

ULUSLARARASI SOSYAL ARAŞTIRMALAR DERGİSİ THE JOURNAL OF INTERNATIONAL SOCIAL RESEARCH

Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi / The Journal of International Social Research
Cilt: 13 Sayı: 73 Ekim 2020 & Volume: 13 Issue: 73 October 2020
www.sosyalarastirmalar.com Issn: 1307-9581

TAKIM VE BİREYSEL SPORCULARDA KONUŞMA KAYGISININ PSİKOLOJİK KIRILGANLIĞA ETKİSİ

THE EFFECT OF SPEECH ANXIETY ON PSYCHOLOGICAL VULNERABILITY IN TEAM AND INDIVIDUAL ATHLETES

Jahid GARASHLI*
Coşkun YILMAZ**
Selmani ABİŞ***
Osman İMAMOĞLU****
Oktay ŞAHİN*****

Öz

Çalışmanın amacı, Takım sporu ile bireysel spor yapan sporcularda konuşma kaygısının psikolojik kırılma düzeyine etkisinin incelenmesidir. Çalışmada takım ve bireysel spor yapan 18-27 yaş arası 219 gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılardan blok rastgeleştirmeye uygun olacak bir şekilde, serbest zamanlarında veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara araştırmacı tarafından geliştirilen, 7 sorudan oluşan demografik bilgi anketi ikinci bölümde, takım ve bireysel sporcuların psikolojik kırılma düzeylerini belirlemek için Sinclair ve Wallston psikolojik kırılma ölçeği son bölümde ise takım ve bireysel sporcuların konuşma kaygılarını ölçmek için Yaman ve Sofu (2013) tarafından geliştirilen Konuşma Kaygısı Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmaya bireysel spor yapan 124 (kadın 24, erkek 76), takım sporu yapan ise 95 (kadın 43, erkek 52) katılımcıdan oluşmuştur. Cinsiyetin psikolojik kırılma ve konuşma kaygısı üzerindeki etkisi hesaplanmamıştır ($p > 0.05$). Spor türü ile psikolojik kırılma ve konuşma kaygısı arasında anlamlı farklılık görülmemiştir ($p > 0.05$). Boy uzunluğunun psikolojik kırılma ile arasında anlamlı farklılık görülürken ($p < 0.05$), konuşma kaygısında anlamlı farklılık hesaplanmamıştır ($p > 0.05$). Yaş ile psikolojik kırılma ve konuşma kaygısı arasında anlamlı farklılık hesaplanmamıştır ($p > 0.05$). Vücut ağırlığı ile psikolojik kırılma ve konuşma kaygısının karşılaştırılmasında ise psikolojik kırılma ve konuşma kaygısının vücut ağırlığı ile arasında anlamlı farklılık hesaplanmamıştır ($p > 0.05$). Sonuç olarak, Takım sporu ve bireysel spor yapmanın sporcuların cinsiyet, spor türü, vücut ağırlığı, yaş ile psikolojik kırılma ve konuşma kaygısı üzerinde benzer etkisi olduğu sonucuna varılmıştır. Buna karşılık boy uzunluğunun psikolojik kırılma düzeyine etkisi olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Konuşma Kaygısı, Spor, Psikolojik Kırılma.

Abstract

The aim of the study is to examine the effect of speech anxiety on psychological vulnerability in athletes who do individual sports with team sports. 219 volunteers between the ages of 18-27 who participated in the team and individual sports participated in the study. Data collection process was carried out in the free time in a way that was suitable for randomizing the block from the participants. Demographic information questionnaire consisting of 7 questions developed by the researcher to the participants, In the second part, Sinclair and Wallston psychological fragility scale to determine the psychological vulnerability levels of the team and individual athletes, In the last part, the Speech Anxiety Scale developed by Yaman and Sofu (2013) was used to measure the speech anxiety of the team and individual athletes. The study consisted of 124 (female 24, male 76) individual athletes and 95 (female 43, male

* Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, ORCID: 0000-0002-7482-5318

**Öğr. Gör. Gümüşhane Üniversitesi, Kelkit Aydın Doğan MYO, ORCID:0000-0002-2826-1566

*** Araş. Gör. Gümüşhane Üniversitesi BESYO, ORCID: 0000-0002-0322-518X

**** Prof. Dr. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0000-0001-6671-6042

***** Dr. Öğr. Üyesi. Gümüşhane Üniversitesi BESYO, ORCID: 0000-0001-6579-353X



52) athletes. The effect of gender on psychological vulnerability and speech anxiety was not calculated ($p > 0.05$). There was no significant difference between sports type and psychological fragility and speech anxiety ($p > 0.05$). While there was a significant difference between height and psychological vulnerability ($p < 0.05$), no significant difference in speech anxiety was calculated ($p > 0.05$). There was no significant difference between age and psychological vulnerability and speech anxiety ($p > 0.05$). In the comparison of body weight with psychological vulnerability and speech anxiety, no significant difference between psychological vulnerability and speech anxiety with body weight was calculated ($p > 0.05$). As a result, it was concluded that team sports and individual sports have a similar effect on athletes' gender, sports type, body weight, age and psychological vulnerability, and speech anxiety. On the other hand, it has been observed that height length has an effect on the psychological fragility level.

Keywords: Speech Anxiety, Sport, Psychological Fragility.

1. GİRİŞ

Bireyler arası iletişimi sağlamaya ve toplumca benimsenmiş olan, gereksinimlere göre gelişen sözlü, yazılı işaretlere dil denir (Vardar, 2002; Özkan 2012). Konuşma; zihinde meydana gelen anlatılma gereksinimi duyulan şeyleri, planlı bir şekilde (sıralama, ilişkilendirme, sınıflama, değerlendirme, analiz, vb.) çeşitli işlemlerinden geçtikten sonra bilgilerin ses ve cümlelere dönüşerek aktarılma olayıdır (Güneş, 2007). Konuşmayı etkisizleştiren engeller vardır bunlar; konuşana kişiye bağlı, konuşmanın çeşit ve türüne göre, dinleyene kişiye ve ortamsal engellerdir (Akbayır, 2011). Bu engeller arasında konuşan kişiye bağlı engellerde konuşma esnasında bir veya daha fazla nedeni olan kaygı durumu, konuşmayı etkiler. Birey tedirginleşerek başarısızlık duygusu içerisine girer buda konuşmasını etkiler ve kişinin kendini ifade edememesine neden olur (Kartal, 2019). Kişinin hissettiği endişe, stres ve korku duygusu kaygıdır. Konuşma kaygısı ise insan topluluğuna karşı konuşacak olan bireyin duyduğu endişe, korku, stres ve başarısızlık duygusudur. Buda kişide fizyolojik olarak kalbin hızlanması, terleme, başarısızlık korkusudur (Bodie, 2010). Breakey (2005), konuşma kaygısının bir fobidir ve yaygın bir korku olduğunu bildirmiş ve psikolojik kırılma sebepleri de ifade etmiştir.

Başarı veya dışsal onaya bağımlı olan psikolojik kırılma, benlik değerine yönelik geliştirilen bilişsel inançlardır (Sinclair ve Wallston, 1999). Psikolojik kırılma sosyal yapı (Sosyal onay, başarı kavramları ve ilişkili yapılar) kişinin psikolojik kırılmasını etkileyebilir. Sosyal yapının düşük olduğu bölge veya grupların psikolojik kırılma yönünde daha çok olduğu belirtilmektedir (Kessler, 1979; Thoits, 1982).

Psikolojik kırılma düzeyi yüksek olan kişiler sosyal olarak kendilerini toplumda yetersiz gördükleri için sosyalleşmelerinde sorunlar, düşük umut düzeyleri, öznel iyi oluşlarını da düşürmektedir (Ingram ve Price, 2010; Satıcı, 2016). Dışsal onay temelli gelişen psikolojik kırılma, dışsal geribildirimlere de aşırı duyarlıdır ve bireylerin psikolojik olarak daha kırılma bir yapıya sahip olmasını sağlar. Buda kendilerine yabancılaşmalarını ve psikolojik kırılma düzeylerini artırır (Satıcı ve ark., 2014).

Psikolojik kırılma kişinin özsaygısının oluşturulmasında ve başarı ile diğer insanların onaylamasının bağımlılığını gösteren bilişsel inanç kalıbıdır. Bireyin somut başarıya ve diğer insanların olumlamasına bağımlı olması, bireyin özsaygı duygusunu, insanların değişken davranışlarını veya bireylerin amaçlarına ulaşma yeteneğini ciddi ölçüde etkileyen yaşam değişikliklerine karşı kırılma hale gelmesine neden olmaktadır (Sinclair ve Wallston, 1999). Eldeki bu bilgiler ışığında çalışmanın amacı takım sporu ve bireysel spor yapan bireylerde psikolojik kırılma ve konuşma kaygısının düzeylerinin incelenmesidir.



2.YÖNTEM

2.1.Araştırma Modeli

Araştırma, mevcut durumu tespit etmek amaçlandığı için tarama modeli türlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli ile tasarlanmıştır. Bu modelin amacı, birden çok değişkenler arasında birlikte değişimi veya derecesini belirlemektir (Karasar, 2002).

2.2.Evren-Örneklem (Araştırma Grubu)

Örneklem hacmi için literatürde çeşitli pratik kurallar vardır. Bunlardan biri 'ölçek çalışmalarında örneklem hacmi her ölçek maddesinin minimum 5 katı olmalıdır'(Tavşancıl, 2014) önerisi dikkate alınmıştır. Bu nedenle araştırmanın örnekleminin belirlenmesinde ölçeklerde bulunan Konuşma kaygısı ölçeği 25 soru, psikolojik kırılganlık 6 sorudan oluşmaktadır. Ölçek sayısının oluşturduğu minimum 155 katılımcı olmasına rağmen, olası problemleri ortadan kaldırmak için 219 kişi olarak belirlenmiştir.

2.3.Veri Toplama Araçları

Araştırma öncesi Ondokuzmayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulunda 20.12.2019 tarihli ve 2019/472 karar sayılı izin alınmıştır. Araştırmamıza takım ve bireysel spor yapan 18-27 yaş arası 219 gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar blok rastgeleştirmeye uygun olacak bir şekilde, serbest zamanlarında veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara araştırmacı tarafından geliştirilen, 7 sorudan oluşan demografik bilgi anketi, sporcuların psikolojik kırılganlık düzeylerini belirlemek için Sinclair ve Wallston (1999) tarafından geliştirilen psikolojik kırılganlık ölçeği (6 madde) ve son bölümde ise Yaman ve Sofu (2013) tarafından geliştirilen Konuşma Kaygısı Ölçeği (25 madde) kullanılmıştır.

2.4.Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizi SPSS 21.0 V istatistik paket programında yapılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin normallik varsayımı kormogolov-smirnov testi ile değerlendirilmiştir ($p>0,05$). Verilere, crosstab dağılım, ortalama, standart sapma, Student-T testi, tek yönlü varyans analizi (One-way Anova) yapılmıştır.

3.BULGULAR

Tablo 1. Spor türlerine göre cinsiyet dağılımı

		Cinsiyet		Toplam
		Kadın	Erkek	
Spor Türü	Bireysel Sporlar	48	76	124
	Takım Sporları	43	52	95
	Toplam	91	128	219

Çalışmamıza katılan bireylerin cinsiyet dağılımları, bireysel spor yapan 124 (48 kadın, 76 erkek), Takım sporları yapan 95 (43 kadın, 52 erkek) sporcu katılmıştır (Tablo 1).



Tablo 2. Tanımlayıcı bilgilerin konuşma kaygısı ve psikolojik kırılganlık ile karşılaştırılması

			n.	X	S.S.	p.
Cinsiyet	Psikolojik Kırılganlık	Kadın	91	16,59	4,88	,838
		Erkek	128	16,46	4,61	
	Konuşma Kaygısı	Kadın	91	72,52	15,21	,474
		Erkek	128	71,09	14,07	
Spor Türü	Psikolojik Kırılganlık	Bireysel Sporlar	124	16,15	4,50	,194
		Takım Sporları	95	16,99	4,96	
	Konuşma Kaygısı	Bireysel Sporlar	124	72,87	14,37	,167
		Takım Sporları	95	70,13	14,68	
Boy uzunluğu (mt)	Psikolojik Kırılganlık	1.50-1.65	62	16,27	4,96	,028*
		1.66-1.75	89	17,34	4,71	
		1.76-1.85	55	15,11	4,51	
		1.86-1.95	13	18,00	2,77	
		Toplam	219	16,52	4,72	
	Konuşma Kaygısı	1.50-1.65	62	71,63	15,81	,982
		1.66-1.75	89	72,11	14,94	
		1.76-1.85	55	71,24	13,24	
		1.86-1.95	13	70,85	11,78	
		Toplam	219	71,68	14,54	
Vücut ağırlığı (kg)	Psikolojik Kırılganlık	45-65	90	16,92	5,00	,593
		66-75	75	16,52	4,54	
		76-85	40	15,48	4,22	
		86-95	11	17,09	5,11	
		96 ve üstü	3	16,00	6,24	
	Konuşma Kaygısı	45-65	90	70,68	16,73	,862
		66-75	75	71,75	12,60	
		76-85	40	73,80	13,38	
		86-95	11	71,36	11,26	
		96 ve üstü	3	73,00	20,81	
Yaş (yıl)	Psikolojik Kırılganlık	18-20	86	16,22	4,50	,626
		21-24	113	16,81	4,62	
		25-27	20	16,10	6,13	
		Toplam	219	16,52	4,72	
	Konuşma Kaygısı	18-20	86	72,23	14,75	,884
		21-24	113	71,43	14,67	
		25-27	20	70,70	13,39	
		Toplam	219	71,68	14,54	

*p<0,05.

Cinsiyet ile psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygısının karşılaştırılmasına baktığımızda kadınların psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygılarının daha yüksek olmalarına rağmen anlamlı farklılık hesaplanmamıştır (p>0,05). Spor türü ile psikolojik kırılganlık düzeylerinin takım sporlarında, konuşma kaygı düzeylerinin ise bireysel sporlarda daha yüksek olmasına rağmen anlamlı farklılık görülmemiştir (p>0,05). Boy uzunluğunun psikolojik kırılganlığa etki ettiği görülürken (p<0,05), konuşma kaygısına etkisi görülmemiştir (p>0,05). Vücut ağırlığı ile psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygısının karşılaştırılmasında ise psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygısının vücut ağırlığı ile arasında anlamlı farklılık hesaplanmamıştır (p>0,05). Yaş ile psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygısı arasında anlamlı farklılık hesaplanmamıştır (p>0,05; Tablo 2).



4. TARTIŞMA

Bireylerin zihinsel, fizyolojik ve psikolojik yapıları, sosyal, kültürel, ekonomik şartları ve içinde buldukları çevre kişinin konuşma kaygısı ve psikolojik kırılganlık düzeylerini olumsuz etkileyebilir (Sargın, 2006; Sertbaş, 2012; Bayraktar, 2019; Kartal, 2019). Çalışmamızın amacı, Takım sporu ile bireysel spor yapan sporcularda konuşma kaygısının psikolojik kırılganlığa etkisinin incelenmesidir.

Çalışmamızda cinsiyetin ile psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygısına etkisi görülmemiştir ($p>0,05$). Literatürde konuşma kaygısında benzer sonuçların alındığı çalışmalarda (Kartal, 2019; Çodur, 2019; Katrancı ve Kuşdemir, 2015; Sarıgül, 2000; Doğan, 2008; Sallabaş, 2012; Kardaş, 2015; Baki ve Karakuş, 2015) bulunmaktadır. Psikolojik kırılganlıkta ise benzer çalışmalar olduğu gibi (Sertbaş, 2014; Bayraktar, 2019), kadınların psikolojik kırılganlık düzeylerini yüksek olduğunu belirten (Hünler, 2007; Estingoy ve ark., 2013; Akdeniz, 2018; Romero-Moreno ve ark., 2014) çalışmalarda bulunmaktadır. Çalışmamızda anlamlı farklılığın olmamasının nedeni olarak, katılımcıların sporcu olmaları ve benzer yaş gruplarına sahip olmalarından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

Spor türünün ile psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygısına etkisi görülmemiştir. Konuşma kaygısında Çodur (2019) bireysel ve takım spor yapanlarda anlamlı farklılık görmemiştir. Kartal (2019) yaptığı çalışmada benzer bir şekilde spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerin konuşma kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark saptamamıştır. Spor bireylerin yaşam becerilerini, sosyal hayatını ve iletişim becerilerini geliştirir. Bu da sporun her türünün psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygı düzeylerini benzer ölçüde geliştirdiğini göstermektedir.

Boy uzunluğu ile psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygısının karşılaştırılmasına baktığımızda psikolojik kırılganlık ile boy arasında anlamlı farklılık görülürken ($p<0,05$), konuşma kaygısında anlamlı farklılık hesaplanmamıştır ($p>0,05$). Çalışılan grupların etkileşim düzeylerinden ve psikolojik durumlarının etkisinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Vücut ağırlığının ile psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygı düzeylerine etkisi görülmemiştir ($p>0,05$). Yapılan literatür taramasında vücut ağırlığı ile konuşma kaygısı ve psikolojik kırılganlık düzeylerinin karşılaştırılması ve ilişkisine bakan çalışmalara rastlanmamıştır. Spor yapan bireylerin genel olarak belli bir disiplin ve yapılan sporun gereğine uygun vücut ağırlıklarında olacaklarından dolayı, vücut ağırlığının konuşma kaygısı ve psikolojik kırılganlığa etkisinin olmadığı düşünülmektedir.

Yaş ile psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygısının karşılaştırılmasına baktığımızda psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygısının yaş ile arasında anlamlı farklılık hesaplanmamıştır ($p>0,05$). Konuşma kaygısının yaş ilerledikçe bireyin kendine olan güven duygusunun artmasından dolayı konuşma kaygısının düştüğü görülmüştür. Deneyimin Psikolojik kırılganlık düzeyi ve konuşma kaygısını etkilediği düşünülmektedir.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak; takım sporu ve bireysel spor yapan sporcuların cinsiyet, spor türü, vücut ağırlığı, yaşlarının psikolojik kırılganlık ve konuşma kaygı düzeylerine etkisi bulunmamıştır. Boy uzunluğunun psikolojik kırılganlık düzeyine etkisi görülmüştür.

Çalışmamıza öneri olarak ise, takım sporlarını kendi aralarında, bireysel sporları ise kendi aralarında konuşma kaygısı ile psikolojik kırılganlık düzeylerinin karşılaştırılması yapılarak en düşük ve en yüksek konuşma kaygısı ve psikolojik kırılganlık düzeylerine sahip branşlar belirlenmelidir. Konuşma kaygı düzeyinin en az düzeye indirebilmek için bireylere eğitim süreçlerinde konuşma görevleri verilebilir.

KAYNAKÇA

Akbayır, S. (2011). *Nasıl Konuşabilirim*. içinde, Ankara: Pegem Akademi Yayınları.



- Akdeniz, H. (2018). *Beden eğitimi öğretmenlerinin psikolojik kırılma ve öğrenilmiş güçsüzlük düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Baki, Y., Karakus, N. (2015). A research on speech anxiety of prospective Turkish teachers. *Anthropologist*, 21(1,2): 271-276.
- Bayraktar, K. S. (2019). *Antrenörlerin sosyal iyi oluş düzeylerinin psikolojik kırılma ile ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- Breakey, L. K. (2005). Fear of public speaking- the role of the SLP. *Seminars in Speech and Language*, 26(02), 107-117.
- Bodie, G. D. (2010) A racing heart, rattling knees, and ruminative thoughts: Defining, explaining, and treating public speaking anxiety. *Communication Education*, 59(1): 70-105.
- Çodur, H. (2019). *Farklı programlardaki öğretmen adaylarının konuşma kaygı düzeyleri ile yaşam becerileri arasındaki ilişkinin fiziksel aktiviteye katılım ve farklı değişkenler açısından incelenmesi (Atatürk Üniversitesi Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları Ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Doğan, A. (2008). Lise öğrencilerinin İngilizce öğrenimlerini etkileyen yabancı dil kaygısı. *Tömer Dil Dergisi*, 48-67.
- Estingoy, P., Fort, E., Normand, J. C., Lerond, J., D'Amato, T. (2013). Psychological vulnerabilities among students: Two surveys about mental health at the University Lyon 1. In *Annales Medico-Psychologiques*, 171(6):392-396.
- Hünler, O. S. (2007). *Factors related to psychological problems and life satisfaction of newcomer Turkish immigrants in the Netherlands*. Published doctoral dissertation, Middle East Technical University, Ankara.
- Günes, F. (2007). *Türkçe öğretimi ve zihinsel yapılandırma*, Ankara: Nobel Yayınları.
- Ingram, R. E, Price, J. M. (2010) *Vulnerability to Psychopathology: Risk across the Lifespan*. Guilford Press.
- Karasar, N. (2015) *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kardaş, M.N. (2015) İkinci dili Türkçe olan çok dilli Türkçe öğretmen adaylarının Türkçe konuşma kaygıları ve bu kaygıların bazı değişkenlerle ilişkisi. *Turkish Studies*, 10 (7): 541-556.
- Kartal, M. (2019) *Beden eğitimi ve spor bölümü öğretmen adaylarının konuşma kaygısı ve kültürel zekâ arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Katranç, M., Kuşdemir, Y. (2015) Öğretmen adaylarının konuşma kaygılarının incelenmesi: sözlü anlatım dersine yönelik bir uygulama. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24:415-445.
- Kessler, R. C. (1972). Stress, social status, and psychological distress. *Journal of Health and Social behavior*, 259-272.
- Romero-Moreno, R., Losada, A., Marquez, M., Laidlaw, K., Fernández-Fernández, V., Nogales-González, C., López, J. (2014). Leisure, Gender, and Kinship in Dementia Caregiving: Psychological Vulnerability of Caregiving Daughters with Feelings of Guilt. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 69(4), 502-513.
- Saban, A. (2000). *Çoklu zekâ teorisi ve eğitim*. Ankara: Nobel Yayın Evi.
- Sallabaş, E. M. (2012). Türkçeyi yabancı dil olarak öğrenenlerin konuşma kaygılarının değerlendirilmesi. *Turkish Studies*, 7(3): 2199-2218.
- Sargın, M. (2006). *İlköğretim öğrencilerinin konuşma becerilerinin değerlendirilmesi: Muğla ili örneğinde*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Sarıgül, H. (2000). *Trait anxiety and foreign language anxiety and their effects on learners' foreign language proficiency and achievement*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Satıcı, S. A. (2016). Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: the mediating role of hope. *Personality And Individual Differences*, 102: 68-73.
- Satıcı, B., Sarıcalı, M., Satıcı, S.A., ve Çapan-Eraslan, B. (2014). Social competence and psychological vulnerability as predictors of Facebook addiction. *Studia Psychologica* 56(4): 301-308.
- Sertbaş, K. (2014) A Research on the Learned Resourcefulness and Psychological Vulnerability Levels of the School of Physical Education and Sports Students. *International Online Journal of Educational Sciences*, 6(2): 373-380.
- Sinclair, V.G., Wallston K. A. (1999). The development and validation of the psychological vulnerability scale. *Cognitive Therapy and Research*, 23 (2):119-129.
- Özkan, E. (2012). *İlköğretim 8. Sınıf Türkçe Ders Kitaplarında Öğrencilere Kazandırılması Hedeflenen Sözcüklerin Öğretimi ve İç Sözlük İlişkisi (Mersin İli Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Özkan, E., Kınay, İ. (2015). Öğretmen adaylarının konuşma kaygılarının incelenmesi (Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi örneği). *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (Teke) Dergisi*, 4(3): 1290-1301.
- Tavşancıl, E. (2014). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Thoits, P.A. (1982). Conceptual, methodological, and theoretical problems in studying social support as a buffer against life stress. *Journal of Health and Social behavior*, 145-159.
- Vardar, B. (2002). *Açıklamalı Dilbilim Terimleri Sözlüğü*, 2. Baskı. İstanbul. Multilingual Yayınları.
- Yaman, H., Suroğlu-Sofu, M. (2013). Öğretmen adaylarına yönelik konuşma kaygısı ölçeğinin geliştirilmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 17(3): 41-50.