

ÜniliĒ TeniŒ MüŒabakalarında YaŒam BaĒlılıĒı ile Olumlu DüŒünmenin Psikolojik Dayanıklılık Üzerine Olan Etkisinin AraŒtırılması

Sadık Döklü

İŒtambul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Prof. Dr. Mustafa Zahit SerarŒlan

İŒtambul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Editör: ArŒ. Gör. Mustafa Soner Yüce

İŒtambul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

ÜniliĒ TeniŒ MüŒabakalarında
YaŒam BaĒlılıĒı ile Olumlu
DüŒünmenin Psikolojik
Dayanıklılık Üzerine Olan
Etkisinin AraŒtırılması

Sadık Döklü

Prof. Dr. Mustafa Zahit Serarslan

Editör: ArŒ. Gör. Mustafa Soner Yüce



Published by
Özgür Yayın-Dağıtım Co. Ltd.
Certificate Number: 45503

📍 15 Temmuz Mah. 148136. Sk. No: 9 Şehitkamil/Gaziantep
☎ +90.850 260 09 97
📞 +90.532 289 82 15
🌐 www.ozgurayinlari.com
✉ info@ozgurayinlari.com

Üniliğ Tenis Müsabakalarında Yaşam Bağlılığı ile Olumlu Düşünmenin Psikolojik Dayanıklılık Üzerine Olan Etkisinin Araştırılması

Research on the Effect of Life Commitment and Positive Thinking During Unilig Tennis Competitions Upon Mental Toughness

Sadık Döklü
İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
Prof. Dr. Mustafa Zahit Serarslan
İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
Editör: Arş. Gör. Mustafa Soner Yüce
İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Language: Turkish
Publication Date: 2024
Cover design by Mehmet Çakır
Cover design and image licensed under CC BY-NC 4.0
Print and digital versions typeset by Çizgi Medya Co. Ltd.

ISBN (PDF): 978-975-447-901-0

DOI: <https://doi.org/10.58830/ozgur.pub459>



This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0). To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>
This license allows for copying any part of the work for personal use, not commercial use, providing author attribution is clearly stated.

Suggested citation:
Döklü, S., Serarslan, M. Z., Yüce, M. S. (ed), (2024). *Üniliğ Tenis Müsabakalarında Yaşam Bağlılığı ile Olumlu Düşünmenin Psikolojik Dayanıklılık Üzerine Olan Etkisinin Araştırılması*. Özgür Publications. DOI: <https://doi.org/10.58830/ozgur.pub459>. License: CC-BY-NC 4.0

The full text of this book has been peer-reviewed to ensure high academic standards. For full review policies, see <https://www.ozgurayinlari.com/>



İçindekiler

Kısaltmalar	v
1. Giriş	1
1.1 Problem Cümlesi	3
1.2 Alt Problemler	4
1.3 Araştırmanın Amacı	4
1.4 Hipotezler	4
1.5 Araştırmanın Önemi	5
1.6 Sınırlılıklar	5
1.7 Sayıtlar	6
2. Genel Bilgiler	7
2.1 Psikolojik Dayanıklılık	7
2.1.1 Sportif Performans	10
2.1.2 Tenis	11
2.2 Sporda Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Bazı Özellikler	13
2.2.1 Yaş	13
2.2.2 Tecrübe	13
2.2.3 Stres	14
2.2.4 İlgili Yapılmış Çalışmalar	14
2.3 Motivasyon	15
2.3.1 Motivasyon İle İlgili Kavramlar	16
2.4. Yaşam Bağlılığı	19
3. Materyal ve Yöntem	21
3.1 Araştırmanın Modeli	21
3.2 Araştırmanın Evren ve Örnekleme	21

3.3 Veri Toplama Araçları	22
3.3.1 Demografik Bilgi Formu	22
3.3.2 Olumlu Düşünme Becerileri Ölçeği	22
3.3.3 Yaşam Bağlılığı Ölçeği	22
3.3 Kısa Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	23
3.4 Verilerin Toplanması	23
3.5 Verilerin Analizi	24
4. Bulgular	25
4.1. Katılımcı Profili	25
4.3. İleri Sürülen Hipotezlerin Test Edilmesi	30
5. Tartışma, Sonuç ve Öneriler	37
Kaynakça	43
Ekler	51