

Tenis Performansına Duygusal Durumun Etkisi: Performans ile Duygu Durumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

The Impact of Emotional State on Tennis Performance: An Examination of the Relationship Between Performance and Emotional State

Muhammet Kefeli¹, Ramazan Ceylan^{2*}

*Correspondence:
Ramazan CEYLAN
rceylan@bayburt.edu.tr

¹Bayburt University, Bayburt,
Türkiye, 61.m.kefeli@gmail.com
Orcid: 0000-0002-6949-602X

²Bayburt University, Bayburt,
Türkiye, rceylan@bayburt.edu.tr
Orcid: 0000-0003-0123-0783



<https://doi.org/10.5281/zenodo.17672490>

Received / Gönderim: 28.04.2025

Accepted / Kabul: 25.06.2025

Published / Yayın: 30.06.2025

Volume 2, Issue 2, June, 2025

Cilt 2, Sayı 2, Haziran, 2025

Abstract

This study aimed to investigate the relationships between tennis players' affective states and their performance in tennis. A total of 41 athletes (24 males and 17 females), all aged 13 years or older and with a minimum of five years of tennis experience in clubs affiliated with the Turkish Tennis Federation, voluntarily participated in the research. Data were collected using a "Personal Information Form," the "State and Trait Optimal Performance Affect Scale" developed by Jackson and Eklund, and performance records obtained from the Turkish Tennis Federation's i-Kort system. For data analysis, independent samples t-tests and Pearson correlation analyses were conducted to investigate differences and relationships among variables. The normality of the data was assessed using the Shapiro-Wilk test, the Kolmogorov-Smirnov test, and Q-Q plot evaluations. According to the findings, no significant difference was observed between tennis performance and affective states based on gender ($p>0.05$). Among female players, no significant association was found between performance and affective state ($p>0.05$), whereas male players demonstrated a positive and moderate relationship between tennis performance and affective state ($p<0.001$). When all athletes were analysed collectively, a mild and positive relationship between tennis performance and optimal performance effect was identified ($p<0.001$).

Keywords Tennis performance, Emotional state, Optimal performance, Sport psychology, Correlation analysis

Öz

Bu araştırmanın amacı, tenisçilerin duygu durumları ile tenis performansları arasındaki ilişkileri incelemektir. Çalışmaya, Türkiye Tenis Federasyonu'na bağlı kulüplerde en az beş yıldır tenis oynayan, 13 yaş ve üzerindeki 24'ü erkek, 17'si kadın olmak üzere toplam 41 tenisçi gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi Formu", Jackson ve Eklund tarafından geliştirilen "Durumluk ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği" ile Türkiye Tenis Federasyonu'nun i-Kort sistemi kullanılmıştır. Verilerin analizinde, değişkenler arasındaki farkları ve ilişkileri incelemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi ve Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Değişkenlerin normalliği Shapiro-Wilk testi, Kolmogorov-Smirnov testi ve Q-Q plot grafikleri ile değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda, tenisçilerin tenis performansları ile duygusal durumları arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). Kadın tenisçilerde performans ile duygu durumu arasında anlamlı bir ilişki saptanmamış ($p>0,05$), erkek tenisçilerde ise tenis performansı ile duygu durumu arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişki belirlenmiştir ($p<0,001$). Tüm tenisçiler bir arada değerlendirildiğinde, tenis performansı ile performans duygu durumu arasında orta düzeyde, pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($p<0,001$).

Anahtar Kelimeler Tenis performansı, Duygu durumu, Optimal performans, Spor psikolojisi

<https://www.ijoss.org/Archive/issue2-volume2/ijoss-Volume2-issue2-20.pdf>

Giriş

Duygu durumları, yaşamımıza anlam katan ve insan performansını doğrudan etkileyen önemli unsurlardır (Eccles vd., 2011, s.180). Evrimsel açıdan bakıldığında duygular, hem hayatta kalma hem de performansı sürdürme açısından kritik bir role sahiptir.

Spor, hem katılımcılar hem de seyirciler için güçlü duygusal tepkilerin ortaya çıktığı bir alan olarak dikkat çeker. Takımların ve taraftarların yarışma sırasındaki coşku veya umutsuzluk halleri buna örnek gösterilebilir. Literatürde duygu ve ruh hali; tepkinin yoğunluğu, süresi ve ortaya çıkış nedenlerinin özgüllüğü açısından birbirinden ayrılmaktadır. Duygular daha kısa süreli ancak yoğun deneyimlerken, ruh hali daha düşük yoğunluğa sahiptir. Ayrıca duygular daha çok davranışsal sonuçlar doğururken, ruh hali bilişsel süreçleri etkilemektedir (Ekman & Davidson, 1994).

Sporcular, yüksek rakım, aşırı sıcak veya soğuk gibi zorlu çevresel koşullar altında zaman zaman optimum performans sergilemek durumunda kalırlar. Bu tür koşullar fiziksel olduğu kadar psikolojik stres de yaratabilmektedir (Bolmont, 2000). Duygu durumundaki değişimler, fizyolojik süreçlerden önce psikolojik işleyişi etkileyebilmekte (Kobrick & Johnson, 1991) ve bu nedenle psikolojik izlemenin stresin olumsuz etkilerini görünür hâle getirdiği belirtilmektedir. Bu bağlamda ruh hali tepkilerinin çevresel değişimleri yansıttığı (Bahrke & Shukitt-Hale, 1993) ve atletik performans üzerinde önemli etkileri bulunduğu ifade edilmektedir (Beedie, Terry & Lane, 2000).

Performans duygu durumunun ortaya çıkmasında fiziksel kondisyon önemli bir öncül olsa da tek başına yeterli değildir. Psikolojik faktörler de sporcunun performansını belirgin ölçüde şekillendirmektedir. Bu noktada dikkat ve kaygı, performansı etkileyen iki temel psikolojik süreç olup birbirleriyle etkileşim hâlinindedir.

Bu makale, optimum performans duygu durumunun tenis performansı üzerindeki etkilerini incelemektedir. Tenis sporcularının performansını artırabilmek adına duygu–performans ilişkisine odaklanılmıştır. Müsabakalarda yaşanan yüksek heyecan düzeyi, teknik becerileri olumsuz yönde etkileyerek performansın düşmesine yol açabilmektedir. Dolayısıyla duygusal durumun optimize edilmesi, tenisçilerin teknik ve taktik kapasitelerini en üst düzeyde kullanabilmelerine katkı sağlamaktadır.

Bu çerçevede araştırmanın amacı, tenisçilerde performans duygu durumlarının tenis performansı üzerindeki etkilerini incelemektir. Hipotezimiz, tenisçilerde optimal performans duygu durumlarının tenis performansını anlamlı düzeyde etkileyeceği yönündedir.

Materyal ve Yöntem

Araştırma Modeli

Araştırmada tarama modeli kullanıldı. Tarama modeli, içinde birkaç eleman bulunan bir evrende genel bir yargı oluşturmak için örneklem kullanılarak yapılan ayarlamalardır (Karasar, 2012). Tarama modeli, belirlenen gruptan alınan örneklerin verdiği cevaplardan elde edilen sayısal verilerdir (Cresswell, 2012).

Evren-Örneklem (Araştırma Grubu)

Araştırmaya Türkiye Tenis Federasyonu'na bağlı, en az 5 yıl tenis oynayan, 13 yaş ve üzeri 24 erkek, 17 kadın, 41 tenisçi katıldı. Bu çalışma, sporcuların gönüllü katılımı, velilerinin yazılı izinleri ve Helsinki Deklarasyonu kurallarına uygun şekilde gerçekleştirildi.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak için “Kişisel Bilgi Formu” ve “Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği” ile “Türkiye Tenis Federasyonu i-kort Sistemi” kullanıldı.

Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Ölçeği: Jackson ve Eklund (2004) tarafından geliştirilen "Durumluk ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum" ölçeği, fiziksel aktivite ve spor ortamında optimal performansı ölçmeyi amaçlar. Aşçı ve arkadaşları (2007) bu ölçeğin Türk sporcular için geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarını yapmıştır. Ölçek, turnuvadan önce uygulanmıştır.

Türkiye Tenis Federasyonu İ-Kort Sitemi

Sporcular 2022 sezonunun başında oynadıkları dört müsabakadan elde edilen veriler, Türkiye Tenis Federasyonu'nun i-kort sisteminden alındı. Tenis kurallarına göre kazanılan sayılar, oyunları, oyunlar setleri ve setler maçları kazanmayı sağlar. Ancak i-kort sisteminde sayılar kaydedilmediğinden, veriler bu sistem üzerinden Sporcuların net tenis performans puanı, kazanılan oyunlardan kaybedilen oyunların çıkarılması yoluyla hesaplanarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Toplanan veriler, SPSS 26 programında incelendi. Tanımlayıcı istatistikler yapıldı. T-testi ve Pearson korelasyonu ile değişkenler arasındaki farklar ve ilişkiler incelendi. Normallik Shapiro-Wilk, Kolmogorov-Smirnov ve Q-Q plot ile araştırıldı. İstatistiksel hesaplamalar için SPSS programı kullanıldı.

Bulgular

Toplanan verilerin analiz sonuçları tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik, Performans Duygu Durumları ve Maç Sonuçları Tanımlayıcı İstatistikler

	Erkek					Kadın				
	N	Ortal ama	Std. sapma	Mini mum	Maxi mum	N	Ortal ama	Std. sapma	Mini mum	Ma xim um
Yaş (yıl)	24	18,50	5,57	13,00	36,00	17	15,35	2,55	13,00	21,00
Duygu durumu	24	3,87	0,58	2,83	5,00	17	3,91	0,46	3,11	4,83
1. Maç	24	4,88	7,41	- 12,00	12,00	17	8,18	4,89	-9,00	12,00
2. Maç	24	6,25	6,22	- 11,00	12,00	17	5,76	6,18	- 11,00	12,00
3. Maç	24	2,58	7,24	- 12,00	12,00	17	3,00	5,68	- 11,00	10,00
4. Maç	24	-0,08	6,82	- 10,00	11,00	17	-2,06	7,48	- 11,00	9,00
Toplam performans puanı	24	13,63	16,68	- 39,00	37,00	17	14,88	16,93	- 36,00	41,00
1. Maç sonucu	24	1,71	0,69	0,00	2,00	17	1,88	0,49	0,00	2,00
2. Maç sonucu	24	1,75	0,61	0,00	2,00	17	1,76	0,66	0,00	2,00
3. Maç sonucu	24	1,38	0,92	0,00	2,00	17	1,59	0,71	0,00	2,00
4. Maç sonucu	24	1,08	0,93	0,00	2,00	17	0,71	0,99	0,00	2,00

Tablo 1’de, erkek ve kadın toplam 41 elit tenisçinin performans duygu durumu ölçeği ve maç sonuçları ile ilgili istatistikler sunulmuştur. Erkek sporcuların performans duygu durumu ortalamaları $3,87 \pm 0,58$ ’dir. En düşük skor 2,83, en yüksek skor ise 5’tir. Oynanan

maçlarda elde edilen puanlar: 1. maç ortalaması $4,88 \pm 7,41$, 2. maç $6,25 \pm 6,22$, 3. maç $2,58 \pm 7,24$, 4. maç $-0,08 \pm 6,82$ olduğu ve toplam tenis performans puanı ortalamasının ise $13,61 \pm 16,68$ olduğu tespit edildi. Kadın sporcuların performans duygu durumu ortalamaları $3,91 \pm 0,46$ bulunurken, skorlar en düşük 3,11, en yüksek 4,83 olarak tespit edildi. Oynanan maçların puan ortalamaları, 1. maç $8,18 \pm 4,89$, 2. maç $5,76 \pm 6,18$, 3. maç $3,00 \pm 5,68$, 4. maç $-2,06 \pm 7,48$ olarak bulundu. Toplam tenis performans puanı ortalamasının ise $14,88 \pm 16,93$ olduğu tespit edildi.

Tablo 2. Katılımcıların Performans Duygu Durumları İle Müsabaka Performanslarına İlişkin Korelasyon Analizleri

Müسابaka performans puanları ortalaması		
Duygu durumu	Erkek	n
		24
		r
	Kadın	,663**
		p
		0,00
	Kadın	n
		17
		r
	Kadın	-0,01
		p
		0,96

Tablo 2 incelendiğinde erkek tenisçilerde tenis performansı ile performans duygu durumu arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edildi ($p < 0,05$). Kadınların tenis performansı ile performans duygu durumları arasında anlamlı fark olmadığı tespit edildi ($p > 0,05$).

Tablo 3. Katılımcıların Tenis Performansları ile Performans Duygu Durumuna İlişkin Korelasyon Analizleri

Ortalama duygu durumu		
Toplam tenis performans puanı	n	41
	r	0,564**
	p	0,000

Tablo 3’de katılımcıların tenis performansı ile duygu durumları arasında pozitif ve orta düzeyde ilişki olduğu tespit edildi ($p < 0,05$).

Tablo 4. Katılımcıların Performans Duygu Durumları ve Müsabaka Sonuçlarına İlişkin t-testi Analizleri

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Duygu durumu	Erkek	24	3,87	0,58	,243	0,805
	Kadın	17	3,91	0,46		
1. Maç puanı	Erkek	24	4,88	7,41	-1,604	0,094
	Kadın	17	8,18	4,89		
2. Maç puanı	Erkek	24	6,25	6,22	,247	0,806
	Kadın	17	5,76	6,18		
3. Maç puanı	Erkek	24	2,58	7,24	-,198	0,844
	Kadın	17	3,00	5,68		
4. Maç puanı	Erkek	24	-0,08	6,82	,878	0,385
	Kadın	17	-2,06	7,48		
Toplam tenis performans puanı	Erkek	24	13,63	16,68	-,236	0,815
	Kadın	17	14,88	16,93		

Tablo 4’e göre, 24 erkek ve 17 kadın elit tenisçi üzerinde yapılan çalışmada, cinsiyetler arasında performans duygu durumunda anlamlı fark olmadığı tespit edildi ($p = 0,80$). Kız

ve erkeklerin tenis maçlarındaki puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır. 1. maç ($p=0,09$), 2. maç ($p=0,81$), 3. maç ($p=0,84$), 4. maç ($p=0,39$) ve toplam tenis performans puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edildi ($p=0,81$).

Tartışma ve Sonuç

Sporcuların performansını inceleyen çalışmalarda, kaygı ve stres gibi olumsuz psikolojik durumların daha fazla önemsendiği görülmektedir. Oysa optimal psikolojik durumların sporcu performansına etkisini anlamak, etkili zihinsel antrenman programlarının geliştirilmesine katkı sağlayabilir. Moneta ve Csikszentmihalyi (1996), duygu deneyimini inceleyerek “zorluklar ile beceriler arasındaki dengenin bazı durumlarda olumlu etkiler yaratırken, bazılarında az ya da hiçbir etki göstermediğini” belirtmektedir. Bu ifadeyle yarışmanın zorlukları ile sporcunun beceri düzeyinin deneyim kalitesini birlikte belirlediği vurgulanmaktadır. Müsabaka öncesindeki veya esnasındaki meydan okuma ile beceri düzeyi, bireysel özelliklere (örneğin deneyim) ve durumsal faktörlere (örneğin zorlu rakip) bağlı olarak değişkenlik gösterebilir.

Stein ve meslektaşları (2012), rekabetçi ortamlarda bireylerin algıladıkları beceri düzeyinin deneyim kalitesiyle pozitif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Öğrenme ortamlarında ise hem algılanan becerilerin hem de algılanan zorlukların deneyim kalitesiyle ilişkili olduğu ifade edilmiştir.

Bu çalışmada elde edilen bulgular, tablo 2’de erkek tenisçilerin tenis performansı ile duygusal durumları arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişki olduğunu göstermektedir ($p<0,001$). Bu doğrultuda olumlu duygusal durumların tenis performansını etkilediği söylenebilir. Buna karşılık kadın tenisçilerin performansları ile duygusal durumları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($p>0,05$). Bu sonuçlar, kadın ve erkek sporcuların benzer duygusal durumlar altında farklı performans seviyeleri sergileyebildiğini göstermektedir. Yıldız ve diğ. (2015) tarafından yapılan çalışmada, optimal performans duygu durumunun cinsiyetler arasında farklılık gösterdiğinin bildirilmesi, araştırma bulgularımızı desteklemektedir.

Buna karşın farklı çalışmalarda 10–12 yaş aralığındaki tenisçilerin cinsiyet ve antrenman süresine göre optimal performans duygu durumu puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmadığı; ayrıca 12–16 yaş aralığındaki sporcularda da cinsiyete göre anlamlı bir ilişki olmadığı belirtilmiştir (Yanar ve diğ., 2017; Mucia ve diğ., 2008). Bir başka çalışmada da tenis performansı ve duygu durumu arasında cinsiyetler açısından farklılık olmadığı ifade edilmiştir. Yanar ve diğerleri (2017), duygusal durumlar ile başarı motivasyonunun sportif deneyim yılı ve cinsiyete göre değişmediğini bildirmiştir. Bu bulgular, mevcut çalışmanın sonuçlarıyla kısmen uyumludur.

Tablo 3’e göre tüm sporcularda tenis performansı ile duygusal durum arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,001$). Beş yıldan uzun süredir egzersiz yapan sporcuların duygusal durum puanlarının daha yüksek olması, deneyim ve beceri seviyeleriyle ilişkilendirilebilir (Ersöz, 2011). Bu bulgular araştırma sonuçlarımızı destekleyicidir.

Tenis bireysel bir spor dalıdır; sporcu sahada tek başına mücadele eder ve karşılaştığı zorlukları kendisi yönetmek durumundadır. Optimal performansa ulaşmak, sporcunun yüksek düzeyde mücadele gücü ve kontrol becerisi gerektirir (Moneta, 2004). Tenis branşı üst düzey fiziksel ve teknik kabiliyet gerektirir ve bu beceriler performansın artmasına katkıda bulunur. Jackson ve diğ. (1998), sportif beceri düzeyi yüksek sporcuların duygusal durum puanlarının da yüksek olduğunu belirtmiştir. Jackson ve Roberts (1992) ise algılanan spor yeteneğinin duygu durumuyla ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar çalışmamızla paralellik göstermektedir. Ayrıca Catley ve Duda

(1997), golf sporcularında optimal performansın beceri ile pozitif ilişkili olduğunu rapor etmiştir.

Bu çalışmada görev zorluğu, açık hedefler, belirli geribildirim ve kendilik farkındalığı gibi alt boyutlar elde edilen bulgularla örtüşmektedir. Duygusal uyarılma–performans ilişkisi spor psikolojisi açısından önemli bir alandır. Sporcular günlük antrenman ve müsabakalarda yüksek baskı altında çalıştıkları için duygu–performans ilişkisinin spor alanında incelenmesi oldukça anlamlıdır. Sonuç olarak duygular, en üst performansa ulaşmak isteyen tüm sporcular için kritik bir faktördür.

Bu çalışmada sporcuların duygu durumlarındaki değişimlerin performans üzerindeki etkileri incelenmiştir. Tenisçilerin duygusal durumlarının performans ile ilişkisi değerlendirildiğinde, cinsiyete göre genel anlamda farklılık olmadığı; ancak erkek sporcularda pozitif bir ilişki bulunduğu, kadınlarda ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmadığı belirlenmiştir. Genel olarak tenis performansı ile duygu durumları arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tenis fiziksel açıdan zorlayıcı ve karmaşık bir spordur; kuvvet, hız, çeviklik, koordinasyon, denge ve esneklik gibi pek çok fiziksel parametre gerektirir. Bu parametrelerin tenis performansını artırdığı pek çok çalışmada gösterilmiştir (Yüksek vd., 2020; Ölmez vd., 2022). Bununla birlikte başarı için yalnızca fiziksel performans yeterli değildir; psikolojik durumlar da önemli bir belirleyicidir. Bu doğrultuda duygu durumlarının tenis müsabakalarında kazanmayı destekleyebileceği söylenebilir. Araştırma bulgularının, tenis sporcularının antrenman programlarının hem fiziksel hem de psikolojik yönden zenginleştirilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Sürekli performans duygu durumu olumlu olan sporcuların daha yüksek tenis performansı sergileme olasılığı da göz önünde bulundurulmalıdır.

Araştırma sonuçları doğrultusunda, daha geniş örneklem gruplarıyla çalışmalar yürütülmesi önerilebilir. Sürekli optimal performans ölçeği turnuva öncesi ve sonrası uygulanabilir. Ayrıca çalışmanın, ATP, WTA, ITF, Challenger ve Tennis Europe turnuvalarında düzenli olarak yer alan Türk veya yabancı sporcular üzerinde yürütülmesi, daha güçlü ve genellenebilir sonuçlar elde edilmesine katkı sağlayacaktır.

Kısaltmalar / Abbreviations

cm	Santimetre
m	Metre
n	Örneklem Sayısı
p	Anlamlılık
sn	Saniye
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
ss	Standart Sapma
t	Tepe Değer
FINA	Uluslararası Yüzme Federasyonu

Beyanlar / Declarations

Etik Onay ve Katılım Onayı / Ethics approval and consent to participate

Bu çalışmanın hazırlanma ve yazım sürecinde “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş olup; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazara aittir.

During the preparation and writing of this study, the principles of scientific integrity, ethics, and citation, as stipulated in the “Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive,” were fully observed; no falsification was made on the collected data, and this study has not been submitted to any other academic publication platform for evaluation. The author bears full responsibility for any potential violations regarding the article.

Veri ve Materyal Erişilebilirliği / Availability of data and material

Bu çalışmanın bulgularını destekleyen veriler, makul talepler üzerine sorumlu yazardan temin edilebilir. Veri seti yalnızca akademik amaçlar için erişilebilir olacak ve verilerin herhangi bir kullanımı, orijinal çalışmayı referans gösterecek ve katılımcıların gizliliğini koruyacaktır.

The data that support the findings of this study are available from the corresponding author upon reasonable request. The dataset will be accessible only for academic purposes, and any use of the data will recognize the original study and maintain the confidentiality of the participants.

Çıkar Çatışması / Competing interests

Yazarlar, bu makalede sunulan çalışmayı etkileyebilecek herhangi bir çıkar çatışması veya kişisel ilişkiye sahip olmadıklarını beyan etmektedirler.

The authors declare that they have no known competing financial interests or personal relationships that could have appeared to influence the work reported in this paper.

Yazar Katkıları / Authors' Contribution Statement

Tüm yazarlar makalede eşit düzeyde katkı sağlamıştır.

Fon Desteği / Funding

Yazarlar, bu makalede sunulan çalışmayı etkileyebilecek herhangi bir çıkar çatışması veya kişisel ilişkiye sahip olmadıklarını beyan etmektedirler.

The authors declare that they have no known competing financial interests or personal relationships that could have appeared to influence the work reported in this paper.

Teşekkür / Acknowledgements

Bu makale, tez numarası 775048 olan, Muhammet Kefeli tarafından hazırlanan ve Dr. Öğr. Üyesi Ramazan Ceylan danışmanlığında 2022 yılında sunulan "Tenisçilerin Optimal Performans Duygu Durumları ile Tenis Performansları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

This article is derived from the master's thesis (Thesis No: 775048) titled "Examination of the Relationship Between the Optimal Performance Emotions of Tennis Players and Their Tennis Performances," submitted by Muhammet Kefeli under the supervision of Dr. Lecturer Ramazan Ceylan in 2022.

APA 7 Citation

Kefeli, M. & Ceylan, R. (2025). The Impact of Emotional State on Tennis Performance: An Examination of the Relationship Between Performance and Emotional State. *International Journal of Health, Exercise, and Sport Sciences (IJOSS)*, 2(2), 213-220.

<https://www.ijoss.org/Archive/issue2-volume2/ijoss-Volume2-issue2-20.pdf>

References / Kaynaklar

- Aşçı, F. H., Çağlar, E., Eklund, R. C., Altıntaş, A., & Jackson, S. (2007). Durumluk Ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçekleri'nin Uyarlama Çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 182-196.
- Bahrke, M. S., & Shukitt-Hale, B. (1993). Effects of altitude on mood, behaviour and cognitive functioning. *Sports medicine*, 16(2), 97-125.
- Beedie, C.J., Terry, P.C. and Lane, A.M. (2000). The Profile of Mood States and athletic performance: Two meta-analyses. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 49-68.
- Bolmont, B., Thullier, F. and Abiraini, J.H. (2000). Relationships between mood states and performances in reaction time, psychomotor ability and mental efficiency during a 31-day gradual decompression in a hypobaric chamber from sea level to 8848 m equivalent altitude. *Physiology and Behavior*, 71, 469-476.
- Catley, D., & Duda, J. L. (1997). Psychological antecedents of the frequency and intensity of flow in golfers. *International Journal of Sport Psychology*, 28(4), 309-322.
- Cresswell, J. W. (2012). Educational research: planning, conducting and evaluating qualitative and quantitative research (4th ed.). Boston: Pearson Education Inc, 376
- Eccles, D. W., Ward, P., Woodman, T., Janelle, C. M., Le Scanff, C., Ehrlinger, J., ... & Coombes, S. A. (2011). Where's the emotion? How sport psychology can inform research on emotion in human factors. *Human factors*, 53(2), 180-202.
- Ekman, P. E., & Davidson, R. J. (1994). The nature of emotion: Fundamental questions. Oxford University Press, 1
- Ersöz, G. Egzersize Katılım Güdüsü, Sürekli Optimal Performans Duygu Durumu Ve Sosyal Fizik Kaygı Düzeyinin Egzersiz Davranış Basamağına ve Fiziksel Aktivite Düzeyine Göre İrdelenmesi. Doktora Tezi. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko Sosyal Alanlar Ana Bilim Dalı, İzmir, 2011
- Jackson, S. A., & Eklund, R. C. (2004). The flow scales manual. Fitness Information Technology. Morgantown, WV: Publishers Graphics.

- Jackson, S. A., & Roberts, G. C. (1992). Positive performance states of athletes: Toward a conceptual understanding of peak performance. *The sport psychologist*, 6(2), 156-171.
- Jackson, S. A., Ford, S. K., Kimiecik, J. C., & Marsh, H. W. (1998). Psychological correlates of flow in sport. *Journal of Sport and exercise Psychology*, 20(4), 358-378.
- Karasar, N. (2012). Bilimsel Araştırma Yöntemi (23. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, s. 77.
- Kobrick, J.L. and Johnson, R.F. (1991). Effects of hot and cold environments on military performance. In *Handbook of Military Psychology* (R. Gal and A.D. Mangelsdorff), pp. 215-232. New York: John Wiley and Sons.
- Moneta GB. (2004a). The flow experience across cultures. *Journal of Happiness Studies*, 5, 2, 115-121.
- Mucia ve diğ. (2008). Murcia, J. A. M., Gimeno, E. C., & Coll, D. G. C. (2008). Relationships among goal orientations, motivational climate and flow in adolescent athletes: Differences by gender. *The Spanish journal of psychology*, 11(1), 181-191. Doi: 10.1017/s1138741600004224
- Ölmez, C., Şar, H., & Yüksek, S. (2022). Biyomotor Kazanımda Tenis Temalı Fitness Antrenmanlarının Önemi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(3), 1167-1175.
- Stein, J., Bloom, G. A., & Sabiston, C. M. (2012). Influence of perceived and preferred coach feedback on youth athletes' perceptions of team motivational climate. *Psychology of sport and exercise*, 13(4), 484-490.
- Yanar ve diğ. (2017) Tenisçilerde Başarı Motivasyonu ile Optimal Performans Duygu Durumu İlişkisinin İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 1 (1) , 69-75.
- Yıldız, A. B., Gülşen, D. B. A., & Yılmaz, B. (2015). Sporcuların Optimal Performans Duygu Durumunun Yaşam Tatminleri Üzerindeki Etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(9), 55-64.
- Yüksek, S., Şar, H., Ayan, V., Ölmez, C., & Gür, F. (2020). Tenis temalı fitness egzersizlerinin orta yaş sedanter bireylerin motor becerilerine etkisi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 1-12.

Publishers' Note

IJOSS remains neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations.