



Uzak Doğu Sporu (Wing Chun-Wushu-Karate-Taekwondo-Judo) Antrenörlerinin Benlik Saygısı ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi

Musa UYAR¹, Yunus Emre SUSUZ²

¹Milli Savunma Üniversitesi, Kara Harp Okulu. <https://orcid.org/0000-0002-9795-0947>

²Milli Savunma Üniversitesi, Kara Harp Okulu. <https://orcid.org/0000-0003-3432-7936>

To cite this article/ Atf için:

Uyar, M. ve Susuz, Y. E. (2020). Uzak Doğu Sporu (Wing Chun-Wushu-Judo-Karate-Taekwondo-Judo) Antrenörlerinin Benlik Saygısı ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 1-9.

Özet

Bu araştırmanın amacı uzak doğu sporu (Judo-Wing Chun-Wushu-Karate-Taekwondo) antrenörlerinin benlik saygılarının ve problem çözme becerilerinin cinsiyet, yaş ve antrenörlük yılı değişkenlerine göre incelenmesidir. Araştırma 2019 yılında Ankara ilinde faal olarak görev yapan ilgili federasyonlar tarafından akredite edilmiş 65 erkek, 19 kadın antrenör üzerinde gönüllülük esasına göre yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama aracı olarak Morris Rosenberg (1963) tarafından geliştirilen 63 madde ve 12 alt boyuttan oluşan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin (RBSÖ) 10 maddeden oluşan "Benlik Saygısı" alt testi ve Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilmiş 35 maddeden oluşan, Türkçeye uyarlaması Taylan (1990) tarafından yapılan Problem Çözme Envanteri (PÇE) kullanılmıştır. Ölçekten elde edilen verilerin analizi SPSS 25 istatistik paket programı aracılığıyla yapılmıştır. Verilerin analizi için betimsel istatistikler T-testi, Anova ve Kolerasyon testleri uygulanmıştır. Benlik saygısı ve problem çözme becerileri cinsiyet, yaş ve antrenörlük yılı değişkenlerine göre incelenmiştir. Benlik saygısı ve problem çözme becerisi ile cinsiyet, yaş ve antrenörlük yılı arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamış olup benlik saygısı ile problem çözme becerisi arasında düşük düzeyde anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Benlik saygısı arttıkça problem çözme becerisi de artmıştır.

Anahtar kelimeler: Uzak Doğu Sporları, Antrenör, Benlik Saygısı, Problem Çözme Becerisi

The investigation of Self-esteem and problem-solving skills of Martial Art Coaches

Abstract

This investigation examines self-esteem and problem-solving skills of martial art (judo, wing chun, wushu, karate, taekwondo) coaches. Investigation was conducted on 65 men and 19 women accredited by the relevant federations active Ankara in 2019. The investigation uses a 10-item self-esteem subtest of the Rosenberg self-esteem scale (RSES), which consists of 63 items and 12-sub-dimensions, developed by Morris Rosenberg, and a 35-item problem-solving scale (PSS), developed by Heppner and Petersen (1982), as data collection tools. The data analysis obtained from the scale was done through spss 25 statistical software. Descriptive statistics t-test, anova and correlation tests were applied for the analysis of the data. Self-esteem and problem-solving skills were examined by variables of gender, age and coaching year. There was no considerable difference between self-esteem and problem-solving skills and gender, age and coaching years, and a low level of difference was found between self-esteem and problem-solving skills. As self-esteem increased, problem solving skills increased too.

Keywords: Martial Arts, Coach, Self Esteem, Problem Solving Skills

GİRİŞ

Uzak Doğu savunma sporları bilim insanlarının dikkatini çekmiş ve 1980'li yıllardan bu güne kadar popülaritesini devam ettirmiş olan spor branşlarıdır. Bu sporlar birçok yetişkin veya çocuk tarafından kendini koruma, mental disiplin, bedenin ve aklın uyumu, fiziksel kondisyonun artırılması gibi amaçlarla yapılmaktadır (Merrilee et. al., 2000; Cox, 1993, akt. Savaş ve Uğraş, 2005). Uzak doğu kökenli spor branşları kendi içlerinde farklı stiller barındırmalarına rağmen, genellikle bireysel beceri gerektiren ve ortaya çıktığı coğrafyada yaşayan ulusların kökenlerinden gelen felsefi yapılanmanın da bir arada olduğu spor branşlarıdır. Bu branşların gelişimi ve topluma kazanımı noktasında antrenörlere büyük iş düşmektedir. Doğan ve Akandere (2019)'e göre antrenörler sporun gelişimi ve yaygınlaştırılması için anahtar rol oynamaktadır. Özellikle çocukların ve gençlerin spora yönlendirilmesinde ve sonrasında sağlıklı bireyler yetiştirip onların güzel ahlak kazanmasında önemli bir etkiye sahiptirler.

Ülke sporumuzun istenen seviyeye ulaşmasının en temel şartlarından birisi her düzeyde antrenman yaptırabilecek, bilgili, yetenekli ve iyi eğitim almış antrenörlere sahip olmaktır (Sevim, 1998). Antrenörler, sporculara, spor kurallarını ve taktiklerini öğreten, onları müsabakalara hazırlayan, sporcuların yeteneklerini keşfederek, onları yarışmalarda belirli bir mücadele şekline hazırlayan ve yapılarına uygun bir disiplin geliştiren kişilerdir (Dolaşır, 2006).

Antrenörler antrenman çeşitlerini aktif ve verimli bir şekilde yaptırabilmek için entelektüel, toplumsal, psikolojik nitelik ve özelliklere sahip olmalıdırlar(Temel, 2010).Uzak Doğu spor branşlarının eğitici rolünü üstlenmiş uzmanları olan antrenörlerin antrenman bilimi, branşın özel antrenman bilgisi ve branşların ortaya çıkmasında etkili olan felsefelerin gerekliliği doğrultusunda sporcularını yetiştiren kişiler olarak, problemlerle başa çıkabilen ve benlik saygısı yüksek kişiler olmaları beklenir.

Problem çözme becerisi, yaratıcı ve bilimsel düşünme yeteneği gerektirir. Problem çözme becerisi; zorluğu hissetmek, problemi anlamak ve sınıflandırmak, problemi ortaya koymak, gözlenebilir doğrularını belirleyerek varsayımlar ortaya koymak, uygulamak, değerlendirmek, şeklinde özetlenebilecek bir süreci gerektirir (Üstün ve Bozkurt, 2003). Sporcu ve antrenör için problem çözme beceresinin önemi bir çok çalışmada belirtilmektedir (Öztürk, Koparan, Efe, 2008; Öztürk, Bayazıt, Gencer, 2006; İnce ve Şen, 2006). Bu çalışmalar ve tanımlar doğrultusunda antrenörün müsabaka öncesi, sırası ve sonrasında karşılaştığı, branşının gerektirdiği her türlü problemi tüm boyutları ile ele alabilecek, amacına ulaşmak için çözüm yolları üretebilecek donanıma ve beceriye sahip olması gerekmektedir. Problem çözme becerisinin ortaya çıkmasında kişinin kendini algılama şekli önem arz etmekle beraber, kişi sorunu bazen deneme-yanılma ile çözmekte, bazen ise bilimsellik gerektiren yöntemlerle çözümlenmektedir (Karaca, Aral ve Karaca 2013). Traş, Aslan ve Taş (2011) öğretmen adaylarının mizah tarzları, problem çözme becerileri ve benlik saygılarını incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada problem çözme becerisi arttıkça benlik saygısının da yükseldiği sonucuna ulaşmışlardır.

Müsabakaların ve antrenmanların en önemli aktörlerinden olan antrenörlerin buldukları konum ve üstlendikleri görevler doğrultusunda sporcularının performanslarını olumlu yönde

artıra bilmeleri için duygusal, zihinsel ve bedensel öğeleri olan benlik saygısının yüksek olmasına ihtiyaç duyarlar. Geçmiş James (1890) a kadar dayanan, psikoloji literatüründe dikkat çeken ve en çok araştırılan değişkenlerden birisi olan benlik saygısı (Doğan ve Eryılmaz 2013), en genel anlamıyla; kişinin kendini başarılı, değerli ve kendisiyle gurur duyacak şekilde hissetmesidir (Özkan, 1994). Benlik saygısı kişiliğin önemli bir parçası olup yüksek benlik saygısına sahip kişiler risk alabilen, zorluklara göğüs gerebilen, kendini yetenekli, başarılı ve önemli hisseden bireyler haline gelirler (Korkmaz, 2007).

Literatür incelendiğinde benlik saygısı ve problem çözme becerilerinin incelendiği araştırmalar mevcuttur (Doğan, T., Eryılmaz, A., 2013; Korkmaz, N. H., 2007; Özkan, İ., 1994; Üstün A., Bozkurt E., 2003; Korkut F., 2002; Karaca N. H., Aral N., Karaca L., 2013; Öztürk, A., Bayazıt, B., Gencer, E., 2016) ancak uzak doğu sporu antrenörleri üzerine yapılmış araştırmaların literatür de yeteri sayıda bulunamadığı görülmüştür. Bu bağlamda bu araştırmanın amacı uzak doğu sporu (Judo-Wing Chun-Wushu-Karate-Taekwondo) antrenörlerinin benlik saygısı ve problem çözme becerilerinin farklı değişkenlere (cinsiyet, yaş, antrenörlük yılı) göre incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırmada uzak doğu sporu antrenörlerinin problem çözme becerisi ve benlik saygılarını belirlemek için genel tarama modelinden yararlanılmıştır. *“Tarama modelleri, geçmişte ya da günümüzde var olan bir durumu, olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır”* (Karasar, 2005).

Çalışma Grubu

Araştırma 2019 yılında Ankara ilinde faal olarak görev yapan ilgili federasyonlar tarafından akredite edilmiş (Judo (21) - Taekwondo (24) – Karate (17) – Wushu (11)- Wing Chun (11), 65 Erkek, 19 Kadın) antrenörler üzerinde yürütülmüştür. Araştırmanın örnekleme olarak kolay ulaşılabilir durum örnekleme kullanılmıştır. Bu yöntemde araştırmacı kendine ulaşılması yakın durumu seçer (Yıldırım, Şimşek, 2008). Bu nedenle, araştırmacılar kendilerinin kolay ulaşabildiği antrenörleri seçmişlerdir.

Veri Toplama Aracı

SPSS 25 istatistik paket programı aracılığıyla araştırmanın analizleri yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini çarpıklık ve basıklık değerleri ve Levene testi sonuçlarına bakılarak karar verilmiştir. Verilerin analizi için betimsel istatistikler T-testi, Anova ve Kolerasyon testleri uygulanmıştır. Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için Cronbach Alpha katsayısı hesaplanmıştır.

Benlik Saygısı Ölçeği (BSÖ)

Morris Rosenberg (1963) tarafından geliştirilen 63 madde ve 12 alt boyuttan oluşan Rosenberg Benlik Saygısı ölçeğinin (RBSÖ) 10 maddeden oluşan “Benlik Saygısı” alt testi kullanılmıştır. Türkçe uyarlaması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır.

Problem Çözme Envanteri (PÇE)

Bireylerin günlük yaşantılarında karşılaştıkları problemlere nasıl tepki verdiklerini ölçmeyi hedefleyen bir araçtır. Heppner ve Petersen tarafından 1982 yılında geliştirilmiş 35 maddeden oluşur ve Türkçeye uyarlama çalışmaları Taylan (1990) tarafından yapılmıştır.

Verilerin Analizi

SPSS 25 istatistik paket programı aracılığıyla araştırmanın analizleri yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini çarpıklık ve basıklık değerleri ve Levene testi sonuçlarına bakılarak karar verilmiştir. Verilerin analizi için betimsel istatistikler T-testi, Anova ve Kolerasyon testleri uygulanmıştır. Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için Cronbach Alpha katsayısı hesaplanmıştır.

BULGULAR

Çalışma kapsamındaki katılımcıların PÇE (Problem Çözme Envanteri)'nden aldıkları aritmetik ortalama 105,21 ve BSÖ (Benlik Saygısı Ölçeği)'nden aldıkları aritmetik ortalama 23,96'dır. Ölçeklerden alınan puanların çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. (Tablo 1)

Tablo 1. Ölçek Puanlarının Dağılımı

Ölçekler	Madde Sayısı	n	Ort.	Ss	Çarpıklık	Baskınlık	Min.	Maks.
PÇE	35	84	105,21	14,57	-,101	-,647	71	136
BSÖ	10	84	23,96	2,57	-,836	1,842	15	31

Tablo 2. Cinsiyet değişkenine göre T-testi sonuçları (PÇE-BSÖ)

Ölçekler	Kadın(n=19)		Erkek(n=65)	
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss
PÇE	104,5	13,5	105,4	14,9
BSÖ	24,57	1,77	23,78	2,96

Bağımsız örneklem için yapılan T-testi analizi sonuçları, kadın ve erkek katılımcıların; BSÖ puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını göstermiştir. (Sig 2 tailed= 0,154; $p > 0,05$) PÇÖ'nün de anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. (Sig 2 tailed= 0,822; $p > 0,05$). Kadın katılımcıların ve erkek katılımcıların hem PÇÖ hem de BSÖ'den aldıkları ortalama puanlar yaklaşık değerdedir. (Tablo 2)

Tablo3. Yaş Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Ölçekler	18-25 (n=30)		26-32 (n=24)		33 ve üstü (n=30)	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
PÇE	105,4	15,0	107,7	11,2	103,0	16,4
BSÖ	23,4	3,1	24,3	1,4	24,2	3,1

Anova analiz sonuçlarına göre bireylerin yaş değişkeni incelendiğinde PÇE'den alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. ($F = 0,684$;

P>0,5) Katılımcıların BSÖ'den aldıkları ortalama puanlara bakıldığında da yine anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (F= 1,011; p>0,5). (Tablo 3)

Tablo4. Antrenörlük Yılına Göre ANOVA Sonuçları

Ölçekler	1-5 (n=30)		6-10 (n=24)		11 ve üstü (n=30)	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
PÇE	107,4	13,5	105,4	12,9	99,5	18,2
BSÖ	23,7	2,8	24,4	1,7	23,7	3,6

Anova analiz sonuçlarına göre bireylerin antrenörlük yılı değişkeni incelendiğinde PÇE'den alınan ortalama puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. (F= 1,87; P>0,5) Katılımcıların BSÖ'den aldıkları ortalama puanlara bakıldığında da yine anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (F= 0,52; p>0,5). (Tablo 4)

Tablo 5. PÇE ve BSÖ Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	PÇE	BSÖ
PÇE	1	,19**
BSÖ	,19**	1

PÇÖ ve BSÖ puanları arasındaki korelasyon sonuçları incelendiğinde; benlik saygısı ve problem çözme arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde (r=0,19; p>0,01) anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Benlik saygısı arttıkça problem çözme yeteneği de artmıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Uzak doğu sporu (Judo-Wing Chun-Wushu-Karate-Taekwondo) antrenörlerinin benlik saygısı ve problem çözme becerilerini incelemek amacıyla yapılan araştırmada; cinsiyet, yaş, antrenörlük yılı ve antrenörlük kademesi değişkenleri incelenmiş benlik saygısı ve problem çözme becerisi arasındaki ilişkiye bakılmıştır.

Cinsiyet değişkeni incelendiğinde benlik saygısı ölçeği açısından arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Otacioğlu (2009), Karademir, Döşyılmaz, Çoban ve Kafkas (2010), Özşaker, Canpolat ve Yıldız (2011), Maşrabacı (1994), Abbasoğlu ve Öncü (2013), Yiğiter (2012), Baybek ve Yavuz (2005), Gür, (1996), Odacı (1994) yapmış oldukları araştırmalar, araştırmamız sonucuyla paralellik gösterirken; Cihan, Ilgar, Yıldırım ve Uyar (2019), Tatlı, (2012), Chapman ve Mullis (2002), Aslan, Baş Aslan ve Uyan'ın (2017) yaptıkları araştırmalar ile zıtlık göstermektedir. Cinsiyet değişkeni problem çözme becerisi açısından incelendiğinde yine anlamlı bir fark bulunamamıştır. Kazu ve Ersözlü (2008), Altunçekiç, Yaman ve Koray (2005), Özdenk ve Kaya (2017), Tümkaya ve İflazoglu (2000), Dönmez ve Kaçar (2015), Traş, Aslan ve Taş (2011)'ın yapmış olduğu araştırma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Bulgularımız sonucuyla zıtlık gösteren Kuru ve Karabulut (2009), D'Zurilla, Maydeu-Olivares, ve Kant (1998), Türkçapar (2009) 'in çalışmalarında anlamlı farklılık bulunmuş olup erkeklerde problem çözme becerilerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmamız sonuçları ile zıtlık gösteren literatürdeki araştırmalar incelendiğinde erkeklerin benlik saygısı ve problem çözme düzeylerinin genel olarak daha

yüksek olduğu görülmektedir. Benlik saygısı ve problem çözme becerilerinin erkeklerin lehine olmasının sebebi toplumumuzda genel olarak erkeklerin daha aktif rol almaları olarak düşünülmektedir. Araştırmamızda benlik saygısı ve problem çözme becerisinin cinsiyet faktörü açısından anlamlı bir fark yaratmamasının sebebi; sporun kişiyi sosyal, bilişsel, duygusal ve fiziksel açıdan geliştirici etkisinin erkekler lehine olan bu farkı ortadan kaldırması olarak düşünülmektedir.

Araştırmamızda yaşa göre benlik saygısı istatistiğinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yılmaz (2009); Erkan (1990) ve Yanlıç (2011)'in yapmış oldukları araştırmalarda benlik saygısı ile yaş arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bu sonuçlar araştırmamız sonucu ile paralellik gösterirken; benlik saygısı ile yaş arasında anlamlı farklılık bulunan; Aydoğan (2016)'nın profesyonel futbolcuların benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi için yapmış olduğu araştırmada yaş ile benlik saygısı düzeyi arasında ters orantılı; Birinci (2019)'nin spor yapan ve yapmayan bireyler üzerine yaptığı araştırmada yaş ile doğru orantılı benlik saygısının arttığı görülmüş olup sonucumuzla zıtlık göstermektedir. Araştırmamızda problem çözme becerisi ile yaş değişkeni incelendiğinde araştırmamız; Öztürk, Bayazıt, ve Gencer (2016)'in aktif olarak judo yapan sporcular; Öztürk, Koparan ve Efe (2008) 'nin boks antrenör adayları üzerine yaptığı ve Demiral (2019)'in görme engelli kadın judo milli takımı üzerine yaptığı araştırma sonuçları ile paralellik göstermiş olup problem çözme becerisi ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Antrenörlük yılı değişkeni ile problem çözme ve benlik saygısı düzeyleri incelendiğinde anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Araştırma sonuçlarımızın aksine literatür incelendiğinde antrenörlük yılının bazı psiko-sosyal parametrelere anlamlı şekilde etkisi görülmektedir (Kocaekşi, Kuruç ve Özkara, 2009; Ermiş, Satıcı, Bostancı, İmamoğlu ve Taşmektepligil, 2019). Araştırmamızın literatürdeki çalışmalarla paralellik göstermemesinin sebebi; araştırma grubumuzdaki kişilerin tamamının uzak doğu kökenli mücadele sporu antrenörü olması ve gerek sporculuk zamanlarında gerekse antrenörlük yaşantılarında bir çok problemle karşılaşarak onları kolaylıkla algılayarak çözüm yollarını bulmaları olarak düşünülmektedir.

Benlik saygısı ve problem çözme ölçeklerinden alınan puanlar arasındaki kolerasyon sonuçları incelendiğinde; benlik saygısı ve problem çözme arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde ($r=0,19$; $p>0,01$) anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Benlik saygısı arttıkça problem çözme yeteneği de artmıştır. Er, Aktaş, Türker, Güven ve Alkan (2018) 'in beden eğitimi spor ve sınıf öğretmenleri üzerine yaptığı çalışma sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Sonuç olarak bu çalışmada uzak doğu sporu antrenörlerinin benlik saygısı ve problem çözme becerileri bazı değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırma bulguları antrenörlerin benlik saygısı ve problem çözme becerilerinin cinsiyet, yaş ve antrenörlük yılına göre anlamlı farklılaşmadığını fakat benlik saygısıyla problem çözme becerisi arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğunu göstermiştir. Üst düzey sporcu ve antrenörlere sahip uzak doğu spor branşlarının sporcu ve antrenörleri üzerine yapılacak betimsel ve deneysel araştırmaların sayısı artırılarak daha fazla çalışmalar yapılması tavsiye edilmektedir.

KAYNAKLAR

- Abbasoğlu, E., ve Öncü, E. (2013). Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Benlik Saygıları ve Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumları. *Journal of Kirsehir Education Faculty*, 14(2), 407-425.
- Altunçekiç, A., Yaman, S., ve Koray, Ö. (2005). Öğretmen Adaylarının Öz-Yeterlik İnanç Düzeyleri Ve Problem Çözme Becerileri Üzerine Bir Araştırma (Kastamonu İli örneği). *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 13(1), 93-102.
- Aslan, Ş., Baş Aslan U. ve Uyan A. (2017). Spor Yapma Durumlarına Göre Bedensel Engelli Bireylerin Benlik Saygısının Karşılaştırılması. *International Journal of Human Science*. 14 (4), 4032-4040.
- Aydoğan, H. (2016). Profesyonel Futbolcuların Benlik Saygılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(Special Issue 1), 278-290.
- Baybek, H., ve Yavuz, S. (2005). Muđla Üniversitesi Öğrencilerinin Benlik Saygılarının İncelenmesi. *Muđla Üniversitesi SBE Dergisi*. Bahar 14, 73-95.
- Birinci, R. (2019). *Spor yapan ve yapmayan bireylerin benlik saygısı ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi* Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Cihan, B. B., Araç İlgar, E., Yıldırım, M., ve Uyar, M. (2019). *Bireysel Ve Takım Sporunu Yapan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Aidiyet Duygularının İncelenmesi*. Ecsac"19 V th European Conference on Science Artculture, Proceedings Book. 324-333.
- Chapman, P. and Mullis, A. K. (2002). Readdressing Gender Bias İn The Coopersmith Self-Esteem Inventory-Short Form. *Journal of Genetic Psychology*. 163
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adölesanlarda Benlik Saygısı*. Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Demiral, S. (2019). Critical Thinking and Problem-Solving Skills of Visually Impaired Female National Judo Team Athletes. *Journal of Education and Training Studies*, 7(3S), 8-16.
- Doğan, M., ve Akandere, M. (2019). "Taekwondo Antrenörlerinin İş Doyumu ve Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi" *SPORMETRE*. 17(2), 154-162.
- Dolaşır, S. (2006) *Antrenörlük Etiđi ve İlkeleri*, Gazi Kitapevi, Ankara
- Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2013). Benlik Saygısı Ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 107-117.
- D'Zurilla, T. J., Maydeu-Olivares, A., and Kant, G. L. (1998). Age and Gender Differences In Social Problem-Solving Ability. *Personality and individual differences*, 25(2), 241-252.
- Er, Y., Aktaş, S., Türker, A., Güven, F., ve Alkan, N. (2018). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ve Sınıf Öğretmenliği Öğrencilerinin Benlik Saygısı ile Problem Çözme Becerilerinin Değerlendirilmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 16-29.
- Ermiş, E., Satıcı, A., Bostancı, Ö., İmamoğlu, O., ve Taşmektepligil, M. Y. Tenis Antrenörleri Yeterlilik Düzeyinin Araştırılması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20), 1-1.

- Dönmez, K. H., ve Kaçar, F. (2015). Giresun Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü Öğrencilerinin Sosyal Öz-Yeterlik Ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 1(2), 537-546.
- Gür, A. (1996). *Ergenlerde depresyon ve benlik saygısı arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. H. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı.
- İnce, G., ve Şen, C. (2006) Adana İlinde Deplasmanlı Ligde Basketbol Oynayan Sporcuların Problem Çözme Becerilerinin Belirlenmesi. *Sportmetre*, Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, 4(1), 5-10.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karaca, N. H., Aral N., ve Karaca L. (2013). Okul Öncesi Öğretmenlerinin Problem Çözme Becerisi ve Benlik Saygısının İncelenmesi, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi* Cilt:2 Sayı:3
- Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B., ve Kafkas, M. E. (2010). Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Özel Yetenek Sınavına Katılan Öğrencilerde Benlik Saygısı ve Duygusal Zeka. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(2), 653-674.
- Kazu, H., ve Ersözlü, Z. N. (2008). Öğretmen Adaylarının Problem Çözme Becerilerinin Cinsiyet, Bölüm ve Öss Puan Türüne Göre İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1). 161-172.
- Kocaekşi, S., Koruç, Z., ve Özkara, A. (2009). Türkiye’de Farklı Liglerde Takım Çalıştıran Futbol Antrenörlerinin Kaygı ve Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi. *Spor Hekimliği Dergisi*, 44(1), 009-017.
- Korkut, F. (2002). Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 177-182.
- Korkmaz, N. H. (2007). Yaz Spor Okulları İle Çocukların Benlik Saygısı Arasındaki İlişki. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 49-65.
- Kuru, E. (2003). Farklı Statüdeki Beden Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(1), 175-191.
- Kuru, E., ve Karabulut, E. O. (2009). Ritim Eğitimi ve Dans Dersi Alan ve Almayan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Bakımından İncelenmesi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(2), 441-458.
- Maşrabacı, T. S. (1994). *Hacettepe Üniversitesi birinci sınıf öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. AÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi, Ankara.
- Üstün, A., ve Bozkurt E. (2003) İlköğretim Okulu Müdürlerinin Kendilerini Algılayışlarına Göre Problem Çözme Becerilerini Etkileyen Bazı Mesleki Faktörler, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 11(1), 13-20.
- Odacı, H. (1994). *Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi öğrencilerinin yalnızlık, benlik saygısı ve yakın ilişkiler kurabilme düzeylerinin ve bu düzeyler arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Otacıoğlu, S. G. (2009). Müzik Öğretmeni Adaylarının Benlik Saygısı Düzeyleri İle Akademik ve Çalgı Başarılarının Karşılaştırılması. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (13), 141-150.

- Özkan, İ. (1994). Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler. *Düşünen Adam*, 7(3), 4-9.
- Öztürk, A., Bayazıt, B., ve Gencer, E. (2016). Judocuların problem çözme becerilerinin ve sportif güven düzeylerinin incelenmesi (Trabzon Olimpiyat Hazırlık Merkezi örneği). *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 145-151.
- Öztürk, F., Koparan, Ş., ve Mehmet, E. F. E. (2008). Boks Antrenör Adaylarının Problem Çözme Becerisi ve Atılganlık Düzeylerinin Tespiti. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(2), 447-459.
- Özşaker, M., Canpolat, M., ve Yıldız, L. (2011). Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Epistemolojik İnançları ve Benlik Saygıları Arasındaki İlişki. *Journal of Physical Education & Sports Science/Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 155-164.
- Taylan S. (1990) *Heppner'in problem çözme envanterinin uyarlama, güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Sevim, Y. (1998). Türkiye'de Antrenör Eğitim Yapısı ve Temel İlkeleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 1-10.
- Savaş, S. ve Alper U. (2004). Sekiz Haftalık Sezon Öncesi Antrenman Programının Üniversiteli Erkek Boks, Taekwondo ve Karate Sporcularının Fiziksel ve Fizyolojik Özellikleri Üzerine Olan Etkileri GÜ, *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24(3), 257-274.
- Tatlı, E. (2012). Üniversite Öğrencisi Seçmenlerin Benlik Saygısı ve Şüphe Durumları Yönünden Siyasal Reklamlara Yaklaşımı. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 4 (7).
- Temel V. (2010) *Konya iline ait bireysel ve takım sporu antrenörlüğü yapan bireylerin liderlik tarzlarının karşılaştırılması*, Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Tümkaya, S., İflazoglu, A. (2000). CU Sınıf Öğretmenliği Öğrencilerinin Otomatik Düşünce Ve Problem Çözme Düzeylerinin İncelenmesi. *Cukurova University Institute of Social Sciences Journal*, 6(6), 143-158.
- Türkçapar, Ü. (2009). Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Farklı Değişkenler Açısından Problem Çözme Becerileri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(1),129-139.
- Traş, Z., Arslan C., ve Taş A. M. (2011). Öğretmen Adaylarında Mizah Tarzları, Problem Çözme ve Benlik Saygısının İncelenmesi, *Uluslar Arası İnsan Bilimler Dergisi*, 8(2), 716-732.
- Yanlıç, N. (2011). *Oturarak voleybol oynayan engelli sporcularda benlik saygısı*. Fırat Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü (Yüksek Lisans Tezi. Elazığ).
- Yıldırım A., Şimşek H. (2008). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*.
- Yiğiter, K. (2012). *Rekreatif etkinliklerin üniversite öğrencilerinde algılanan problem çözme becerisi ve benlik saygısı düzeylerine etkisi*. Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, Kocaeli.
- Yılmaz, Ş. (2009). *Plastik ve Rekonstrüktif Cerrahi Hastalarında Preop ve Postop Dönemde Beden İmajı ve Benlik Saygısının Değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).