

**SPOR EĞİTMENLERİNDE  
MİZAÇ-DUYGU-STRES  
İLİŞKİSİ**

**Lale YILDIZ ÇAKIR**

**Editör  
Ferudun DORAK**

© Copyright 2019

*Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.*

\*Bu kitap Dr. Öğr. Üyesi Bahar Suvacı'nın danışmanlığında yürütülen Turkan Ashurova'nın "Fakülte Örgüt Kültürü ile Öğrencilerin Bireysel Kariyer Planları Arasındaki İlişkini Belirlenmesi: Anadolu Üniversitesi Örneği" başlıklı Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.

**ISBN**

978-605-258-741-6

**Kitap Adı**

Spor Eğitimlerinde Mizaç-Duygu-Stres İlişkisi

**Editör**

Ferudun DORAK

**Yazar**

Lale YILDIZ ÇAKIR

**Yayın Koordinatörü**

Yasin Dilmen

**Sayfa ve Kapak Tasarımı**

Akademisyen Dizgi Ünitesi

**Yayıncı Sertifika No**

47518

**Baskı ve Cilt**

Sonçağ Matbaacılık

**Bisac Code**

SPO000000

**DOI**

10.37609/akya.1049

**GENEL DAĞITIM**

**Akademisyen Kitabevi A.Ş.**

Halk Sokak 5 / A

Yenişehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

**www.akademisyen.com**

## ÖNSÖZ

Sahip olduğumuz en değerli öğeler arasında yer alan bilginin teknoloji ile yaygınlaşması, küresel dünyanın bireyselleşmesine ve eğitim-öğretim ortamlarında bireye özgü davranışların önemsenmesine yol açmaktadır. Yaygınlaşan davranış ölçütleri doğrultusunda; bireylerin farklı mizaç özellikleri ve değişen duygusal yapıları ile özel bir donanıma sahip oldukları düşünülmektedir. Bu özel donanımı temel alarak daha yetenekli, yaratıcı ve üretken sporcular yetiştirmek, kişiye özgü ve doğru farkındalıkları kullanabilen eğitimler ile mümkündür. Eğitmenin kendine ve öğrenciye karşı derin bir bakış açısı kazanmasını ve bu eserin, “ideal öğretmen” kavramına yüklenen özelliklere, ayrıca dünyada gençlik ve spor bayramının kutlandığı tek yer olan ülkemize ışık tutmasını ümit ediyorum...

Koşulsuz sevgilerinin yanı sıra güven duyguları ile beni her daim güçlü kılan sevgili anne-babamı ve canım kardeşimi tüm kalbimle kucaklıyorum...

# İÇİNDEKİLER

## 1.BÖLÜM

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>1. Giriş</b> .....          | 1 |
| 1.1. Araştırmanın Konusu ..... | 1 |
| 1.2. Problemler .....          | 5 |
| 1.3. Sayılılar .....           | 6 |
| 1.4. Sınırlılıklar.....        | 6 |
| 1.5. Tanımlar.....             | 6 |

## 2.BÖLÜM

|  |    |
|--|----|
| <b>2. Genel Bilgiler</b> .....               | 9  |
| 2.1. Kuramsal Temeller.....                  | 9  |
| 2.1.1. Eğitim - Beden Eğitimi Kavramı .....  | 9  |
| 2.1.2. Beden Eğitimi Öğretmeni.....          | 11 |
| 2.1.3. Mizaç – Karakter – Kişilik .....      | 12 |
| 2.1.4. Enneagram.....                        | 16 |
| 2.1.5. Dokuz Tip Mizaç Modeli (DTMM) .....   | 22 |
| 2.1.6. Duygu- Bilişsel Duygu Düzenleme ..... | 36 |
| 2.1.7. Stres – Stres Toleransı.....          | 43 |

## 3.BÖLÜM

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| <b>3.Gereç ve Yöntem</b> ..... | 47 |
| 3.1 Prosedür.....              | 47 |

|   |    |
|---|----|
| 3.2 Araştırma Grubu .....                                 | 47 |
| 3.3 Araştırma Deseni.....                                 | 47 |
| 3.3.1 Nicel Araştırma.....                                | 48 |
| 3.3.1.1 Veri Toplama Araçları .....                       | 48 |
| 3.3.1.1.1 Kişisel Bilgi Formu (Ek 4) .....                | 48 |
| 3.3.1.1.2 Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği<br>(Ek 7) ..... | 48 |
| 3.3.1.1.3 Dokuz Tip Mizaç Modeli Ölçeği<br>(Ek 6) .....   | 50 |
| 3.3.1.1.4 Viyana Test Sistemi (VTS) .....                 | 51 |
| 3.3.1.2 Nicel Veri Analizi.....                           | 52 |
| 3.3.2 Nitel Araştırma.....                                | 53 |
| 3.3.2.1 Veri Toplama Aracı .....                          | 53 |
| 3.3.2.2 Nitel Veri Analizi.....                           | 54 |

## 4.BÖLÜM

|   |           |
|---|-----------|
| <b>4. Bulgular .....</b>  | <b>57</b> |
| 4.1. Nicel Bulgular .....                                       | 57        |
| 4.2. Nitel Bulgular .....                                       | 74        |
| DTM1 - Kusursuzluğu Arayan Mizaç Tipi.....                      | 86        |
| DTM2 - Duyguları Hissetmeyi Arayan Mizaç Tipi .....             | 86        |
| DTM3 - Hayran Olunacak Kendilik İmajı Arayan<br>Mizaç Tipi..... | 86        |
| DTM4- Duyguların Anlamını Arayan Mizaç Tipi.....                | 87        |
| DTM5 - Bilginin Anlamına Ulaşmayı Arayan Mizaç Tipi...87        |           |
| DTM6 - Entelektüel Dinginlik Arayan Mizaç Tipi .....            | 88        |
| DTM7 - Keşfetmenin Hazzını Arayan Mizaç Tipi.....               | 88        |
| DTM8 - Mutlak Güç Arayan Mizaç Tipi.....                        | 88        |
| DTM9 - Duyumsal Hareketsel Konfor Arayan<br>Mizaç Tipi.....     | 89        |

**5.BÖLÜM**

5.Tartışma .....91

**6.BÖLÜM**

6. Sonuç Ve Öneriler .....117

**7.BÖLÜM**

7. Kaynakça .....121

## KISALTMALAR

|             |  |
|-------------|--|
| DTMM:       | Dokuz Tip Mizaç Modeli                           |
| DTM1:       | Kusursuzluğu Arayan Mizaç Tipi                   |
| DTM2:       | Duyguları Hissetmeyi Arayan Mizaç Tipi           |
| DTM3:       | Hayran Olunacak Kendilik İmajı Arayan Mizaç Tipi |
| DTM4:       | Duyguların Anlamını Arayan Mizaç Tipi            |
| DTM5:       | Bilginin Anlamına Ulaşmayı Arayan Mizaç Tipi     |
| DTM6:       | Entelektüel Dinginlik Arayan Mizaç Tipi          |
| DTM7:       | Keşfetmenin Hazzını Arayan Mizaç Tipi            |
| DTM8:       | Mutlak Güç Arayan Mizaç Tipi                     |
| DTM9:       | Duyumsal Hareketsel Konfor Arayan Mizaç Tipi     |
| BDD:        | Bilişsel Duygu Düzenleme                         |
| VTS:        | Viyana Test Sistemi                              |
| DT:         | Determinasyon Test – stres toleransı             |
| ANOVA:      | Varyans Analizi (Analyze of Variance)            |
| $\bar{X}$ : | Ortalama Puan Değeri                             |
| Ss:         | Standart Sapma                                   |
| n:          | Araştırma Grubu Sayısı                           |
| p:          | Anlamlılık Düzeyi                                |
| $\alpha$ :  | Cronbach Alpha Güvenirlik Katsayısı              |

## 7. KAYNAKÇA

1. Menges C. Toward improving the effectiveness of formal mentoring programs: matching by personality matters. *Group & Organization Management*. 2016;1-32.
2. Rasmussen MD. Do patients with personality disorders respond differentially to electroconvulsive therapy?: A review of the literature and consideration of conceptual issues. *The Journal of ECT* 2015;31(1):6-12.
3. Weinberg R, Gould D. (Editörler: Mustafa Şahin ve Ziya Koruç). Spor ve egzersiz psikolojisinin temelleri. 6.basım. Nobel Yayın, 2014, Ankara.
4. Selçuk Z, Yılmaz E.D: Dokuz Tip Mizaç Modeline Göre Rehberlik Yaklaşımına Giriş. Pegem Akademi, 2015, Ankara.
5. Gartstein M.A, Rothbart M.K. Studying infant temperament via the revised infant behavior questionnaire. *Infant Behavior & Development* 2003;26:64-86.
6. Putnam S.P, Rothbart M.K, Gartstein M.A. Homotypic and heterotypic continuity of fine-grained temperament during infancy, toddlerhood, and early childhood. *Infant and Child Development*, 2008.
7. Yılmaz D.E, Gençer G.A, Ünal Ö ve Aydemir Ö. Enneagram'dan Dokuz Tip Mizaç Modeli'ne: Bir Öneri. *Eğitim ve Bilim*, 2014;39:173 – 396.
8. Zisi V, Giannitsopoulou E, Vassiliadou O, Pollatou E, Kioumourtzoglou E. Performance level, abilities and psychological characteristics in young junior rhythmic gymnasts: the role of sport experience. *International Quarterly of Sport Science*, 2009;4:1-14.
9. Rugancı R.N ve Gençöz T. Psychometric properties of a turkish version of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal Of Clinical Psychology* 2010;66(4):442-455.
10. Çelik H ve Kocabıyık Onat O. Genç yetişkinlerin saldırganlık ifade biçimlerinin cinsiyet ve bilişsel duygu düzenleme tarzları bağlamında incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2014;4(1):139-155.



11. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 2001;30:1311-1327.
12. Gratz K.L, Roomer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 2004;26(1):41-54
13. Onat O ve Otrar M. Bilişsel duygu düzenleme ölçeğinin türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi* 2010;31:123-143.
14. Garnefski N, Kraaij V. Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A Comparative Study of Five Specific Samples. *Personality and Individual Differences* 2006;40:1659-1669.
15. Kavurma M. Major depresyon, yaygın anksiyete bozukluğu ve panik bozukluğundaki duygu düzenleme güçlüklerine mizaç-karakter özelliklerinin ve anksiyete duyarlılığının etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı Ana Bilim Dalı. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi*, 2014, İzmir.
16. Sayın A ve Aslan S. Duygu durum bozuklukları ile huy, karakter ve kişilik ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 2005;16(4):276-283.
17. Yılmaz E.D, Gençer A.G, Aydemir Ö, Yılmaz A, Kesebir S ve Ünal Ö. Dokuz tıp mizaç ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Eğitim ve Bilim*, 2014;39(171):115-137.
18. Morris A.S, Silk J.S, Steinberg L, Myers SS, Robinson LR. The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development Author Manuscript*, 2007;16(2):361-388.
19. Baciu A. An anthropo-medical approach on stress among teenagers and young people in Romania. *Global Journal of Antropology Research* 2014;1:1-7
20. ([http://www.viyanatestsistemi.com/viyana\\_test\\_sistemi.htm](http://www.viyanatestsistemi.com/viyana_test_sistemi.htm)).
21. Erdem A.R. Türkiyenin önemli sorunlarından biri: Yetiştirildiği insan tipi. *Bilim, Eğitim ve Düşünce Dergisi*, 2006;6(4):292
22. Demir Ö ve Doğanay A. Bilişsel farkındalık becerilerinin geliştirilmesinde bilişsel koçluk yaklaşımı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yöntemi* 2009;15(60):601-623.
23. Çelikten M, Şanal M ve Yeni Y. Öğretmenlik mesleğinin özellikleri. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2005;19(2):207-237.
24. Lovat T, Dally K, Clement N, Toomey R. Values pedagogy and teacher education: reconceiving the foundations. *Australian Journal of Teacher Education* 2011;36(4):59-72.

25. Bolat Y. Ters yüz edilmiş sınıflar ve eğitim bilişim ağı (eba). İnsan Bilimleri Dergisi 2016;13(2):3373-3388.
26. Yıldırım A. Eleştirel pedagoji. Anıl Yayıncılık;2011, Ankara.
27. Aybek A, İmamoğlu O, Taşmektepliğil M.Y. Öğrencilerin beden eğitimi dersi ve ders dışı etkinliklere yönelik tutumlarının değerlendirilmesi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 2011;2(2):51-59.
28. Bransford J.D, Brown A.L ve Cocking R.R. How people learn: brain, mind, experience and school. Expanded Edition, 2000.
29. Şişman M. Eğitim bilimine giriş. Pegem A Yayıncılık;2007, Ankara.
30. Vukman K.B, Licardo M. How cognitive, metacognitive, motivational and emotional self-regulation influence school performance in adolescence and early adulthood. Educational Studies,2010;36(3):259-268.
31. Balyı I, Way R, Higgs C (Çev: Pekünlü E ve Özsu İ).Uzun vadeli sporcu gelişimi. Spor Yayınevi, 2016, Ankara.
32. İnal A.N. Beden eğitimi ve spor bilimi. Nobel Yayıncılık, Ankara;2015.
33. Taşpınar M. Kuramdan uygulamaya öğretim ve ilke ve yöntemleri. Pegem Akademi Yayıncılık, 2017, Ankara.
34. Taşkaya S.M. Nitelikli bir öğretmende bulunması gereken özelliklerin öğretmen adaylarının görüşlerine göre incelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2012;33(2):283-298.
35. <http://eacea.ec.europa.eu/education/eurydice>
36. Pornsakulvanich V, Dumrongsiri N, Sajampun P, Sornsri S, John S.P, Sriyabhand T et. al. An analysis of personality traits and learning styles as predictors of academic performance. ABAC Journal, 2012;32(3):1-19.
37. Petrovay DW. Personality characteristics, career awareness, and job expectations of new teachers of students with visual impairments. Doctor of Philosophy With a Major in Special Education, Arizona, 2008.
38. Eroğlu F. Davranış Bilimleri. Beta Yayınevi, 2011, İstanbul.
39. Pauls D.L, Singer S.M, Vandenberg S.G. The heredity of behavior disorders in adults and children. Springer Science and Business Media, 2012.
40. Yurtsever H. Kişilik özelliklerinin stres düzeyine etkisi ve stresle başa çıkma yolları: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, 2009, İzmir.

41. Burger J.M. Kişilik. (Çev: İnan Deniz ve Erguvan Sarıoğlu). Kaknüs Yayınları, 1. Basım, 2006, İstanbul.
42. Clark L.A. Temperament as a unifying basis for personality and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 2005;114:(4):505-521.
43. Aslan S. “Kişilik, Huy ve Psikopatoloji” Rewiews, Cases and Hypot-heses in *Psychiatry RCHP* 2.1-2 (2008): 7-18.
44. Rudasill K.M, Kaufman S.R. Teacher-child relationship quality: the roles of child temperament and teacher-child interactions. Published in *Early Childhood Research Quarterly*, 2009;24:(2):107-120.
45. Stolz S, Pill S. Teaching games and sport for understanding: exploring and reconsidering its relevance in physical education. *European Physical Education Rewiew*, 2014;20:(1):36-71.
46. Doydu İ, Çelen A ve Çoknaz H. Spor eğitimi modelinin öğrencilerin beden eğitimi ve spora karşı tutumuna etkisi. *E-international journal of educational research*, 2013;4:(2):99-110.
47. Totan T, Aysan F ve Bektaş M. Öğretmen adaylarının mizaç, karakter ve kimlik özellikleri. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2010;11 (2), 19-43.
48. Sternberg R.J, Ruzgis P. *Personality and Intelligence*. Cambridge University Press, 1994.
49. Özgüven İ.E. *Bireyi tanıma teknikleri*. Nobel Yayıncılık, 2016, Ankara.
50. McCrae R.R, Costa PT. *Personality in adulthood a five-factor theory perspective*. Secon edition. Guilford Press, New York; 2003.
51. Cloninger C, Dragan M, Svrakic T.P. “A psychobiological model of temperament and character.” *Archives of general psychiatry* 50.12 (1993): 975-990.
52. Akiskal H.S, Mendlowicz M.V, Louis G, Rapaport M.H, Kelsoe J.R, Gillin J.C, et all. Temps-A: validation of a short version of a self-rated instrument designed to measure variations in temperament. *Journal of Affective Disorders*, 2005;85:45-52.
53. Myers I, Myers P.B. *Kişilik: farklı tipler farklı yetenekler*. Kuraldışı Yayıncılık, 1997, İstanbul.
54. Schultz D, Schultz S.E. *Theories of personality*. Publishing Company, 1998, California.
55. <http://www.gurdjiefflegacy.org/70links/enneagram.htm>
56. Allen K. The nature of love: understanding the enneagram types as nine exressions of attachment. *Enneagram Journal*, 2010;3:(1):17.
57. Fauvre D.W. Exploring enneagram tritype: theory and practice. *Enneagram Journal*, 2012;5:(1):20.

58. Bland A.M. The enneagram: a rewiw of the empirical and transformational literature. *Journal of Humanistics Counseling, Education and Development*, 2010;49:16-31.
59. Uğur B. Enneagram ile kişilik analizi. Alfa Yayınları, 2016, İstanbul.
60. Naranjo C. The enneagram of Society: healing the soul to heal to World. *World Futures: The Journal of Evolution*, 2014;70:(2):4.
61. Rothbart M.K, Ahadi S.A, Evans D.E. Temperament and personality: origins and outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2000;78:(1):122-135.
62. Taylor K. The positive enneagram: a new apporoach to the nine personality types. *Enneagram Journal*, 2010;3:(1):10.
63. Wagner J. Nine lenses on the World: The enneagram perspective. *Enneagram Journal*, 2011;4:(1):4.
64. Riso D.R, Hudson R. Understanding the Enneagram the practical guide to personality types. Houghton Mifflin Company, 2000, New York.
65. Riso D.R, Hudson R. The Riso-Hudson Enneagram type indicator (Version 2.5) offprint. The Enneagram Institute, New York; 1999.
66. Subaş A ve etin M. Gvenirlik ve geerlilik alışması. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2017;4:(11):160-181.
67. <http://www.internationalenneagram.org>
68. <http://www.mizacharita.com>
69. Aksoy E. Matematik alanında üstün yetenekli ve zekalı öğrencileri bazı değişkenler açısından veri madenciliği ile belirlenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 2014, İzmir.
70. Sarı E. İnsanı anlama sanatı. Nokta E-book publishing, Net Medya yayıncılık, 2016, Antalya.
71. Kamineni R. The next stage of psychographic segmentation: usage of enneagram. *Journal of American Academy of Business*, 2005;6:(1):315-320.
72. Arthur K.B. Attachment Styles and Enneagram types: Development and testing of an integrated typology for use in Marriage and family therapy. Dissertation submitted to the faculty of the Virginia Polytechnic Institute and State University Human Development. Doctor of Philosophy, Virginia;2008.
73. Bland A.M. The enneagram: A rewiw of the empirical and transformational literatre. *Journal of Humanistics Counseling, Education and Development*, 2010;49:16-31.

74. Palmer H. The Enneagram in love and work: Understanding your intimate and business relationships. Harper Colins, San Francisco;1995.
75. Yılmaz E.D. Dokuz tip mizaç modeli'ne göre çocuklarda karakter ve kişilik gelişimi. İstanbul: Hayat Yayınları. 2010.
76. Sutton A, Allinson C, Williams H. Personality type and work-related outcomes: An exploratory application of the Enneagram model. *European Management Journal*, 2013;13-46.
77. Kale S.H, Shrivastava S. The Enneagram system for enhancing workplace spirituality. *The Journal of Management Development*, 2003;22:(4):308-328.
78. Riso D.R, Hudson R. Understanding the Enneagram the practical guide to personality types. Houghton Mifflin Company, New York;2000.
79. Baron R, Wagele E. Are you my type am i yours?: Relationships made easy through the Enneagram. Harper, San Francisco;1995.
80. Hampson M. Head versus heart and our gut reactions: The 21st Century Enneagram. O Books, 2005.
81. Keskin G, Gümüş A.B ve Engin E. Bir grup sağlık çalışanında öfke ve mizaç özellikleri: ilişkisel bir inceleme. *Düşünen Adam Psikiyatrisi ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 2011;24:199-208.
82. Rothbart M.K, Ellis LK, Posner MI. Temperament and self-regulation: Research, theory, and applications. Guilford Press, 2011, New York.
83. Grolnick W.S, Bridges L.J, Connell J.P. Emotion regulation in two-year olds: Strategies and emotional expression in four contexts. *Child Development*. 1996;67:928-941.
84. Lewis M, Jones J.M, Barrett L.F. Handbook of emotions. The Guildford Press. 2008, New York;
85. Mccarthy P.J. Positive emotion in sport performance: current status and future directions. *International Review of Sport Exercise Psychology*, 2011;4:50-69.
86. Gerring R.J, Zimbardo P.G (Çev: Gamze Sart). Psikoloji ve yaşam: Psikolojiye giriş. Nobel AkademikYayıncılık, 2012.
87. Bar-On R, Maree J.G, Elias M.J. Educating people to be emotionally intelligent. Originally published by Heinemann Publishers, 2007.
88. Lazarus R.S. Cognition and motivation in emotion. *American Psychologist*, 1991;46:(4):352-367.
89. Masten A.S, Burt K.B, Coatsworth D. Competence and psychopathology in development: Risk, disorder and psychopathology. *Development Psychopathology*, 2006;43:(3):696-738.

90. Izard C.E, Harris P. Emotional development and developmental psychopathology. *Developmental Psychopathology*, 1995;1:467-503.
91. Friesen A.P, Lane A.M, Devonport T.J, Sellars C.N, Stanley D.N, Beedie C.J. Emotion in sport: Considering interpersonal regulation strategies. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2013;6:(1):139-154.
92. Braun C. Coaches' interpersonal emotion regulation and the coach-athlete relationship. *Exercise Sciences University of Toronto*, 2017.
93. Izard C.E, Schultz D, Fine S.E, Youngstrom E, Ackerman B.P. Temperament, cognitive ability, emotion knowledge, and adaptive social behavior. *Imagination, Cognition and Personality*, 2000;19:(4):305-330.
94. Eccles D.W, Ward P, Woodman T, Janelle C.M, Scanff C.L, Ehrlinger J, et al. Where's the emotion? How sport psychology can inform research on emotion in human factors. *Human Factors*, 2011;53:(2):180-202.
95. Dempsey M.T. Coping and emotional regulation strategies in early adolescence: Relationship to behavioral functioning. Unpublished doctorate dissertation. The University of Texas, 1996.
96. Garber J, Dodge K.A. The development of emotion regulation and dysregulation. Cambridge University Press, 1991, New York.
97. Parrott W.G. Emotions in social psychology. Psychology Press, U.S.A, 2001.
98. Pizarro D.A, Salovey P. Being and becoming a good person: The role of emotional intelligence in moral development and behavior. Academic Press, 2002.
99. Davidson R.J, Putnam K.M, Larson C.L. Dysfunction in the neural circuitry of emotion regulation- a possible prelude to violence. *Science*, 2000;289:591-594.
100. Antony M.M, Swinson R.P. When perfect isn't good enough. New Harbinger Publications, 2009.
101. Arslantaş H, Dereboy İ.F, Aşti N ve Pektekin Ç. Yetişkinlerde profesyonel psikolojik yardım arama tutumu ve bunu etkileyen faktörler. *Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 2011;12:(1):17-23.
102. Eldoğan D ve Barışkın E. Erken dönem uyumsuz sema alanları ve sosyal fobi belirtileri: duyuğu düzenlemen güçlüğünün aracı rolü var mı? *Türk Psikoloji Dergisi*, 2014;29:(74):108-118.

103. Onat O, Çelik H ve Dündar Ş. Genç yetişkinlerin bilişsel duygu düzenleme tarzlarının ilişkisel bağımlı benlik kurgusu ve cinsiyet açısından incelenmesi. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 2017;45:79-92.
104. Eisenberg N, Fabes RA, Carlo G, Karbon M. Emotional responsivity to others: behavioral correlates and socialization antecedents. *New Directions for Child and Development*, 1992;55:57-73.
105. Terry P.C, Lane AM. Normative values for the profile of mood states for use with athletic samples. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2008;12:(1):93-109.
106. Kopp CB. Regulation of distress and negative emotions: A development. *Development Psychology*, 1989;25:(3):343-354.
107. Deniz M.E ve Yılmaz E. Üniversite öğrencilerinde duygusal zeka ve stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2006;25:(3):1302-1370.
108. Onan N, Barlas G.Ü, Karaca S, Yıldırım N.K, Taşkıran Ö ve Sümeli F. The Relations Between Perceived Stress, Communication Skills and Psychological Symptoms in Oncology Nurses. *Clinical and Experimental. Health Sciences*, 2015;(3), 170.
109. Balaban J. Temel eğitimde öğretmenlerin stres kaynakları ve başa çıkma teknikleri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2000;7:1-8.
110. Başaran H, Taşğın Ö, Sanioğlu A ve Taşkın AK. Sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2009;21:534-542
111. Durna U. Üniversite öğrencilerinin stres düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *İkdisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 2006;20:(1):319-344.
112. Yaman M ve Hoşgörür V. The importance of sports in organizational stress management. *Marmara University Sports Research Journal*, 2000;4:(1).
113. Connor-Smith J.K, Compas B.E. Vulnerability to social stress: coping as a mediator or moderator of sociotropy and symptoms of anxiety and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 2002;26:(1):39-55.
114. Parlak K. Girişimci kişilik özelliklere sahip olmak ile kendini ve başkalarını tanıma (içsel ve sosyal) zekaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2013;3:55-64.

115. Arkar H, Sorias O, Tunca Z, şafak C, Alkın T ve ark. Mizaç ve karakter envanterinin Türkçe formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2005;16:(3):190-204.
116. Erkmn N ve Çetin Ç. Beden eğitimi öğretmenlerinin stresle başa çıkma tarzlarının bazı değişkenlerle ilişkisi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2008;19:232-241.
117. Shiner R.L, Buss K.A, McClowry S.G, Putnam S.P, Saudino K.J ve Zentner M. What is temperament now? Assessing progress in temperament research on the twenty-fifth anniversary of goldsmith et al. *Child Development Perspectives*, 2012;6:(4):436-44.
118. Folkman S, Moskowitz J.T. Coping: pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 2004;55:745.
119. Macatee R.J, Capron D.W, Schmidt N.B, Cogle J.R. An examination of low distress tolerance and life stressors as factors underlying obsessions. *Journal of Psychiatric Research*, 2013;47:1462-1468.
120. Can N. Öğretmenlerin geliştirilmesi ve etkili öğretmen davranışları. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2004;16:103-119.
121. Aaronson D, Barrow L, Sander W. Teachers and student achievement in the Chicago public high schools. *The University of Chicago Press Journals*, 2007;25(1):95-135.
122. Hazır O. Öğretmen Etkililiği: Finlandiya modeli. *Kara Harp Okulu Bilim Dergisi*, 2015;25:(1):3-24.
123. Ommundsen Y ve Kval S.E. Autonomy-mastery, supportive or performance focused? Different teacher behaviours and pupils outcomes in physical education. *Scandinavian Journal of Education Research*, 2007;51:(4):485-413.
124. Patton M.Q. Two decades of developments in qualitative inquiry. *Qualitative Social Work*, 2002;1(3):261-283.
125. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Cognitive emotion regulation questionnaire. *Datec, Netherlands*, 2002.
126. Büyüköztürk ř. *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Akademik Yayıncılık, 2007, Ankara.
127. Özdamar K. *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi*. Kaan Kitabevi, 1999, Eskişehir.
128. Tuckman B.W. *Conducting educational research*. Harcourt Brace College Publishers, 1999.
129. [http://psychologishtesten.nl/wp-content/uploads/Catalogus-Vienna-Test-System-SCHUHFRIED\\_Psychologishtesten.nl\\_.pdf](http://psychologishtesten.nl/wp-content/uploads/Catalogus-Vienna-Test-System-SCHUHFRIED_Psychologishtesten.nl_.pdf)
130. Shao A.T. *Marketing Research: An Aid to Decision Making*. U.S.A: Thomson-Southwestern, 2002.



131. Yıldırım A ve Şimşek H. Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2011.
132. Yurdakul B. Yapılandırmacı öğrenme yaklaşımının sosyal-bilişsel bağlamda bilgiyi oluşturmaya katkısı. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2008;11(20):39-67.
133. Tütüncü O. Sporcularda mizaç tiplerinin stres altında sergilenen dart atış performansı ve elektro fizyolojik yanıtlar ile ilişkisi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, 2017, İzmir.
134. Krassner A.M, Garstein M.A, Park C, Dragan W.L, Lecannelier F, Putnam SP. East-west, collectivist-individualist: A cross-cultural examination of temperament in toddlers from chile, Poland, South Korea, and the U.S. European Journal of Developmental Psychology, 2017;14:(4):449-464.
135. Eisenberg N, Valiente C, Spinrad T.L, Cumberland A, Liew J, Reiser M ve ark. Longitudinal relations of children's effortful control, impulsivity, and negative emotionality to their externalizing, internalizing, and co-occurring behavior problems. Developmental Psychology: 2009;45(4):988-1008.
136. Casalin S, Tang E, Vliegen N ve Luyten P. Parental personality, stress generation, and infant temperament in emergent parent-child relationships: evidence for a moderated mediation model. Journal of Social and Clinical Psychology, 2014;33:(3):270-291.
137. Essex M.J, Shirtcliff E, Burk L.R, Ruttle P.L. Influence of early life stress on later hypothalamic-pituitary-adrenal axis functioning and its covariation with mental health symptoms: a study of the allostatic process from childhood into adolescence. Development and Psychopathology, 2011;23:1039-1058.
138. Erkan Z ve Avcı R. Öğretmen adaylarının iletişim becerileri: mizaç ve karakter özelliklerinin rolü. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2014;10:(1): 84-94.
139. Yücel İ ve Bektaş Ç. Job satisfaction, organizational commitment and demographic characteristics among teachers in Turkey: Younger is better?. Procedia Social and Behavioral Sciences, 2012;46:1598-1608.
140. Totan, T, Aysan, F. ve Bektaş, M. Öğretmen adaylarının mizaç, karakter ve kimlik özellikleri. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2010;11(2),19-43.
141. Pianta R.C. Enhancing Relationships Between Children and Teachers. American Psychological Association, 1999.

142. Hamre B.K, Pianta R.C. Early teacher-child relationships and the trajectory of childrens school outcomes through eighth grade. *Child Development*, 2001;72:(2):625-638.
143. Lerner J.V, Lerner R.M, Zabski S. Temperament and elementary school childrens actual and rated academic performance: A test of a 'goodness-of-fit' model. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 1985;26:(1):125-136.
144. Valiente C, Lemery K, Swanson J, Reiser M. Prediction of childrens academic competence from their effortful control, relationships, and classroom participation. *Journal of Education Psychology*, 2008;100:(1):67-77.
145. Garnefski N, Teerds J, Kraaij V, Legerstee J, Kommer T. Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: differences between males and fameles. *Personality and Individual Differences*, 2004;36:267-276.
146. Öngen D.E. Cognitive emotion regulation in the prediction of depression and submissive behavior: gender and grade level differences in turkish adolescents. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2010;9:1516-1523.
147. Rıza S.Ö. Evli bireylerin bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin psikolojik iyi oluşları ve evlilik doyumları ile ilişkisinin incelenmesi. Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 2016, İstanbul.
148. Ataman E ve Dağ İ. Stres veren yaşam olayları, bilişsel duygu düzenleme stratejileri, depresif belirtiler ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkiler. *Klinik Psikiyatri*, 2014;17:7-17.
149. Zlomke K.R, Hahn K.S. Cognitive emotion regulation strategies: gender differences and associations to worry. *Personality and Individual Differences*, 2010;48:408-413.
150. Martin R.C, Dahlen E.R. Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. *Personality and Individual Differences*, 2005;39:1249-1260.
151. Alexander P.C, Anderson C.L. An attachment approach to psychotherapy with the incest survivor. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 1994;31:(4):665-675.
152. Campo M, Sanchez X, Ferrand C, Rosnet E, Friesen A, Lane A.M. Interpersonal emotion regulation in team sport: mechanisms and reasons to regulate teammates emotions examined. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2017;15:(4):379-394.

153. Özbay Y, Palancı M, Kandemir M ve Çakır O. Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal düzenleme, mizah, sosyal öz-yeterlilik ve başa çıkma davranışları ile yordanması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2012;10:(2):325-345.
154. Thayer J.F, Rossy L.A, Padial E, Johnsen B.H. Gender differences in the relationship between emotional regulation and depressive symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 2003;27:(3):349-364.
155. Ataman E. Stres veren yaşam olaylarına karşısında bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin depresyon ve kaygı düzeyini belirlemedeki rolü. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2011.
156. Cipriano E.A. Emotion regulation in children exposed to maltreatment: the interplay between maltreatment status, parenting quality, and temperament. The Pennsylvania State University, The Graduate School Department of Human Development and Family Studies, Doctor of Philosophy, 2010.
157. Calkins S.D. Origins and outcomes of individual differences in emotion regulation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 1994;59:(2-3):53-72.
158. Kochanska G, Kim S. Difficult temperament moderates links between maternal responsiveness and childrens compliance and behavior problems in low-income families. *J Child Psychol Psychiatry*, 2013;54:(3):323-332.
159. Çolak C.B. Associations of psychological problems with parental acceptance-rejection, social support, and locus of control: A study conducted with adolescents. The Graduate School of Social Sciences of Middle East Technical University, 2010.
160. Rohner R.P, Britner PA. Worldwide mental health correlates of parental acceptance-rejection: Rewiew of cross-cultural and intracultural evidence. *Cross-Cultural Research*, 2002;36:(1):16-47.
161. Akse J, Hale William W, Rutger C.M.E, Raaijmakers Q.A.W ve Meeus W.H.J. Personality, perceived parental rejection and problem behavior in adolescence. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 2004; 39(12), 980-8.
162. Muris P, Meesters C, Van den Berg F. The Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ). Further evidence for its reliability and validity in a community sample of Dutch children and adolescents. *European Child + Adolescent Psychiatry*, 2003;12:1-8.
163. Yalçın M. Ergenlerde mizaç özelliklerinin ve ebeveyn kabul-reddinin yıkıcı davranışlar üzerine etkisi. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 2014, Aydın.

164. Matsumoto D, Yoo, S.H ve Nakagawa S. Multinational Study of Cultural Display Rules. (2008). Culture, emotion regulation, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(6), 925-937.
165. Dorak F, Yıldız L ve Canpolat A.M. Bireysel spor ile uğraşan bireylerin stres toleransı ve algı yetenek düzeylerinin belirlenmesi. Papers Presented at the AGP Humanities and Social Sciences Conference, Barcelona 2016.
166. Lemmink K, Visscher C. Effect of intermittent exercise on multiple-choice reaction times of soccer players. *Perceptual and Motor Skills*, 2005;100:85-95.
167. Furley P, Memmert D. Differences in spatial working memory as a function of team sports expertise: the corsi block-tapping task in sport psychological assessment. *Perceptual and Motor Skills*, 2010;110(3):801-808.
168. Gierczuk D, Bujak Z, Rowinski J, Dmitriyev A. Selected coordination motor abilities in elite wrestlers and taekwon-do competitors. *Pol. Journal Sport Tourism*, 2012;19:230-239.
169. Kocabıyık Onat O, Çelik H ve Dünder ř. Genç yetişkinlerin bilişsel duygu düzenleme tarzlarının ilişkişel bağımlı benlik kurgusu ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2017;45:(79-92).
170. Sakakibara R ve Endo T. Cognitive Appraisal as a Predictor of Cognitive Emotion Regulation Choice. *Japanese Psychological Research*, 2016;58(2), 175-185.
171. Bonanno G.A, Burton C.L. Regulatory Flexibility: An Individual Differences Perspective on Coping and Emotion Regulation. *Perspectives on Psychological Science*. 2013;8(6) 591-612
172. Hanin Y.L. Successful and poor performance and emotions. *Emotions in Sport*, 2000;157-187.
173. Gross J.J, Thompson R. A. Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. New York: Guilford Press. 2007; 3-24.
174. Gross J.J, Richards J.M ve John O.P. Emotion Regulation in Everyday Life. In D. K. Snyder, J. Simpson, & J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health*.2006;13-35.
175. Aldao A, Hoeksema S. Specificity of cognitive emotion regulation strategies: a transdiagnostic examination. *Behaviour Research and Therapy*, 2010;48:974-983.

176. Garnefski N, Kraaij V. The cognitive emotion regulation questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 2007;23:(3):141-149.
177. Kraaij V, Garnefski N, Van Gerwen L. Cognitive coping and anxiety symptoms among people who seek help for fear of flying. *Aviat Space Environ Med* 2003; 74:273-7.
178. Calmes C.A, Roberts J.E. Repetitive thought and emotional distress: rumination and worry as prospective predictors of depressive and anxious symptomatology. *Cogn Ther Research*, 2007;30:343-356.
179. Hoeksema S. The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 2000;109:(3):504-511.
180. Lane A.M, Beedie C.J, Devonport T.J, Stanley D.M. Instrumental emotion regulation in sport: relationships between beliefs about emotion and emotion regulation strategies used by athletes. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 2011;21:445-451.
181. Garnefski N, Kraaij V. Cognitive coping and goal adjustment are associated with symptoms of depression and anxiety in people with acquired hearing loss. *International Journal of Audiology*, 2011;51(7):545-550.
182. Josefsson T, Ivarson A, Lindwall M, Gustafsson H, Stenling A, Böröy J et al. Mindfulness mechanisms in sports: mediating effects of rumination and emotion regulation on sport-specific coping. *Minfulness*, 2017;8:1354-1363.