-392.
44. Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, 74-85.
45. Yurdugül, H. (2005, Eylül). Ölçek geliştirme çalışmalarında kapsam geçerliği için kapsam geçerlik indekslerinin kullanılması. XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresinde sunulan bildiri, Türkiye Bilim Teknik ve Araştırma Kurumu/ Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
46. Zhang, B. (2022, January). The impact of negative news on athletes' performance on the field. In *2021 International Conference on Public Art and Human Development (ICPAHD 2021)* (pp. 67-70). Atlantis Press.
47. Zhu, Q. ve Lowe, P. A. (2018). Split-half reliability. *The SAGE encyclopedia of educational research, measurement, and evaluation*. Thousand Oaks: SAGE Publications.

Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği

Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği Maddeler	Kesinlikle Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Müسابakaya ilişkin başarısız durumlarla ilgili anılarımı sık sık yeniden değerlendiririm.	1	2	3	4	5
Müسابakaya ilişkin tam olarak baş edemediğim sorunları sık sık düşünürüm.	1	2	3	4	5
Müسابakadaki olumsuz deneyimlerden sonra, genellikle bu konu üzerinde tekrar tekrar düşünürüm.	1	2	3	4	5
Müسابakaya ilişkin yaşadığım sorunlarla ilgili aynı düşünceler tekrar tekrar aklımdan geçer.	1	2	3	4	5
Müسابakaya ilişkin sorunları düşünmeden duramam.	1	2	3	4	5
Müسابakaya ilişkin sorunlarla ilgili düşünceler, benim isteğim dışında aklıma gelir.	1	2	3	4	5