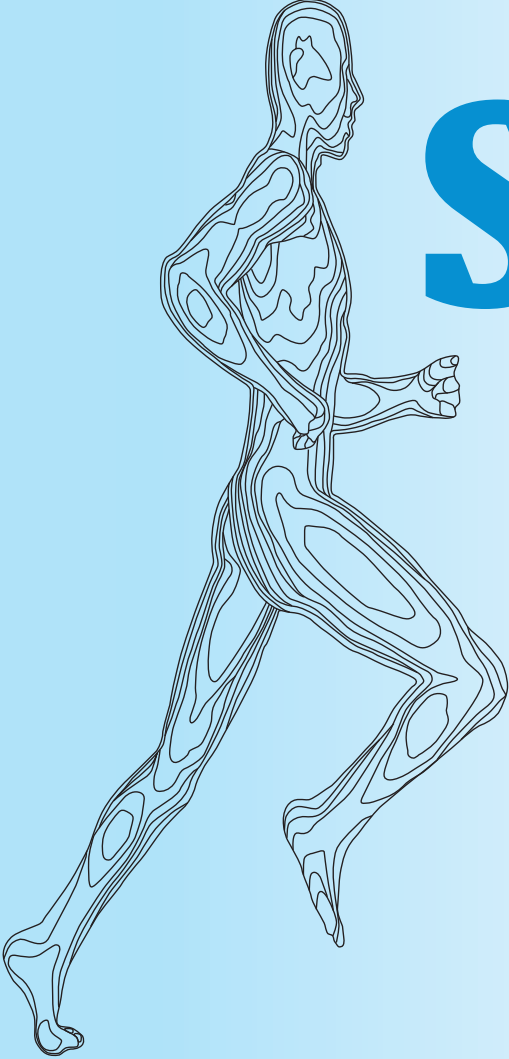


ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ  
YAŞAR DOĞU BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU

ISSN NO: 1309-5110 / Online ISSN NO:1309-8543



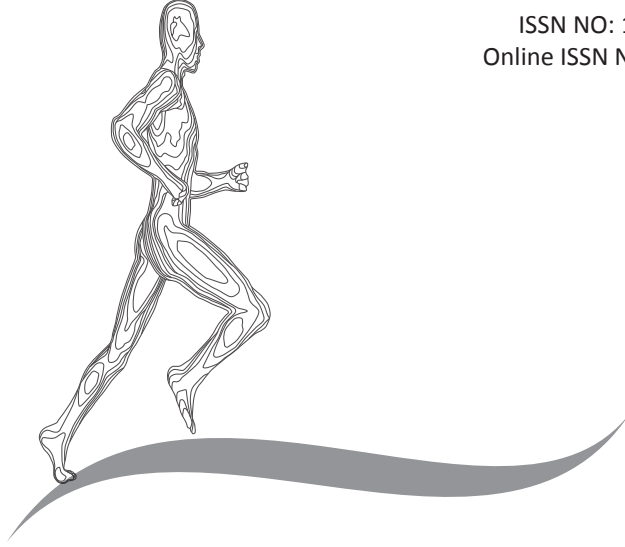
**Spor** ve  
**Performans**  
**Araştırmaları Dergisi**  
**Journal of Sports and**  
**Performance Researches**



Cilt / Vol : 3    Sayı / No :2    Yıl / Year : 2012

ONDOKUZ MAYIS UNIVERSITY  
YASAR DOGU SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS  
<http://spd.omu.edu.tr>

ISSN NO: 1309-5110  
Online ISSN NO:1309-8543



# **Spor** ve **Performans** **Araştırmaları Dergisi**

**Journal of Sports and  
Performance Researches**

**Cilt / Vol : 3 Sayı / No : 2**

**TEMMUZ - JULY / 2012**

**ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ  
YAŞAR DOĞU BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU  
SAMSUN / 2012**

**ONDOKUZ MAYIS UNIVERSITY  
YASAR DOGU SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS**

**Spor ve Performans  
Araştırmaları Dergisi**



**Journal of Sports and  
Performance Researches**

Sahibi / Owner

**Dr. Hüseyin AKAN**

Ondokuz Mayıs Üniversitesi Rektörü

Genel Yayın Yönetmeni / Editor-in Chief

**Dr. Osman İMAMOĞLU**

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürü

Editör / Editor

**Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL**

Editör Yardımcısı / Associate Editor

**Dr. Özgür BOSTANCI**

**Dr. Musa ÇON**

Yayın Kurulu / Editorial Board

**Dr. Osman İMAMOĞLU**

**Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU**

**Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL**

**Dr. Mürsel AKDENK**

**Dr. Erkut TUTKUN**

**Dr. Mehmet TÜRKMEN**

**Dr. Menderes KABADAYI**

**Dr. Özgür BOSTANCI**

**Dr. Tülin ATAN**

**Dr. Murat ELİÖZ**

**Dr. Musa ÇON**

Yazışma Adresi / Correspondence Address

Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Kurupelit Kampüsü - 55139 - Atakum / SAMSUN

ISSN NO: 1309-5110 / Online ISSN NO:1309-8543

Tel: +90362 312 19 19 - 3879 - 2742- 3622 Fax: +90362 457 69 24

spd@omu.edu.tr

Danışma ve Hakem Kurulu / Scientific Advisory Board

Dr. A. Ahmet DOĞAN	Dr. Mehmet YORULMAZLAR
Dr. A. Faik İMAMOĞLU	Dr. Menderes KABADAYI
Dr. Abdullah ÇANIKLI	Dr. Metin KAYA
Dr. Ahmet SANIOĞLU	Dr. Murat ELİÖZ
Dr. Ali KIZILET	Dr. Murat GÖKALP
Dr. Ali TEKİN	Dr. Murat KALDIRIMCI
Dr. Aslan KALKAVAN	Dr. Musa ÇON
Dr. Berna Mete ERGİN	Dr. Mürsel AKDENK
Dr. Bilal ÇOBAN	Dr. Necati CERRAHOĞLU
Dr. Birol ÇOTUK	Dr. Nurtekin ERKMEN
Dr. Cengiz ARSLAN	Dr. Osman İMAMOĞLU
Dr. E.Ahmet TERZİOĞLU	Dr. Ömer ŞENEL
Dr. Emin KURU	Dr. Önder DAĞLIOĞLU
Dr. Erdal ZORBA	Dr. Özgür BOSTANCI
Dr. Erdoğan TOZOĞLU	Dr. Recep KÜRKÇÜ
Dr. Erkut TUTKUN	Dr. Reşat KARTAL
Dr. Ertan KILCIGİL	Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU
Dr. Fatih HAZAR	Dr. Semih YILMAZ
Dr. Fatih KARAHÜSEYİNOĞLU	Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU
Dr. Fatih KILINÇ	Dr. Sinan BOZKURT
Dr. Fehmi TUNCEL	Dr. Soner ÇANKAYA
Dr. Fikret SOYER	Dr. Suat KARAKÜÇÜK
Dr. Gazanfer DOĞU	Dr. Tamer SÖKMEN
Dr. Güner EKENCİ	Dr. Tayfun AMMAN
Dr. H. Nedim ÇETİN	Dr. Turgut KAPLAN
Dr. Halil TAŞKIN	Dr. Tülin ATAN
Dr. Hasan KASAP	Dr. Vedat ÇINAR
Dr. Hülya AŞÇI	Dr. Velittin BALCI
Dr. İbrahim YILDIRAN	Dr. Veysel KÜÇÜK
Dr. Kadir GÖKDEMİR	Dr. Yakup Akif AFYON
Dr. Metin V. SAYIN	Dr. Yalçın KAYA
Dr. M.Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL	Dr. Yavuz Selim AĞAOĞLU
Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL	Dr. Yücel OCAK
Dr. Mehmet GÜNAY	Dr. Zahit SERASLAN
Dr. Mehmet KILIÇ	Dr. Zekai PEHLİVAN
Dr. Mehmet TÜRKMEN	

İngilizce Dil Editörü / English Language Editor

**Aydan ERMIŞ**

İstatistik Danışmanlar / Statistic Advisors

**Dr. Yüksel BEK**

**Dr. Soner ÇANKAYA**

Sekreteryaya / Secretariat

**Hamza KÜÇÜK**

Grafik / Graphic

**Hamdi TANRIKULU**

Baskı / Print

Güven Ofset Matbaacılık

Saitbey Mah. Çukurçeşme Sk. No:12 SAMSUN

Tel: 0362 431 01 71 Fax: 0362 420 00 00

Baskı Tarihi: 29.06.2012

# İçindekiler / Contents

Burçin ÖLÇÜCÜ Güven ERDİL Özgür BOSTANCI Abdullah CANIKLI Aycen AYBEK	ÜNİVERSİTELER ARASI TENİS MÜSABAKALARINA KATILAN SPORCULARIN TENİSE BAŞLAMA NEDENLERİ VE BEKLENTİLERİ  THE REASONS OF ATHLETES WHO PARTICIPATE IN INTERCOLLEGIATE TENNIS COMPETITIONS FOR TAKING UP TENNIS AND THEIR EXPECTATIONS	5 - 12
Ünsal TAZEGÜL	BİREYSEL SPORCULARIN STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARININ KARŞILAŞTIRILMASI  COMPARISON OF THE STYLES OF COPING WITH STRESS OF INDIVIDUAL ATHLETES	13 -22
Egemen ERMIŞ Osman İMAMOĞLU Necati Alp ERİLLİ	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BEDENSEL VE SOSYAL ÇOKLU ZEKA PUANLARINDA SPORUN ETKİSİ  THE EFFECT OF SPORTS ON THE BODILY-KINESTHETICS AND INTERPERSONAL MULTIPLE INTELLIGENCES SCORES OF UNIVERSITY STUDENTS	23 - 29
Mehmet KARGÜN Faruk ALBAY Abdullah CENIKLI Mehmet GÜLLÜ	TÜRK FUTBOL HAKEMLERİNİN İŞ DOYUMU VE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ  INVESTIGATION OF WORK SATISFACTION AND FATIGUE LEVELS OF TURKISH FOOTBALL REFEREES	30 - 38
Ebru Olcay KARABULUT Hakkı ULUCAN	BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ ADAYLARININ BİLİMSEL EPİSTEMOLOJİK İNANÇLARININ FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ  THE EXAMINATION OF PHYSICAL EDUCATION TEACHER CANDIDATES' SCIENTIFIC EPISTEMOLOGICAL BELIEFS IN TERMS OF DIFFERENT VARIABLES	39 - 44
Atalay GACAR Nida YANLIÇ	13 - 17 YAŞ ERGEN HENTBOLCULARIN BENLİK SAYGISI DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ  EXAMINATION OF SELF RESPECT LEVELS OF ADOLESCENT HANDBALL PLAYERS AGED 13-17 IN TERMS OF CERTAIN VARIABLES	45 - 50

## ÜNİVERSİTELER ARASI TENİS MÜSABAKALARINA KATILAN SPORCULARIN TENİSE BAŞLAMA NEDENLERİ VE BEKLENTİLERİ

Burçin ÖLÇÜCÜ<sup>1</sup> Güven ERDİL<sup>2</sup> Özgür BOSTANCI<sup>3</sup> Abdullah CANIKLI<sup>1</sup> Aycen AYBEK<sup>1</sup>

### ÖZET

Bu çalışma, tenis sporu ile uğraşan ve profesyonel anlamda ilerlemek için çalışan üniversite sporcularının tenis sporuna başlama nedenlerini ve bu spor dalından beklentilerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya 2010-2011 Türkiye üniversiteler arası tenis turnuvasında yer alan toplam 150 öğrenci sporcu (82 erkek ve 68 kadın) katılmıştır. Çalışmada kullanılan verilerin frekans yüzde ve aritmetik ortalama dağılımları belirlenmiştir. Anketlerden elde edilen verilerin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı = 0.89 olarak bulunmuştur. Beşli Likert dereceleme ölçeğindeki aralıklar,  $4/5=0,80$  formülüyle belirlenmiştir. Araştırma sonucuna göre sporcuların tenis sporuna yönelmelerinin en önemli nedenler sıralamasında önceliği "aile" (% 31,9) almakta ve bunu "dünyaca ünlü bir sporcu olma" (% 27,2) ve "milli takımda oynama" (% 26,5) isteği ile "çok beğendikleri sporcuların etkisi" (% 25,2) takip etmektedir. Diğer yandan sporcuların tenis sporu ile profesyonel olarak uğraşma nedenlerine bakıldığında, "tenis sporunu sevmek" (% 44,4), "başarı kazanmaktan zevk duyma" (% 35,8), "spor yaparak sağlıklı olma" (% 33,8) ve "mutluluğu bu sporda yakalama" (% 33,8) seçeneklerinin ön plana çıktığı görülmektedir. Sporcuların tenis sporundan beklentilerine ilişkin görüşleri ise önem sırasına göre, "sağlıklı olma ve sağlığı koruma" (% 42,4), "iyi bir fiziki görünüme sahip olma" (% 33,1), "tenis sayesinde yurtdışı üniversitelerden eğitim bursu alma" (% 31,6) seçeneklerinde belirginleşmektedir. Bu çerçevede sporcuların tenis sporuna yönelmedeki tutumunu olumlu yönde geliştirmek için yeni yaklaşımlardan faydalanılan sporcuların beklentilerini tam olarak karşılayabilecek tarzda etkinlikler düzenlenmesi sağlanmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Tenis, performans tenisi, tenise başlama nedenleri, tenis sporundan beklentiler.

## THE REASONS OF ATHLETES WHO PARTICIPATE IN INTERCOLEGIATE TENNIS COMPETITIONS FOR TAKING UP TENNIS AND THEIR EXPECTATIONS

### ABSTRACT

The aim of this study is to specify why the athletes, who play tennis and try to progress as a professional athlete, start tennis and their expectations from this sport branch. 150 athletes (82 male-68 female) partaking at the 2010-2011 Turkey Intercollegiate Tennis Tournament took part in this study. The frequency percentage and arithmetic average distribution of the data were calculated. The internal consistency reliability coefficient was found to be =0.89. Intervals at the 5 point likert scale were determined with the formula of  $4/5=0.80$ . According to the result of the study, in the list of reasons for athletes tending to tennis sport, "family" (31.9 %) was found to be the most important reason followed by "the desire of being a universally famous athlete" (27.2 %), "the desire of being a player of national team" (%26.5), "the effect of athletes they like" (25.2 %).

<sup>1</sup>Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Tokat, B. ÖLÇÜCÜ "Yazışmadan sorumlu yazar" burcinolcucu@hotmail.com

<sup>2</sup>Marmara Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul

<sup>3</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Samsun

On the other hand, when the reasons for athletes in becoming a professional tennis player were examined, it was found out that "loving the sport of tennis" (44.4 %) was the most important reason, followed by "getting pleasure from success" (35.8 %) , "being healthy by doing sport" (33.8 %) and "finding happiness in this sport". As for the athletes' expectations from the sport of tennis, "being healthy and keeping health" (42.4 %) was the most important expectation followed by "having a good physical appearance "(33.1 %), getting a scholarship from foreign universities with the help of tennis "(31.6 %). Within this context, new approaches should be used in developing the athletes' attitudes about tennis positively and activities which can meet the athletes' expectations should be organized.

**Key Words:** Tennis, performance tennis, reasons for starting tennis, expectations from tennis.

## GİRİŞ

Günümüzde spor büyük bir toplumsal dinamik olarak çok sayıda insanın ilgisini çekmekte ve giderek daha organize hale gelmektedir [1]. Kuşkusuz bu süreci sporun yarışmaya dönük tarafı hızlandırmaktadır. Bütün spor dallarında olduğu gibi tenis sporu da sporcu açısından kazanmaya yönelik teknik, taktik ve fiziksel özellikler içeren ve yüksek efor gerektiren bir yapıya sahiptir. Özellikle tenisin yarışmaya dayalı estetik hareketleri bir bütün halinde içermesi, seyrini zevkli hale getirmekte ve onun popüler branşlar arasında yer almasını sağlamaktadır. Bu bağlamda günümüz tenis sporu milyonlarca kişinin izleyici ve katılımcı olarak içinde yer aldığı önemli bir kitle sporu haline gelmiştir. Öyle ki dünyanın çeşitli yerlerinde yapılmakta olan ve büyük ödüllerin dağıtıldığı organizasyonlar, hem o ülkelere çok büyük bir tanıtım ve turizm potansiyeli sağlamakta hem de profesyonel sporcuların kendilerini kanıtlamalarına olanak vermektedir.

Tenis bütün yaşlardaki bireylerin sağlığına faydalı olan bir spor olmakla beraber tenise düzenli katılım kaygıyı yönetmeyi, hatta stresle başa çıkabilmeyi, koordinasyonu, kemik sağlığını, kardiovasküler ve metabolik gelişimi, duygusal, sosyal, fiziksel ve zihinsel gelişimi sağlamaktadır [2,3].

Gerçekte tenis diğer spor dallarından daha fazla uğraşı, çalışmayı ve eğitimi gerektiren bir spor dalıdır. Bu sporu yakından tanıyanlar eşit kuvvetler arasında yapılan beş setlik bir tenis müsabakasının, beş bin metrelik bir koşudan, bir buçuk saatlik bir futbol maçından ve diğer birçok spor dalından daha çetin, beden ve dimağı daha çok yoran bir spor dalı olduğunu belirtmektedirler [4]. Dolayısıyla fiziksel performansın geliştirilmesinde tenisin çok ciddi katkıları vardır. Bu sebeple Türkiye'yi geleceğe taşıyacak kadroların yetiştirildiği kurumlar olarak üniversitelerde tenisin taban bulması ve kabul düzeyinin artması hem bireylerin sağlık ve verimlilik artışının hem de bu sporun yaygınlaşmasının bir göstergesi sayılabilir.

Bu öneme binaen eldeki çalışmanın amacı üniversite öğrenimini sürdüren gençlerin tenis sporuna yönelim nedenleri ile bu spordan beklentilerinin neler olduğunu ortaya koymak olarak belirlenmiştir.

## MATERYAL VE METOT

Araştırmaya 2010 - 2011 Türkiye üniversiteler arası tenis turnuvasında süper lig (37-%24,7), 1. Lig (66 - % 43,9) ve 2. Ligde (47 - % 31,4) yer alan toplam 150 sporcu (82 erkek %54,3 - 68 kadın % 45,7) katılmıştır. Verilerin elde edilmesinde sporcuların tenise başlama nedenleri ve beklentilerini değerlendirmeyi amaçlayan toplam 33 soruluk bir anket kullanılmıştır. Anket araştırmanın amacına uygun olarak düzenlenmiş ve veri toplama aracı olarak çalışma grubuna uygulanmıştır. Anketin iç

tutarlılık güvenilirlik sayısı = 0.89 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca söz konusu anket birçok çalışmada da kullanılmıştır [6,7,8,9].

Anket 3 bolumden oluşmaktadır;

- 1- Sporcuların tenise başlama nedenlerine ilişkin görüşleri
- 2- Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenlerine ilişkin görüşleri
- 3- Sporcuların tenis sporundan beklentilerine ilişkin görüşleri

Araştırma verilerinin istatistiksel değerlendirmesi SPSS 15.0 paket programında frekans, yüzde ve aritmetik ortalama dağılımları hesaplanarak yapılmıştır. Beşli Likert dereceleme ölçeğindeki yorumlarda aralıklar,  $4/5=0,80$  formülüyle belirlenmiştir. Buna göre; 1,00-1,80 (1-Hiç), 1,81-2,60 (2-Az), 2,61-3,40 (3-Orta), 3,41-4,20 (4-Fazla), 4,21-5,00 (5-ok Fazla) şeklinde puanlama yapılmıştır.

## BULGULAR

Sporcu anketlerinden toplanan bilgiler bu çalışmanın bulgularını oluşturmuştur.

**Tablo 1.** Araştırmaya katılan sporcuların demografik zellikleri

	SPORCU SAYISI	%
<b>YAŞ ARALIğI</b>		
17 – 21 Yaş Arası	72	47,9
22 – 25 Yaş Arası	77	51,5
26 – 30 Yaş Arası	1	0,06
<b>SPORCU KİLO ARALIKLARI</b>		
45 – 65 Kg Arası	64	42,7
66 – 85 Kg Arası	79	52,7
86 – 105 Kg Arası	7	4,6
<b>SPORCU BOY ARALIKLARI</b>		
1.55-1.65 cm Arası	26	17,4
1.66-1.75 cm Arası	69	45,9
1.76-1.85 cm Arası	55	36,7

**Tablo 2.** Sporcuların tenise başlama nedenlerine ilişkin görüşlerinin dağılımları

ANKET MADDELERİ	1(Hiç)	2(Az)	3(Orta)	4(Fazla)	5(okFazla)	Ortalama
Anne baba ve kardeşin spora başlamadaki etkisi	18 (%11,9)	23 (%15,2)	23 (%15,2)	39 (%25,8)	47 (%31,9)	2,64
Yaşadığınız çevrenin spora başlamadaki etkisi	19 (%12,6)	25 (%16)	38 (%25,8)	42 (%27,8)	26 (%17,8)	2,89
Arkadaş ve akran grubunun spora başlamadaki etkisi	41 (%27,2)	24 (%15,9)	39 (%25,8)	14 (%9,3)	32 (%21,8)	2,87
Beden eğitimi öğretmeninin spora başlamadaki etkisi	38 (%25,2)	32 (%21,8)	30 (%19,9)	19 (%12,6)	31 (%20,5)	2,83
Basın yayın organlarının spora başlamadaki etkisi	48 (%31,8)	32 (%21,2)	40 (%26,5)	19 (%12,6)	11 (%7,9)	2,42
Televizyon kanallarının spora başlamadaki etkisi	50 (%33,1)	40 (%26,5)	34 (%22,5)	17 (%11,3)	9 (%6,6)	2,34
Yakın çevredeki bir antrenörün spora başlamadaki etkisi	42 (%27,8)	33 (%21,9)	30 (%19,9)	18 (%12,5)	27 (%17,9)	2,64
Dünyaca nl bir sporcu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi	16 (%10,6)	19 (%12,6)	36 (%23,8)	38 (%25,8)	41 (%27,2)	2,56
Milli takım sporcusu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi	24 (%15,9)	33 (%21,9)	20 (13,8)	33 (%21,9)	40 (%26,5)	2,72
Çok beğendiği bir sporcunun spora başlamadaki etkisi	38 (%25,2)	24 (%15,9)	19 (%13,2)	31 (%20,5)	38 (%25,2)	2,65



Çalışmaya katılan sporcuların tenise başlama nedenlerine ilişkin görüşlerinin dağılımları incelendiğinde; “Anne, Baba ve kardeşin” spora yönelimde katılımcılar tarafından en fazla tercih edilen (% 31,9) seçenek olduğu görülmektedir. Yığılımın fazla olduğu diğer nedenler ise “Dünyaca ünlü bir sporcu olma” (% 27,2) ve “Milli takım sporcusu olma” (% 26) seçenekleridir. Bu üç tercihte sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması “orta” seçeneğine karşılık gelmektedir.

Diğer yandan örneklem grubu, “Basın yayın organları” (% 31,8) ile “Televizyon kanallarını” (% 33,1) tenise başlama nedenleri arasında hiç etkili görmemektedir. Bu iki unsurun genel ortalaması 2,42 ve 2,34 olarak hesaplanmıştır ki, bu yanıtların ortalaması “az” seçeneği ile örtüşmektedir

**Tablo 3.** Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenlerine ilişkin görüşlerinin dağılımları

ANKET MADDELERİ	1(Hiç)	2(Az)	3(Orta)	4(Fazla)	5(ÇokFazla)	Ortalama
Maddi geliri arttırmak	49(%32,5)	35(%23,8)	27(%17,9)	19(%12,6)	20(%13,2)	2,80
Tenis sporunu sevmek	7(%4,6)	11(%7,3)	30(%19,9)	35(%23,2)	67(%44,4)	3,96
Sporun olumlu katkılarından haberdar olmak	5(%3,9)	16(%10,6)	46(%30,5)	33(%21,9)	50(%33,1)	3,77
Spor yaparak boş zamanları olumlu değerlendirmek	6(%4,6)	19(%12,6)	41(%27,2)	32(%21,2)	52(%34,4)	3,68
Spor yaparak sağlıklı olmak	4(%2,6)	16(%10,9)	36(%23,8)	43(%28,9)	51(%33,8)	3,76
Sporcu olarak arkadaşlara tanınip sevilmek ve sayılmak	12(%7,9)	18(%11,9)	38(%25,2)	39(%25,8)	43(%28,5)	3,52
Başarı kazanmaktan zevk duymak	7(%4,9)	20(%13,2)	25(%16,6)	4(%29,5)	54(%35,8)	3,78
Yeni ülkeler görmek	23(%15,2)	26(%17,6)	29(%19,6)	36(%23,8)	36(%23,8)	3,14
Gerçek mutluluğu tenis sporunda bulmak	12(%7,9)	11(%7,7)	34(%22,8)	4(%27,8)	51(%33,8)	3,72

Araştırmanın bu bölümünde sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri araştırılmış ve ortaya çıkan sonuçlar tablo 3’de sunulmuştur. Buna göre “Tenis sporunu sevmek” katılımcıların %44,4’ü tarafından en çok tercih edilen seçenektir. Bunu “Başarı kazanmaktan zevk duymak (% 35,8)” ve “Spor yaparak boş zamanları olumlu değerlendirmek (% 34,4)” seçeneklerinin izlediği görülmektedir. Diğer taraftan “Maddi gelir arttırmak (% 32,5)” ve “Yeni ülkeler görmek (% 15,2)” seçeneklerinin ise en az etken olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 4-** Sporcuların tenis sporundan beklentilerine ilişkin görüşlerin dağılımları

ANKET MADDELERİ	1(Hiç)	2(Az)	3(Orta)	4(Fazla)	5(Çok Fazla)	ortalama
Sağlıklı olmak ve sağlığı korumak	4(%2,6)	13(%8,6)	26(%17,7)	43(%28,7)	64(%42,4)	4,00
İyi bir fiziki görünüme sahip olmak	4(%2,6)	13(%8,9)	43(%27,8)	41(%27,6)	50(%33,1)	3,80
Çevreyle spor yapan popüler biri olarak ilişkileri sürdürmek	20(%13,7)	18(%11,9)	31(%20,5)	40(%26,7)	41(%27,2)	3,44
İleride sporla ilgili üniversiteler düzeyinde eğitim görmek	24(%15,9)	21(%13,9)	37(%24,8)	27(%17,9)	41(%27,5)	3,26
Tenis sporu sayesinde yurtdışındaki üniversitelerden eğitim bursu almak	30(%19,4)	23(%15,2)	21(%13,9)	29(%19,9)	47(%31,6)	2,69
Antrenör olmak	45(%29,8)	39(%25,8)	28(%18,8)	16(%10,8)	22(%14,8)	3,46
Beden eğitimi öğretmeni olmak	40(%26,7)	33(%21,9)	31(%20,7)	28(%18,8)	18(%11,9)	3,16
Maddi olarak rahat bir yaşam sürdürmek	33(%21,9)	27(%17,9)	35(%23,5)	15(%9,9)	40(%26,8)	3,19
Milli takım sporcusu olmak	26(%17,7)	19(%12,6)	28(%18,7)	33(%21,9)	44(%29,1)	3,20
Herkeşe tanınan bir sporcu olmak	15(%9,9)	28(%18,7)	28(%18,8)	33(%21,9)	46(%30,7)	3,36

Sporcuların tenis sporundan beklentilerine ilişkin görüşlerinin dağılımları incelendiğinde; sporcuların “Sağlıklı olmak ve sağlığı korumak” sorusuna verdikleri cevapların % 42,4’si “çok fazla”

şeklinindedir. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değeri 4.00 bulunmuştur. "iyi bir fiziki görünüme sahip olmak" sorusuna verilen cevapların % 33,1'i "ok fazla" seçeneğinde yoğunlaşmıştır. Bu seçeneğin genel ortalama değeri 3,80 olarak hesaplanmıştır. Sporcuların bu seçeneğe verdikleri yanıtların ortalaması "fazla" seçeneğine karşılık gelmektedir.

Tablo 4 incelendiğinde örneklemin tenis sporunu, "Antrenör olmak (% 29,8)" için yapmadığı anlaşılmaktadır. Bu maddeye ilişkin genel ortalama değer 3,46, sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması ise "fazla" seçeneğine tekabül etmektedir. Sporcuların tenis sporunda beklentileri dahilinde olmayan diğer seçenek ise "Beden eğitimi ğretmeni olmak (% 26,7)" seçeneğidir. Genel ortalama değeri 3,16 olup, sporcuların verdikleri yanıtların ortalaması "orta" seçeneğine karşılık gelmektedir.

## TARTIşMA VE SONUÇ

Bu araştırmada Türkiye niversiteler arası tenis turnuvasında süper lig, 1. Lig, 2. Lig ve ferdi kategoride yer alan sporcuların tenise başlama nedenleri ve beklentileri incelenmiştir.

Araştırmaya katılan sporcuların % 45,7 'sinin kadın % 54,3 'ünün erkek olduğu grlmektedir. Sporcuların tenise başlama nedenlerine ilişkin görüşlerinin dağılımına bakıldığında, "Anne, Baba ve kardeşin spora yönelmedeki etkisinin" nemli olduğu saptanmıştır. Yapılan literatür araştırmalarında, yapmış olduğumuz çalışmayla uyumlu sonuçlar ortaya çıkmış ve sporcuların spora yönlenmede ailelerinden önemli ölçüde etkilendikleri belirlenmiştir [1,6,7,8,9,10,11,12,13 ,14,15,16,17].

Sporcuların tenis sporuna başlamasında "Arkadaş ve akran grubunun spora başlamadaki etkisi" ailenin yönlendirmesinden az, "yaşadığı çevrenin spora başlamasındaki etkisinden" ise fazla olduğu grlmektedir. Yıldız ve Stuckkyropp ile Dilorenzo'nun yaptıkları çalışmada arkadaş çevresinin spora ynlenmedeki etkisinin çok olmadığı, fakat ztrk ile Sunay ve Saraçaloğlu'nun yaptıkları çalışmalarda ise yüksek olduğu belirtilmektedir [1,6,12,17]. Öte yandan çalışma sonucunda sporcular, tenis sporuna başlamada beden eğitimi ğretmeni faktörünün çok etkili olmadığını bildirmektedir. Dolayısıyla buradan tenisle tanışmanın okul eğitimi sırasında gerçekleşmediği anlaşılmaktadır. Yıldız'ın yaptığı benzer bir çalışmada da benzer sonuca ulaşılmıştır. Ancak şimşek, Bayraktar ve Sunay'ın yaptıkları çalışmalar beden eğitimi öğretmeninin spora başlamadaki etkisinin çok fazla olduğunu ifade etmektedir. Tüm bu sonuçlardan yola çıkararak farklı spor branşlarında spora yönelmede beden eğitimi ğretmeni etkisinin farklılık gösterdiği [1,7,8], bunun biraz da öğretmenin kişisel becerisi ile ilgili olduğu söylenebilir.

Çalışmada "Basın yayın organlarının spora başlamadaki etkisinin" oldukça az olması, futbol ve birkaç spor branşına gösterilen ilginin tenis sporuna yeterince gösterilmediğinin ispatı sayılmalıdır. Yıldırım, şimşek, Bayraktar ve Sunay ile Sunay ve Saraçaloğlu'nun yaptıkları çalışmalar da bizim sonuçlarımızla paralellik göstermektedir [6,7,8,12]. Aynı şekilde "Televizyon kanallarının spora başlamadaki etkisinin" oldukça az olması da, Türkiye'de tenis sporuna gösterilen ilginin yetersizliğine bağlanabilir. Gerçekten tenisin görsel olarak televizyonda yeterince yer bulamaması bu sonucun başlıca nedenini oluşturmaktadır. Nitekim Bayraktar ve Sunay'ın ve Sunay ve Saraçaloğlu'nun yaptıkları çalışmalarda bizim çalışmamızdaki sonuçları destekler mahiyettedir [6,7].

Sporcuların "nl bir sporcu olma" isteklerinin spora başlamadaki etkisinin oldukça fazla olduğu saptanmıştır. Bu sonuçtan dünyaca ünlü bir sporcu olma isteğinin ve herkesçe tanınma arzusunun tenise başlamada hayli etkili bir faktör olduğu anlaşılmaktadır. Yıldırım ve ztrk de yaptığı çalışmalar da bu sonuçla örtüşür neticelere ulaşmışlardır [9,17].

“Milli takım sporcusu olma isteğinin” tenise başlamadaki etkisinin çok fazla olduğu ve sporcuların büyük kısmının milli takım sporcusu olarak kendi spor branşlarında milli formayı taşıyarak Türkiye’yi temsil etmek istedikleri belirlenmiştir. Bu sonuç Şimşek, Sunay ve Saraçaloğlu’nun yaptıkları çalışmalarla paralellik göstermektedir [6,8].

Sporcuların tenis sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenlerine ilişkin görüşlerinin dağılımına bakıldığında “Maddi gelir arttırmanın” profesyonel olarak tenis sporu ile uğraşmakta olanlarda çok fazla etkili olmadığı görülmektedir. Ancak Bayraktar ve Sunay’ın ve yine Sunay ve Saraçaloğlu’nun yaptıkları çalışmalar maddi gelir arttırmanın farklı branş sporcuları için önemli olduğunu göstermektedir [7,6]. Bu çalışmalar birlikte dikkate alınırsa, maddi durumun tenis sporcularının çoğunluğu için önemli olmamasının nedeni, tenisçilerin maddi kaygıdan uzak bir ekonomik duruma sahip olmaları ile açıklanabilir.

Çalışmada “Tenis sporunu sevmenin” profesyonel olarak tenis sporu ile ilgilenmeye etkisinin çok fazla olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu sonuç yerli literatürde yapılan çalışma sonuçlarıyla da paralellik göstermektedir. Neticede sevilerek yapılan sporun devamlılık ve başarıyı da beraberinde getirdiği söylenebilir [1,6,7,8,15,16].

Diğer yandan araştırmada, “Sporun olumlu katkılarından haberdar olmanın” profesyonel olarak tenis sporu ile uğraşmadaki etkisinin çok fazla olduğu belirlenmiştir. Ayrıca sporcuların spor yaparak sağlıklı bir vücuda sahip oldukları, kötü alışkanlıklardan uzakta durmayı başardıkları, düzenli spor yapma alışkanlığı edindikleri, yeni arkadaşlıklar kurdukları ve beraberinde başarıyı yakaladıkları yadsınamaz bir gerçektir. Görüldüğü gibi eğitim seviyesi yükseldikçe sporcular sporun olumlu katkılarından daha çok haberdar olmakta ve kendilerini daha fazla geliştirebilmektedirler. Aynı şekilde “Spor yaparak sağlıklı olmak” unsurunun da tenis sporu ile ilgilenmedeki etkisinin çok fazla olduğu görülmüştür. Bayraktar ve Sunay’ın yaptıkları çalışma da bu çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermekte ve sağlıklı olmanın farklı branş sporcuları için önemli olduğu sonucunu ortaya koymaktadır [7]. Bu yüzden sporcuların spor yaparak sağlıklı olmaları, zinde kalmaları, sağlam bir vücuda sahip olmaları ve yaşam boyu spor felsefesini yaşamın değişmez bir aktivitesi haline getirmeleri gerek antrenörler ve gerekse aileler tarafından sürekli olarak hatırlatılmalı ve canlı tutulmalıdır. Profesyonel olarak tenis sporu ile uğraşmada “Sporcu olarak arkadaşlarca tanınıp sevimlik ve sayılmak” unsurunun da çok etkili olduğu belirlenmiştir. Şimşek’in yaptığı çalışma da bizim çalışmamızdaki sonuçla paralellik göstermekte ve bu unsurun farklı branşlarda da önemli olduğunu bildirmektedir [8]. Dolayısıyla spor yapan bireyler için yeni arkadaşlıklar kurmak, saygınlığı arttırmak ve herkesçe tanınmak spor yaşamında önemli bir faktör olarak belirginleşmektedir. Benzer şekilde “Başarı kazanmaktan zevk duymanın” da tenis sporu ile ilgilenmede hayli etkili olduğu görülmüştür. Nitekim Alibaz, Gündüz ve Şentuna, Şimşek, Bayraktar ve Sunay’ın yaptıkları, bu sonucu desteklemektedir [7,8,15]. Kazanılan her başarının sporcu için çok büyük bir motivasyon kaynağı olması, herkes tarafından bilinmesi ve sporcunun tanınması sporcunun yarışmacı kimliğini daha da pekiştirmektedir.

Araştırmada sporcuların tenis sporundan beklentilerine ilişkin görüşlerinin dağılımına bakıldığında, “Sağlıklı olmak ve sağlığı korumak” seçeneğinin çok fazla yer edindiği görülmektedir. Alibaz, Gündüz ve Şentuna’nın, Bayraktar ve Sunay’ın ve Sunay ve Saraçaloğlu’nun yaptıkları çalışmalar araştırma sonucuyla paraleldir [6,7,15]. Tüm spor branşları için temel amaç sakatlık riskini en aza indirmek ve sporcuların sağlıklarını koruyup mutlu olabilmelerini sağlamak olmalıdır. Yine “İyi bir fiziki görünüme sahip olmanın” sporcuların tenis sporundan beklentilerinde çok fazla yer aldığı belirlenmiştir. Bu sonuç Sunay ve Saraçaloğlu’nun yaptıkları çalışmaların sonuçlarıyla da benzerlik göstermektedir [6]. Öyle ki, birey spor yaparak sağlıklı olmanın yanında iyi bir fiziki

görünümüne sahip olarak toplum içinde saygınlığını arttırmayı başaracak ve spor yaşamını daha pozitif sürdürebilecektir.

Bu çalışmaya göre sporcular sporla birlikte eğitim hayatlarını devam ettirmek istediklerini belirtmektedirler. Şimşek de çalışmasında benzer sonuçlara ulaşmıştır [8]. Yine sporcuların "Yurtdışındaki üniversitelerden burs alabilmelerinin" tenis beklentilerinde çok fazla yer kapladığı saptanmıştır. Tenis branşında yurtdışında burs alıp öğrenime devam etmenin daha yoğun olarak tercih edildiği görülmektedir. Bunun nedenlerinden biri olarak tenis sporuyla uğraşan öğrencilerin büyük çoğunluğunun özel okullarda (kolej vs.) okuması, yabancı dil probleminin en alt düzeyde olması, diğer bir neden ise ailelerin çocuklarının eğitimlerine yurtdışında devam etmelerini istemeleri gösterilebilir. "Beden eğitimi öğretmeni olmanın" ise sporcuların tenis sporundan beklentilerinde büyük oranda yer almadığı, çoğu sporcunun beden eğitimi öğretmeni olmayı düşünmediği belirlenmiştir. Buna karşın Şimşek'in yaptığı çalışmada atletizm branşındaki sporcuların çoğunluğunun ileride beden eğitimi öğretmeni olmayı istedikleri görülmüştür [8]. Anlaşılabileceği gibi teniste durum muhtemelen ekonomik yeterlilikle ilintili olarak farklıdır.

Bunun yanında sporcuların tenis sporundan beklentilerinde "Maddi olarak rahat bir yaşam sürmek istemelerinin" önemli olduğu belirlenmiştir. Bu, Altunok, Bayraktar ve Sunay ile Sunay ve Saraçaloğlu'nun çalışmalarıyla örtüşmektedir [6,7,16].

Çalışmada sporcuların tenis sporundan beklentilerinde "Milli takım sporcusu olmanın" önemli bir yer tuttuğu ve sporcuların büyük kısmının milli takım sporcusu olmak ve kendi spor branşlarında milli formayı taşıyarak ülkeyi temsil etmek istedikleri anlaşılmaktadır. Bu sonuçlar Sunay ve Saraçaloğlu ile Şimşek ve Yıldırım'ın çalışma sonuçlarına yakındır [6,8,9]. Yine "Herkesçe tanınan bir sporcu olmanın" da sporcuların beklentilerinde önemli bir yer tuttuğu belirlenmiştir. Yıldırım, Şimşek ve Öztürk'ün yaptıkları çalışmalarda da benzer sonuçlar ortaya konulmuştur [8,9,17].

Çalışmalardan anlaşılabileceği üzere, Türkiye üniversitelerinde tenis yapan sporcuların bu spora başlamalarında anne, baba ve kardeş etkisi, milli takım sporcusu olma isteği, yaşadığı çevrenin etkisi ve çok beğendiği sporcunun etkisi gibi unsurların daha önemli olduğu görülmektedir. Bununla birlikte, beden eğitimi öğretmenlerinin spora başlamadaki etkisinin tenis sporu yapan sporcularda beklenen düzeyde olmadığı anlaşılmaktadır. Sporcuların tenis oynayarak sağlıklarını korumak istemeleri bu spora yönelimlerinde birincil bir etkiye sahiptir. Ayrıca başarı kazanma isteği ve başarıdan zevk duyma tenise yönelimde çok önemlidir. Buna karşın maddi gelir artıma isteği, tenis sporunda çok fazla önemli değildir. Öte yandan, sporcular turnuvalar sayesinde yeni ülkeler görmeyi çok istemekte ve mutluluğu tenis sporunda bulma konusunda birleşmektedirler. İlave olarak spor yaparak iyi bir fiziki görünüme sahip olmak, çevrede popüler bir birey olarak ilişki kurmak, tenis sporu sayesinde yurtdışındaki üniversitelerden burs almak sporcuların öncelikli istekleri arasına girmektedir.

Sonuç olarak tenis sporuna öncelikle, ilköğretim okullarında beden eğitimi ders programı içinde yer verilmeli ve böylece tenis gençlere tanıtılarak verilecek temel eğitim ardından yetenekliler, beden eğitimi öğretmenleri tarafından tenis kulüplerine yönlendirilmelidir. Ayrıca tenis tabanının yaygınlaştırılmasında görsel ve yazılı basın harekete geçirilmelidir. Bilhassa dünyadaki önemli tenis organizasyonları televizyon yoluyla her kesimin kolayca ulaşabildiği şifresiz televizyon kanallarında gösterilmelidir. Bu yolla tenise ilgi nispeten artırılabilir. Bu tedbirlerin yanında üniversitelerde çok sayıda tenis kortu yapımına gidilmeli ve bu çabalar organizasyon ve eğitim çalışmaları ile desteklenmelidir. Özellikle üniversitelerde seçmeli spor dersleri ile öğrencilere tenisi öğrenme fırsatı tanınmalıdır.

## KAYNAKLAR

1. Yıldız GH. Ortaöğretim Kurumları Spor Alanında Okuyan Öğrencilerin Spora Başlama ve Alanı Seçme Nedenleri İle Beklentileri. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2006.
2. Groppel J, DiNubile N. Tennis: for the health of it! *Phys Sportsmed*, 2009; 37(2):40-50.
3. Hasıl N, Ataç H. Tenis Alıştırma Örnekleri, Akmat Akinoğlu Matbaacılık Ltd. Şti. Bursa, 1998.
4. Öztop M. WTA (Women Tennis Association-Bayanlar Tenis Birliği) Tour Tarihi 1973-2004. Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü Lisans Bitirme Tezi, Ankara, 2006.
5. Başer E. Futbolda Psikoloji ve Başarı Sporsal Kuram Dizisi 4, Ankara, 1996.
6. Sunay H, Saraçoğlu S. Türk Sporcusunun Spordan Beklentileri İle Spora Yönelen Unsurlar, Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Ankara, 2003, 1(1); 43-48.
7. Bayraktar B, Sunay H. Elit Bayan ve Erkek Voleybolcuların Voleybol Sporuna Yönelmelerine Neden Olan Unsurlar İle Beklentileri 8. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Kitapçığı, 17-24 Kasım, Antalya, 2004.
8. Şimşek D. Orta Öğretimde Atletizm Yapan Sporcu Öğrencilerin Atletizm Branşına Yönelme Nedenleri ve Beklentileri, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2005.
9. Yıldırım Y. Türkiye 'de Performans Tenisi Yapan Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2007.
10. Whitehead SH, Biddle JH, O'donovan TM, Nevill ME. Social-Psychological and Physical Environmental Factors in Groups Differing by Levels of Physical Activity: A Study of Scottish Adolescent Girls, *Pediatric Exercise Science*, 2006; 18:2-10.
11. Wald J. Parental Motivations for Enrolling Their Children in a Private Gymnastic Program, *Sport Journal*, 2003; 6: 3-10.
12. Stuckyropp RC, Dilorenzo TM. Determinants of Exercise in Children *Preventive Medicine*, 1993; 22; 6: 880-889.
13. Wolfonden L, Holt N. Talent Development in Elite Junior Tennis: Perceptions of Players, Parents, and Coaches, *Journal of Applied Sport Psychology*, 2005;17: 108-126.
14. Van-Yperen NW, Duda JL, Scand J. Goal Orientations, Beliefs About Success, and Performance Improvement Among Young Elite Dutch Soccer Players, *Medicine Science Sports*, 1999; 9: 358-364.
15. Alibaz A, Gündüz N, Şentuna M. Türkiye ' de Üst Düzey Taekwondo, Karete ve Kick-Boks Sporcularının Bu Spor Branşına Yönelmelerine Tevsik Eden Unsurlar, Yapma Nedenleri ve Geleceğe Yönelik Beklentileri, Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Ankara, 2006, 4(3): 91-102.
16. Altunok S. Sporcuların Raket Sporlarını Seçmelerinde Etkili Olan Faktörler, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Lisans Tezi, Ankara, 2004.
17. Öztürk T. Tenise Yeni Başlayan 6-12 Yas Arası Sporcuların Tenisi Seçme Nedenleri ve Sosyoekonomik Düzeyleri Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü Lisans Bitirme Tezi, Ankara, 2004.

## BİREYSEL SPORCULARIN STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Ünsal TAZEGÜL<sup>1</sup>

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, erkek sporcuların stresle başa çıkma tarzlarını karşılaştırmaktır. Araştırmada veri toplamak için Şahin ve Durak tarafından Türkçeye çevrilerek geçerliliği ve güvenilirliği yapılan 'Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği' kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığını belirlemek için Kolmogorov-Smirnov testi, varyansların homojenliğini belirlemek için Levene testi uygulanmış olup, verilerin homojen ve normal bir dağılıma sahip olduğu belirlenmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik, ikiden fazla değişkenler arasındaki farkı belirlemek için tek yönlü varyans analizi ve ortalamalar arasındaki farklılığı belirlemek için de Tukey testi uygulanmıştır. Verilerin analizi sonunda sporcuların sosyal destek arama boyutunda boks ile kick boks, serbest güreş ile halter, serbest güreş ile kick boks ve halter ile kick boks branşları arasında istatistiksel olarak anlamsız düzeyde farklılık tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ). Kendine güvenli yaklaşım boyutunda grekoromen güreş ile halter ve serbest güreş ile halter branşları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık belirlenmiştir ( $p<0,05$ ).

**Anahtar kelimeler:** Sporcu, Stres, Karşılaştırma

## COMPARISON OF THE STYLES OF COPING WITH STRESS OF INDIVIDUAL ATHLETES

### ABSTRACT

The aim of this research is to compare the styles of coping with stress of male athletes. The data were collected through "The Styles of Coping with Stress Scale" translated into Turkish by Şahin and Durak. The scale was checked for validity and reliability. Kolmogorov-Smirnov test was used to determine whether the data were distributed normally, Levene's test was used to determine the homogeneity of the variances and it was found that the data were homogenous and normally distributed. In analyzing the data; descriptive statistics, one way variance analysis to determine the difference between variables more than two and Tukey test to determine the difference between the averages were used. As a result of the analysis of the data, statistically meaningless differences were found between boxing and kick-boxing, free style wrestling and weightlifting, free style wrestling and kick-boxing, weight lifting and kick-boxing in terms of athletes' searching for social support ( $p>0,05$ ). In terms of self-confident approach, a statistically significant difference was found between greco-roman wrestling and weight lifting, free style wrestling and weight lifting branches. ( $p<0.05$ )

**Keyword:** Athlete, Stress, Comparison

<sup>1</sup>Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kütahya, unsaltazegul@hotmail.com

## GİRİŞ

Spor, tüm dünyada insanlar üzerinde gerek aktif, gerekse pasif katılımcı olarak etki alanını arttırmakta, her geçen gün gelişmekte ve büyümektedir. Bu yoğunlaşan ilgi ile birlikte ülkeler arasında önemli bir rekabet ortamı oluşmuş ve ülkeler sporun olumlu etkilerini kullanabilmek için tüm olanaklarını seferber etmeye başlamışlardır. İlerleyen bilim ve teknolojinin yardımı ile sporda rekorlar yenilenmiş, spor sahalarında yarışan takım ve sporcuların temsil ettikleri ülkenin ekonomisi, teknolojisi, eğitimi ve gelişmişlik düzeyleri birbirleri ile yarışır hale gelmiştir. Spor, bir ülkenin gelişmişlik düzeyini gösteren önemli bir unsur haline almıştır. Günümüzde sporun bu şekilde işlerlik kazanması sporcuya psikolojik olarak bazı yükler getirmiş ve böylece sporcuların psiko-sosyal varlık olarak bilimsel açıdan ele alınması bir gereklilik haline almıştır [1].

Spor bilimcileri sportif performansı yükseltmek için yoğun bir uğraş içindedir. Yeni antrenman prensipleri araştırmakta, sporcuyu yüksek performansa ulaştırma arayışları devam etmektedir. Tüm bu arayış ve araştırmalar spor performansında sadece fiziksel kapasitenin mükemmelliğinin yeterli olmadığını, psikolojik kapasitenin hiç de küçümsenmeyecek bir faktör olduğunu göstermiştir [2]. Performans sadece bir fiziksel nitelik değil, aynı zamanda bir psikolojik süreçtir. Sporcu, bir müsabakayı kaybettiği zaman ekonomik olarak edineceği yer ve ün olarak da kayıplara uğrayacağını bilmektedir. Bunun sonucu olarak her yapılan müsabakada sahaya çıkarken sporcu kaygı ve stres yaşayarak performansını sergilemek durumunda kalmaktadır [2].

Birçok üst düzeydeki sporcunun fiziksel ve fizyolojik kapasitelerinin yanında; motive olma, kaygılarını yönetme, yarışma stresiyle başa çıkma, konsantre olma ve amaçlar belirleme gibi psikolojik kapasiteler konusunda da mükemmel yeteneklere sahip oldukları düşünüldüğünde, sportif performansı arttırmada psikolojik boyutun ihmal edilmemesi gerektiği ortaya çıkmaktadır [3].

Sporda performansı etkileyen pek çok psikolojik olgu vardır. Bunların en önemlilerinden biri de strestir. Stres, organizmanın bedensel ve zihinsel sınırlarının tehdit edilmesi ve zorlanmasıyla ortaya çıkan istenilmeyen durumdur [4].

Milyonlarca insana bir anda coşku ya da hüznü yaşatabilen spor müsabakalarında başrolü oynayan sporcu hem bedensel hem ruhsal olarak yoğun yüklenmeler altındadır. İstenen performansı sergileyebilmek için, uzun süreli antrenmanlara katılmak zorundadır. Özel yaşamı dahil her hareketi kontrol altında tutulan sporcudan tek istenen kazanmaktır. Her yarışma, sporcu için sosyal ve ekonomik açıdan büyük önem taşır. Böylesi bir ortamda sporcunun fiziksel özellikleri ne kadar mükemmel ve geçirdiği antrenman süreci ne kadar kusursuz olursa olsun başarıya ulaşması stresle başa çıkabilme yeteneğine bağlıdır [5].

Stres kelimesi, Latince'deki "Estrictia" ve eski Fransızcadaki "esterce" kelimesinden türetilmiştir ve Türkçede gerilme, baskı, zorlama, şiddet ve sıkıntıya düşme gibi anlamlara gelmektedir [5]. Stres, tanımlanması pek kolay olmayan, betimlenmesi daha çok tercih edilen günümüzün en karmaşık kavramlarından biridir. Araştırmacı sayısı kadar stres tanımı vardır. Hans Selye stresi, "organizmanın her türlü değişmeye özel olmayan (yaygın) tepkisi" şeklinde tanımlanmıştır [6].

Stres, sporcuların fiziksel enerjilerine, elde edecekleri kazanç ve zaferlerine, zevk ve eğlencelerine zarar vermekte, onların, becerikli olmadıklarını düşündürerek, öz güvenlerini yalayabilmektedir. Psikolojik stres aynı zamanda, sporcuların yıllarca çalışarak ulaştıkları becerilerini sergilemelerine ve akış deneyimi yaşamalarına engel olabilir. Yine stres, sakatlanmalarına yol açabilir ve sporcuların erken emekliliğe ayrılmalarına neden olabilir. Bu anlamda stres, gizli ve sinsî bir hastalıktır ve kendisini sürantrenmanda (zihinsel, duygusal, sosyal ve bedensel olarak yaşanan tükenmişlik)

yansıtabilir. Dolayısıyla stres altındaki sporcuda fizyolojik olarak kan basıncının, kas gerginliğinin, ter bezi faaliyetlerinin ve kalp vuruş sayısının arttığı görölr. Solunum sıklaşır ve göz bebeklerinde büyüme görölr. Beyne ve kaslara daha fazla oksijen gerektiği için kanda alyuvarların sayısı artar. İ organlardaki kan miktarının azalması nedeniyle sindirim yavaşlar, zihinsel olarak dikkat azalır, algılamada yanılığlar ve unutkanlık görölebilir. Psikolojik olarak güvensizlik hisseder, huzursuz ve karamsardır, yetersizlik duygusuna bağlı olarak korku başlamıştır. Bütün bunlar antrenman veya yarışma sırasında sahip olduğu performansı sergileyememesine neden olur. Konsantre olamaz, koordinasyon bozulur, teknik ve taktik hareketlerde hatalar sergiler. Stresin zararları sadece sporcular için değil; antrenörler, teknik direktörler ve diğer yardımcı çalışanlar için de söz konusudur. Bu yüzden kendimize yardımcı olabilmek için stres yönetimi uygulamalarının bilinmesi gerekir [7].

Stres ve kayđı, sporcuların davranışlarında doğru karar alma yeteneklerini olumsuz olarak etkileyebilir. Stres altındaki sporcu, doğru karar almada ve yeteneklerini istediği gibi sergileyebilmekten uzaklaşır. Aşırı baskı altında bulunan sporcular bazı yanlış hareketler yapabilmektedir. Stres, sporcuların çok iyi bildikleri ve defalarca antrenmanlarda çok iyi bir şekilde gerçekleştirdikleri bazı hareketleri unutturabildiği gibi, duygularında karışıklığa yol açıp olumsuz bazı hareketler yapmasına da neden olabilir [1].

Dünyanın önde gelen sporcuları, insanın en zor rakibinin kendisi olduğuna inanırlar. Sporcu, kendini yenmeyi öğrenirse başkalarını yenmesi çok kolay olur. Bunun için sporcular önce kendisini istediği gibi olmaktan alıkoyan düşünce ve davranışların farkına varmalı ve bu olumsuz duygu ve düşünceleri olumlu duygu ve davranışlara çevirmesini bilmelidir [8].

Her yarışma sporcu için sosyal ve ekonomik acıdan büyük önem taşımaktadır. Böyle bir ortamda sporcunun fiziksel özellikleri ne kadar mükemmel ve geçirdiği antrenman süreci ne kadar kusursuz olursa olsun başarıya ulaşmada stresle başa çıkabilme yeteneği son derece önemli bir kriterdir [9].

Yapılan bu çalışmanın temel amacı, genç erkek sporcuların stresle başa çıkma tarzlarını belirleyerek, sporcuların stresle başa çıkma tarzlarının düzeylerini karışlaştırmaktır.

## MATERYAL VE METOD

### Evren ve Örneklem

Araştırmanın örneklemini 2011 yılında gençler Türkiye şampiyonasına katılan ve tesadüfö örnekleme yöntemiyle seçilen yetmişer erkek boksör, serbest güreşçi, grekoromen güreşçi, halterci ve kick boksör olmak üzere toplam 350 sporcu oluşturmaktadır. Yarışma tarihleri: Serbest güreş; 4-6 Mart Antalya, boks 7-13 şubat Bayburt, kick boks; 27 Haziran-02 Temmuz Samsun, halter; 4-6 Mart Aydın, grekoromen güreş; 18-20 şubat orum.

### Araştırma Verilerinin Toplanması

Stresle Başa ıkma Tarzları Ölçeği (SBTO): Folkman ve Lazarustarafından geliştirilen 'Ways of Coping Inventory' ölçeğinden Türkçe'ye uyarlanan 'Stresle Başa ıkma Tarzları Ölçeğinin' ölkemiz için geçerlik ve güvenilirlik çalışması şahin ve Durak tarafından yapılmıştır [10].

Ölçeğin iç tutarlılığı sırasıyla alt skalalar için: İyimser Yaklaşım 0.68, Kendine Güvenli Yaklaşım 0.80, aresiz Yaklaşım 0.73, Boyun Eğici Yaklaşım 0.70, Sosyal Desteğe Başvurma 0.47 olarak bulunmuştur. Bu alışmanın Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,68 olarak hesaplanmıştır. Alt ölçeklerin güvenilirlik katsayısına bakıldığında; Kendine Güvenli Yaklaşım için 0.69, İyimser Yaklaşım için 0.67, çaresiz Yaklaşım için 0.62, Boyun Eğici Yaklaşım için 0.71, Sosyal Desteğe Başvurma için 0.60 olduğu görölmüştür. Bu ölçeğin probleme yönelik etkili yollar ile duyguya yönelik etkisiz yollar



olarak isimlendirilebilecek iki boyutu vardır. Bu iki boyut "kendine güvenli, iyimser, çaresiz, boyun eğici yaklaşımlar" ile "sosyal desteğe başvurma" adı verilen 5 faktörde yansımaktadır. Toplam 30 maddeden oluşan, 0-3 arası puanlanan bu ölçekte, sosyal desteğe başvurma, 1. ve 9. maddeler ters puanlanarak hesaplanmaktadır. Her faktöre ait puanlar ayrı ayrı hesaplanmaktadır. Her faktöre ait sorulardan elde edilen puanlar toplanmakta ve o faktöre ait toplam soru sayısına bölünerek her faktöre ait ortalama puan elde edilmektedir. Her alt ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 3 'tür. Toplam puan ise hesaplanmamaktadır. Kendine güvenli, iyimser ve sosyal desteğe başvurma faktörlerinden elde edilen puanlar arttıkça stresle başa çıkmanın etkili olduğu, çaresiz, boyun eğici yaklaşım faktörlerinden elde edilen puanların artması ise stresle başa çıkmada etkisiz yöntemlerin kullanıldığını belirtmektedir [11].

### Verilerin çözümlenmesi

Elde edilen verilerin çözümlenmesinde SPSS 15.00 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal bir dağılıma sahip olup olmadığını öğrenmek için tek örneklem "Kolmogorov-Smirnov" testi kullanılmış ve verilerin normal bir dağılıma sahip olduğu tespit edilmiştir. Daha sonra verilerin homojen olup olmadığını değerlendirmek için "Levene testi" testi uygulanmıştır ve verilerin homojen olduğu belirlenmiştir. Bu ilk incelemeden sonra verilerin istatistiksel analizinde parametrik test yönteminin kullanılmasına karar verilmiştir. Tanımlayıcı istatistik ve ikiden fazla değişken arasındaki farklılığı belirlemek için tek yönlü varyans analizi ( one- wayAnova), ortalamalar arasındaki farklılığı belirlemek için de Tukey testi uygulanmıştır.

## BULGULAR

Bu bölümde, araştırma sonucunda ulaşılan bulgular değerlendirilmektedir.

Sporcuların tanımlayıcı istatistik bulguları incelendiğinde kendine güvenli yaklaşım boyutunda serbest güreş branşındaki sporcuların ilk sırada, grekoromen güreş branşındaki sporcuların ikinci sırada, kick boks branşındaki sporcuların üçüncü sırada, boks branşındaki sporcuların dördüncü sırada, halter branşındaki sporcuların son sırada yer aldığı tespit edilmiştir. İyimser yaklaşım boyutunda serbest güreş branşındaki sporcuların ilk sırada, halter branşındaki sporcuların ikinci sırada, grekoromen güreş branşındaki sporcuların üçüncü sırada, kick boks branşındaki sporcuların dördüncü sırada, boks branşındaki sporcuların son sırada yer aldığı tespit edilmiştir. Çaresiz yaklaşım boyutu incelendiğinde ise grekoromen güreş branşındaki sporcuların ilk sırada, serbest güreş branşındaki sporcularınortalamayla ikinci sırada, halter branşındaki sporcuların (1,463±0,489) üçüncü sırada, kick boks branşındaki sporcularındördüncü sırada, boks branşındaki sporcuların son sırada yer aldığı tespit edilmiştir. Boyun eğici yaklaşım özellikleri incelendiğinde grekoromen güreş branşındaki sporcuların ilk sırada, serbest güreş branşındaki sporcuların ikinci sırada,

**Tablo 1.** Spor dallarının stresle başa çıkma tarzlarının tanımlayıcı istatistik analizi

Boyutlar	Grekoromen güreş			Boks		Serbest güreş		Halter		Kick boks	
	N	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS
Güvenli yaklaşım	70	2,153	0,421	1,980	0,611	2,251	0,424	1,924	0,826	2,127	0,487
İyimser yaklaşım	70	2,031	0,445	1,911	0,608	2,163	0,470	2,057	0,673	2,009	0,548
Çaresiz yaklaşım	70	1,630	0,439	1,236	0,505	1,577	0,566	1,463	0,489	1,327	0,467
Boyun eğici yaklaşım	70	1,630	0,439	1,181	0,620	1,271	0,503	1,248	0,625	1,212	0,652
Sosyal destek arama	70	2,153	0,421	1,696	0,577	1,932	0,425	1,921	0,541	1,782	0,472

halter branşındaki sporcuların üçüncü sırada, kick boks branşındaki sporcuların dördüncü sırada, boks branşındaki sporcularınson sırada yer aldığı tespit edilmiştir. Sosyal destek arama boyutu incelendiğinde grekoromen güreş branşındaki sporcuların ilk sırada, serbest güreş branşındaki sporcuların ikinci sırada, halter branşındaki sporcuların üçüncü sırada kick boks branşındaki sporcuların dördüncü sırada, boks branşındaki sporcuların son sırada yer aldığı tespit edilmiştir (Tablo 1).

**Tablo 2.** Tek yönlü varyans analizi

Boyutlar	df	F	p
Güvenli yaklaşım boyutu	4	3,757	,005*
İyimser yaklaşım boyutu	4	1,863	,116
Çaresiz yaklaşım boyutu	4	7,842	,000*
Boyun eğici yaklaşım boyutu	4	,404	,806
Sosyal destek arama boyutu	4	8,762	,000*

Tablo.2 incelendiğinde, kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, sosyal destek arama boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 3.** Sosyal destek arama boyutu karşılaştırılması (tukey testi)

	$\bar{X}$	SS	P
Grekoromen güreş – Boks	2,153-1,696	0,76801	0,000*
Grekoromen güreş - Serbestgüreş	2,153-1,932	0,58496	0,002*
Grekoromen güreş – Halter	2,153-1,921	0,61568	0,002*
Grekoromen güreş - Kick boks	2,153-1,782	0,67244	0,000*
Boks -Serbestgüreş	1,696-1,932	0,73707	0,009*
Boks – Halter	1,696-1,921	0,79074	0,020*
Boks - Kick box	1,696-1,782	0,71840	0,322
SerbestGüreş – Halter	1,932-1,921	0,66135	0,893
SerbestGüreş - Kick boks	1,932-1,782	0,67620	0,068
Halter - Kick boks	1,921-1,782	0,77159	0,136

Tablo.3'de, Sporcuların sosyal destek arama düzeylerinin karşılaştırılması sonucunda, boks ile kick boks,serbest güreş ile halter, serbest güreş ile kick boks ve halter ile kick boks branşları arasında istatistiksel olarak anlamsız düzeyde bir farklılık tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ). Diğer branşlar arasında ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 4.** Kendine güvenli yaklaşım boyutu karşılaştırılması (tukey testi)

Branşlar	$\bar{X}$	SS	P
Grekoromen güreş – Boks	2,153-1,980	0,74445	0,055
Grekoromen güreş - Serbestgüreş	2,153-2,251	0,56703	0,153
Grekoromen güreş – Halter	2,153-1,924	0,91728	0,041*
Grekoromen güreş - Kick boks	2,153-2,127	0,67678	0,744
Boks -Serbestgüreş	1,980-2,251	0,79098	0,057
Boks – Halter	1,980-1,924	1,00731	0,649
Boks - Kick boks	1,980-2,127	0,82406	0,140
SerbestGüreş – Halter	2,251-1,924	0,96620	0,006*
SerbestGüreş - Kick boks	2,251-2,127	0,64940	0,113
Halter - Kick boks	1,924-2,127	0,97696	0,088

Tablo 4'de, Sporcuların kendine güvenli yaklaşım düzeylerinin karşılaştırılması sonucunda, grekoromen güreş ile halter ve serbest güreş ile halter branşları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Diğer branşlar arasında ise istatistiksel olarak anlamsız düzeyde bir farklılık tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 5.** İyimsen yaklaşım boyutu karşılaştırılması (tukey testi)

Branşlar	$\bar{X}$	SS	P
Grekoromen güreş – Boks	2,031-1,911	0,74709	0,183
Grekoromen güreş - Serbestgüreş	2,031-2,163	0,62032	0,081
Grekoromen güreş – Halter	2,031-2,057	0,71742	0,765
Grekoromen güreş - Kick boks	2,031-2,009	0,76484	0,803
Boks -Serbestgüreş	1,911-2,163	0,77023	0,008*
Boks – Halter	1,911-2,057	0,92559	0,192
Boks - Kick box	1,911-2,009	0,87460	0,356
SerbestGüreş – Halter	2,163-2,057	0,81488	0,282
SerbestGüreş - Kick boks	2,163-2,009	0,76456	0,096
Halter - Kick boks	2,057-2,009	0,89665	0,652

Tablo.5'de, Sporcuların iyimsen yaklaşım düzeyleri karşılaştırıldığında, boks ile serbest güreş branşları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Diğer branşlar arasında ise istatistiksel olarak anlamsız düzeyde bir farklılık tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 6.** Çaresiz yaklaşım boyutu karşılaştırılması (tukey testi)

Branşlar	$\bar{X}$	SS	P
Grekoromen güreş – Boks	1,630-1,236	0,60104	0,000*
Grekoromen güreş - Serbestgüreş	1,630-1,577	0,66092	0,000*
Grekoromen güreş - Halter	1,630-1,463	0,67294	0,041*
Grekoromen güreş - Kick boks	1,630-1,327	0,66844	0,000*
Boks -Serbestgüreş	1,236-1,577	0,68727	0,000*
Boks – Halter	1,236-1,463	0,71548	0,010*
Boks - Kick box	1,236-1,327	0,67362	0,262
SerbestGüreş – Halter	1,577-1,463	0,78490	0,046*
SerbestGüreş - Kick boks	1,577-1,327	0,66571	0,489
Halter - Kick boks	1,463-1,327	0,66203	0,091

Tablo.6'da, Sporcuların çaresiz yaklaşım düzeylerinin karşılaştırılması sonucunda, boks ile kick boks,serbest güreş ile kick boks ve halter ile kick boks branşları arasında istatistiksel olarak anlamsız düzeyde bir farklılık bulunmuştur ( $p>0,05$ ). Diğer branşlar arasında ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ).

**Tablo 7.** Boyun eğici yaklaşım boyutu karşılaştırılması (tukey testi)

Branşlar	$\bar{X}$	SS	P
Grekoromen güreş – Boks	1,630-1,181	0,73268	0,206
Grekoromen güreş - Serbestgüreş	1,630-1,271	0,73058	0,807
Grekoromen güreş - Halter	1,630-1,248	0,84314	0,655
Grekoromen güreş - Kick boks	1,630-1,212	0,85302	0,430
Boks -Serbestgüreş	1,181-1,271	0,79181	0,342
Boks – Halter	1,181-1,248	0,85003	0,514
Boks - Kick box	1,181-1,212	0,91212	0,777
SerbestGüreş – Halter	1,271-1,248	0,88478	0,823
SerbestGüreş - Kick boks	1,271-1,212	0,86859	0,568
Halter - Kick boks	1,248-1,212	0,92204	0,747

Tablo.7'de, Sporcuların boyun eğici yaklaşım düzeylerinin karşılaştırılması sonunda bütün branşlar arasında istatistiksel olarak anlamsız düzeyde bir farklılık bulunmuştur ( $p>0,05$ ).

## TARTIşMA

Çalışma kapsamındaki sporcuların tanımlayıcı istatistik bulgularının incelenmesi sonucunda, kendine güvenli yaklaşım boyutunda serbest güreş branşındaki sporcuların ilk sırada, halter branşındaki sporcuların ise son sırada yer aldığı belirlenmiştir. Bulgular, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeğine göre değerlendirildiğinde, serbest güreş branşındaki sporcuların araştırma kapsamındaki diğer sporculardan daha fazla kendilerine güvenlerinin oldukları söylenebilir. Bununla birlikte karşılaştıkları zor ve stresli durumlarda kendilerine olan güvenlerini kolay kaybetmedikleri ve sorunlarıyla etkili bir şekilde başa çıkabildikleri ifade edilebilir. Halter branşındaki sporcuların ise araştırma kapsamındaki diğer sporculardan kendilerine güvenlerinin daha az olduğu ve karşılaştıkları sorunlar karşısında kendilerine olan güvenlerini çabucak kaybederek karamsarlık içerisine girdikleri anlaşılmaktadır. Sporcuların kendine güvenli yaklaşım boyutlarının karşılaştırılması sonucunda "grekoromen güreş ile halter ve serbest güreş ile halter" branşları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Grekoromen ve serbest güreş branşındaki sporcuların kendine güvenli yaklaşım düzeylerinin, halter branşındaki sporculardan daha iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Yoo[2001]'da bireysel sporlara katılan sporcuların, takım sporlarına katılan sporculara oranla daha fazla kaçınma ve transendental başa çıkma yöntemini kullandıklarını bildirmektedir [12]. Park [2000]'ın, Koreli sporcularla yaptığı çalışmanın sonuçlarına bakıldığında, bireysel sporlara katılan sporcuların takım sporlarına katılan sporculara göre stresle başa çıkma stratejisini daha fazla kullandıkları görölmektedir [13]. Ceylan [2005], çalışmasında bireysel spor dalları ile takım sporları arasındaki stresle başa çıkma stratejisini karşılaştırdığında aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç bulamamıştır [14]. Bireysel spor dallarında stresle başa çıkma tarzlarının takım sporlarına göre daha fazla gelişmiş olmasının en büyük nedeni olarak, bireysel sporda başarı ve başarısızlığın tamamen sporcuya ait olması, takım sporlarında ise yapılan hata ve başarısızlığın tüm takım tarafından paylaşılması gösterilebilir. Eleştirilerin hedefi olmak istemeyen sporcu, performansı olumsuz yönde etkileyen stres ve kayđı gibi olumsuzluklardan daha iyi bir şekilde sakınabilmektedir. Anshel ve Delany [2001], sporcunun başa çıkma stratejisi seçiminin en önemli belirleyicisinin sporcunun durumu veya olayı bilişsel değerlendirmesinin olduğunu belirtmektedir [15].

Sporcuların iyimser yaklaşım boyutunun tanımlayıcı istatistik bulguları incelendiğinde, halter branşındaki sporcuların ilk sırada, boks branşındaki sporcuların ise son sırada yer aldığı belirlenmiştir. Halter branşındaki sporcuların araştırma kapsamındaki diğer sporculardan daha fazla iyimser yaklaşım özelliğine sahip oldukları, zor ve istenmeyen olaylarla karşılaştıklarında olaylara karamsar düşüncelerle değil de iyimser düşüncelerle yaklaştıkları söylenebilir. Boks branşındaki sporcuların ise karşılaştıkları sıkıntılı ve zor olaylar karşısında araştırma kapsamındaki diğer sporculara oranla daha fazla olumsuz duygu ve düşüncelere kapıldıkları belirtilebilir. Sporcuların iyimser yaklaşım boyutlarının karşılaştırılması sonucunda boks ve serbest güreş spor dalları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Serbest güreş spor dalındaki sporcuların olaylara iyimser yaklaşımlarının boks branşındaki sporculardan daha iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Serbest güreş ve halter spor dallarındaki sporcuların stresle başa çıkma düzeylerinin daha fazla gelişmiş olmasının nedenlerine bakıldığında;

-Amatör branşlar arasında serbest güreşçilerin ve haltercilerin diğer branşlardan daha fazla

başarı elde etmiş olmaları,

-Buna bağlı olarak halter ve serbest güreş spor dalındaki sporcuların ekonomik gelir düzeylerinin iyi olması,

-Halter spor dalındaki sporcuların rakipleri ile bire bir değil ağırlıklar aracılığı ile mücadele etmesi,

-Antrenmandaki performansına bağlı olarak yarışmalarda kaldıracağı ağırlığı önceden tahmin etmesi, önemli nedenler arasında gösterilebilir. Vanek ve Cratty [1970], bireysel spor yapanların takım sporu yapanlara göre daha az kaygılı, kendine daha yeterli ve daha bağımsız olduklarını belirtmektedir [16]. Johnson ve Norem- Hebesien [1977] ve James ve Johnson [1983] da bireysel spor yapan sporcuların yalnız başlarına antrenman yapmayı seven, becerilerini yalnız geliştirmek isteyen, daha gergin ve öfkeli, kendiliğindenlik (spontan olma) özelliği fazla, kendilerine güvenen, ben merkezci ve tepkisel özellikleri yüksek kişiler olduğunu bildirmektedir [17,18]. Şenduran [2006], çalışmasında sporcu öğrencilerin stresle başa çıkma tarzlarının sporcu olmayan öğrencilerden daha fazla gelişmiş olduğunu tespit etmiştir [19]. Cresswell ve Hodge [2004] de,sporcunun kontrol edilemeyen çevresel stres kaynakları ile karşılaştığı zaman, durumunu kontrol ederek bileşenlerine odaklandığını ve böylece daha etkili bir şekilde stresle başa çıkabildiğini ifade etmektedir [20].

Sporcuların sosyal destek arama boyutu tanımlayıcı istatistik bulguları incelendiğinde, grekoromen güreş branşındaki sporcuların ilk sırada, boks branşındaki sporcuların ise son sırada yer aldıkları belirlenmiştir. Bu sonuç Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeğine göre değerlendirildiğinde, grekoromen güreş branşındaki sporcuların karşılaştıkları sorunları aşabilmek için araştırma kapsamındaki diğer sporculara oranla çevresindeki insanlardan daha fazla yardım talep ettikleri söylenebilir. Boks branşındaki sporcuların ise sorunlarını aşmada araştırma kapsamındaki diğer sporculara oranla sosyal çevresinden daha az yardım talep ettikleri belirtilebilir. Sporcuların sosyal destek arama boyutlarının karşılaştırılması sonucunda grekoromen güreşçiler ile boks; grekoromen güreşçiler ile serbest güreş; halter ile kick boks; boks ile serbest güreş ve boks ile halter branşları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Grekoromen güreş branşındaki sporcuların sosyal destek arama boyutunun araştırma kapsamındaki diğer branşlardaki sporculardan daha fazla gelişmiş olduğu anlaşılmaktadır. Serbest güreş ve halter branşındaki sporcuların sosyal destek arama boyutunun ise boks branşındaki sporculardan daha fazla gelişmiş olduğu belirlenmiştir.

Sporcuların çaresiz yaklaşım boyutu tanımlayıcı istatistik bulguları incelendiğinde, grekoromen güreş branşındaki sporcuların ilk sırada, boks branşındaki sporcuların ise son sırada yer aldığı tespit edilmiştir. Bulgular dahilinde grekoromen güreş branşındaki sporcuların araştırma kapsamındaki diğer sporculara oranla istenmeyen stresli olaylarla kararlaştıklarında, kendine olan güvenlerini kaybederek çaresizlik duygusuna daha fazla kapıldıkları söylenebilir. Boks branşındaki sporcuların ise stresli durumlarda araştırma kapsamındaki diğer sporculara oranla kendilerine olan özgüvenlerini kolay kaybetmedikleri ve çaresizlik duygusuyla olumsuz duygu ve düşüncelere sahip olmadıkları ifade edilebilir. Sporcuların çaresiz yaklaşım boyutlarının karşılaştırılması sonucunda " grekoromen güreş ile boks, grekoromen güreş ile halter, grekoromen güreş ile kick boks ve grekoromen güreş ile serbest güreş" branşları arasında "boks ile halter, boks ile kick boks, serbest güreş ile halter" branşları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ).

Grekoromen güreş branşındaki sporcuların çaresiz yaklaşım düzeyinin boks, halter, serbest güreş ve kick boks branşındaki sporculardan daha üst düzeyde olduğu belirlenmiştir. Serbest güreş branşındaki sporcuların ise boks ve halter branşındaki sporculardan, halter branşındaki sporcuların ise boks branşındaki sporculardan daha yüksek çaresiz yaklaşım düzeylerine sahip oldukları ortaya konulmuştur.

Sporcuların boyun eğici yaklaşım tarzları tanımlayıcı istatistik bulguları incelendiğinde grekoromen güreş branşındaki sporcuların ilk sırada, boks branşındaki sporcuların ise son sırada yer aldığı görölmektedir. Sporcuların boyun eğici yaklaşım düzeylerinin karşılaştırılması sonucunda araştırma kapsamındaki hiçbir branş arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Grekoromen güreş ile diğer branşlar arasında oluşan bu farkın en büyük nedeni bizce, grekoromen güreşte uygulanan teknik ve taktik uygulamaların zor ve karmaşık hareketler olması ve sporcuların bu zor ve karmaşık teknikleri uygulayamama korkusuna ve dolayısıyla başarsız olma düşüncesine kapılmalarıdır. Bilhassa bu endişe sporcularda stresin kaynağını oluşurmaktadır.

Sonuç olarak, serbest güreş ve halter spor dallarındaki sporcuların stresle başa ıkma tarzlarının araştırma kapsamındaki diğer sporculardan daha iyi olduğu anlaşılmıştır. Bu alışma, yapılan diğer alışmalarla birlikte incelendiğinde, bireysel spor dallarıyla uğraşan sporcuların takım sporları ile uğraşan sporculardan daha etkin bir şekilde stresle başa ıkabildiğini ortaya ıkarmıştır. Bu farkın en büyük nedeni, bireysel spor dallarındaki sporcuların başarsız oldukları anda tüm eleştirilerin kendilerine yöneleceğini bildiğinden bu eleştirilerle karşılaşmamak için başarsızlığa neden olacak stresli durumlara önceden daha iyi hazırlanabilmesi ve daha az hata yapması olarak gösterilebilir. alışmayı diğer alışmalarla karşılaştırdığımızda spor yapan bireylerin spor yapmayan bireylerden daha etkin bir şekilde stresle baş edebildiği görölmüştür. Bu durum da kanaatimizce sporun bireyde kassal ve zihinsel gelişime katkıda bulunması ve bu gelişime bağlı olarak bireyde özgüven duygusu yaratması, gelişen özgüven duygusuna bağlı olarak da birey sorunları daha mantıklı bir şekilde değerlendirerek sorunlarıyla etkin bir şekilde mücadele edebilmesinden kaynaklanmaktadır.

Sporcuların stresle başa ıkma tarzlarını karşılaştıran bu alışmanın bundan sonra sporcuların stresle başa ıkma tarzları üzerine yapılacak alışmalara örnek olacağı umulmaktadır.

## KAYNAKLAR

1. Gümüş M. Profesyonel Futbol Takımlarında Puan Sıralamasına Göre Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi, yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya, 2002.
2. Akarçeşme C. Voleybolda Müsabaka Öncesi Durumluk Kaygı İle Performans Ölçütleri Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2004.
3. Koç H. Profesyonel futbolcularda durumluk kaygı düzeylerini etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya, 2004.
4. Güney S. Davranış Bilimler ve Yönetim Psikolojisi Terimler Sözlüğü, Ankara, 1998.
5. Baltaş A., Baltaş Z. Stres ve Başa ıkma Yolları, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1990.
6. Yılmaz O. Stresin Performans Üzerine Etkisi: 40. Piyade Eğitim Alayı Komutanlığı Lider Personeli Üzerinde Bir Araştırma, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, Isparta, 2006.
7. Altungöl O. Futbol Aktivitelerine Katılanların Kişilik Özellikleri Işığında Stres Düzeylerinin Belirlenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Elâziğ, 2006.
8. Biğer T. Doruk Performans, Beyaz yayınları, İstanbul, 1998.
9. Civan A., Arı R., Görücü A., Özdemir M. Bireysel ve takım sporlarının müsabaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması, Uluslar arası insan bilimleri dergisi, 2010, 7 (1);194-206.
10. şahin N., Durak A. Stresle Başa ıkma Tarzları Ölçeğinin Üniversite öğrencileri için uyarlanması, Türk Psikoloji Dergisi, 1995, Sayı 10, s. 56-73.
11. Yerlikaya N. Lise öğrencilerin mizah tarzları ile stresle başa ıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana, 2007.
12. Yoo J. Coping profile of Korean competitive athletes. International Journal of Sport Psychology, 2001, 32, s. 290-303.
13. Park J.K. Coping strategies used by Korean national athletes. The Sport Psychologist, 2000, 14, s. 63-80.
14. Ceylan M. Stresle Başa ıkma Bilişsel Stratejilerin Kullanılmasında Cinsiyet ve Kişilik Değişkenlerinin Etkisi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2005.
15. Anshel M.H., Delany J. Sources of acute stress, cognitive appraisals and coping strategies of male and female child athletes. Journal of Sport Behavior, 2001, 24(4), 329-353.

16. Vanek M., Cratty B.J. Psychology and the Superior Athlete. London; The Mc Millan, 1970.
17. Johnson D. W., Norem-Hebeisen A. Attitudes toward inter dependence among persons and psychological health. Psychological Reports, 1977, 40, 843-850.
18. James W., Johnson D.W. The Relationship between social interdependent and Psychological health with in three criminal populations, Journal of Social Psychology, 1983, 120 (3), 279-291.
19. Şenduran F. Askeri liselerde sporcu öğrenciler ile sporcu olmayan öğrencilerin problem çözebilme, strese karşı koya bilme, uyum becerileri ve başarı düzeyleri, Yayınlanmış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitim ve Spor Ana Bilim Dalı, İstanbul, 2006.
20. Cresswell S., Hodge K. Coping skills: Role of trait sport confidence and trait anxiety. Perceptual and Motor Skills, 2004, s, 433-438.

## ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BEDENSEL VE SOSYAL ÇOKLU ZEKA PUANLARINDA SPORUN ETKİSİ

Egemen ERMİŞ<sup>1</sup>

Osman İMAMOĞLU<sup>1</sup>

Necati Alp ERİLLİ<sup>2</sup>

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, aktif spor yapan Ondokuz Mayıs Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri (BESYO) ile Ondokuz Mayıs Polis Meslek Yüksekokulu (PMYO) öğrencilerinin bedensel ve sosyal çoklu zeka puanlarının karşılaştırılmasıdır. Çalışmaya BESYO' dan 472, PMYO' dan 133 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada öğrencilere bir bilgi formu ve "Çoklu Zeka Envanteri" uygulanmıştır. Bilgi formunda öğrenciler, öğrencilerin aileleri ve spor alışkanlıkları ile ilgili 12 soru bulunmaktadır. Çoklu zeka envanteri Likert tipinde olup, 10 bölümden ve toplam 80 maddeden oluşmaktadır. İstatistiksel analizler için tek yönlü varyans analizi ve t-testi kullanılmıştır.

Bedensel ve sosyal zeka puanlarının ortalamaları PMYO öğrencileri (37,76 ve 37) ile BESYO öğrencilerinde (38,36 ve 37,68) birbirlerine oldukça yakındır ( $p>0.05$ ). Yine cinsiyetler arasında Bedensel Zeka puanı ve Sosyal Zeka puanı bakımından fark yoktur ( $p>0.05$ ). Mezun olunan lise türüne göre Bedensel Zeka puanı bakımından fark varken ( $p<0.05$ ), Sosyal Zeka puanı bakımından fark bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Bedensel zeka puanındaki farklılığın Spor Lisesi mezunlarının diğer birçok liseye göre sportif bakımdan daha yetenekli ve eğitilmiş olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Spor lisesi mezunlarının hem bedensel hem sosyal zeka puanları en yüksek, özel liselerden mezunların zeka puanları ise en düşük çıkmıştır.

Sonuç olarak, sporun bedensel ve sosyal zeka puanını olumlu yönde etkilemekte olduğu ve cinsiyetler arasında sporcularda bedensel ve sosyal zeka puanı bakımından fark olmadığı söylenebilir. Bedensel ve sosyal zeka puanını artırmak için sportif faaliyetlerden daha fazla yararlanılmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Çoklu Zeka Puanı, spor

## THE EFFECT OF SPORTS ON THE BODILY-KINESTHETICS AND INTERPERSONAL MULTIPLE INTELLIGENCES SCORES OF UNIVERSITY STUDENTS

### ABSTRACT

The aim of this study is to compare the bodily-kinesthetics and interpersonal multiple intelligences scores of the students of Ondokuz Mayıs University Physical Training and Sports High School (BESYO) and the students of Ondokuz Mayıs Vocational Police High School (PMYO). 472 students from BESYO and 133 students from PMYO participated in the study voluntarily. The students were asked to complete an information form and a "Multiple Intelligences Questionnaire". The information form consists of a total of 12 questions relating to the students, their families, and their sports habits. The Multiple Intelligences Questionnaire is Likert type and consists of 10 parts and a total of 80 items. For the statistical analyses, One-way ANOVA and independent sample t-test were used.

<sup>1</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu / SAMSUN (Yazışmadan sorumlu yazar)  
egemen.ermis@omu.edu.tr

<sup>2</sup>Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü / SİVAS aerili@cumhuriyet.edu.tr



The averages of the bodily-kinesthetics and interpersonal multiple intelligences scores were quite close to each other for Vocational PMYO students (37,76 and 37 ) and BESYO students. Again, no difference was found between the bodily-kinesthetics and interpersonal multiple intelligences scores of two genders ( $p>0.05$ ). While there was a difference in the bodily-kinesthetics multiple intelligences scores between the types of the high schools the students graduated from ( $p<0.05$ ), no difference was found in the interpersonal multiple intelligences scores ( $p>0.05$ ). The most important reason why there was a difference in the bodily-kinesthetics multiple intelligences scores can be explained with the fact that the students who graduate from Sports High Schools are more talented and more educated in the field of sports when compared with the students who graduate from other types of high schools. The bodily-kinesthetics and interpersonal multiple intelligences scores of the students who graduated from Sports High Schools were the highest, while the scores of the students who graduated from Private High Schools were the lowest.

As a conclusion, it can be said that sport affects the bodily-kinesthetics and interpersonal multiple intelligences scores positively and that there is no difference between the bodily-kinesthetics and interpersonal multiple intelligences scores of the two genders. Sports activities should be used more in increasing the bodily-kinesthetics and interpersonal multiple intelligences scores

**Key Words:** Multiple Intelligences Scores, Sports

## GİRİŞ

Zeka, yüzyıllar boyunca tartışılmış, açıklanmaya ve tanımlanmaya çalışılmış bir kavramdır. Zekanın açıklanması ile ilgili farklı görüşlerin yanı sıra çok fazla tartışılan başka bir konu da zekanın ölçülmesidir. Zekayı ölçme konusunda çalışan her araştırmacı, test maddelerini kendi zeka anlayışına göre oluşturur. Günümüzde Stanford-Binet adı verilen test yaygın olarak kullanılmaktadır. Stanford-Binet testinden sonra yaygınlaşmaya başlayan zeka testleri, insan zekasının ölçülebileceği ve zeka seviyesinin de IQ olarak bilinen tek bir sayıya indirgenebileceği görüşünü ortaya çıkarmış ve bu görüş günümüze değin bir çok eğitimci arasında yaygınlaşarak kabul görmüştür [1]. Nöropsikoloji ve gelişim uzmanı Howard Gardner insan zekasının objektif bir şekilde ölçülebileceği tezini eleştirerek zekanın tek bir faktörle açıklanamayacak kadar çok yeteneği içerdiğini ileri sürmüştür [2]. Gardner 1983'de yayınlanan "Zihnin Çerçevesi: Çoklu Zekâ Teorisi" kitabında yedi ayrı ve evrensel kapasite önermiştir. Bu kapasite ya da zekalar her bireyde doğuştan var olmakta ama farklı kültürlerde farklı biçimlerde ortaya çıkmaktadır [3]. Gardner'a göre zekâ: 1. Gerçek bir problemi çözmek için gerekli yetenekler kümesi, 2. Bir (veya daha çok) kültürde değer verilen bir ürün veya hizmet ortaya koyma yeteneği, 3. Yeni bilgi üretmek için problem keşfetme, çözme (veya problem yaratma) kapasitesidir [4]. Gardner zekaya etkisi sınırlı tutulan özel yetenekleri de zeka alanları olarak kabul etmiş ve bunu yapmadaki amacının bir insanın mükemmel bir müzik yeteneğine sahip olmasına rağmen sayısal ve sözel yeteneklerinin düşük olmasından dolayı zeki kabul edilmemesini engellemek olarak açıklamıştır [4]. Böylelikle Gardner zekanın tanımlanmasında ve ölçülmesinde yepyeni bir bakış açısı getirmiştir. Gardner'a göre zeka çok yönlüdür; bireyin doğuştan getirdiği zeka iyileştirilebilir, geliştirilebilir ve değiştirilebilir [5]. 1999 yılında yayımladığı "Intelligence Reframed: Multiple Intelligences for the 21st Century" isimli kitabında Gardner çoklu zeka teorisini yeniden formüle etmiş ve zeka alanlarını sekize çıkarmıştır. Bunlar: sözel-dil zekası, mantıksal-matematiksel zeka, görsel-uzamsal zeka, müziksel-ritmik zeka, bedensel-kinestetik zeka, sosyal zeka, içsel zeka ve doğacı zekadır. Çoklu zeka anlayışına göre, tüm zekalar eşit değerdedir ve içlerinden biri ya da birkaçı diğerlerinden daha önemli değildir. Zekalar her zaman birlikte çalışırlar ve her zaman birbirleriyle etkileşim halindedirler. Örneğin, bir futbol oyuncusu bedensel zekayı koşar, yakalar ve vururken; uzamsal zekayı sahayı ve görevini tanıırken; dil ve sosyal zekayı oyun kurallarını öğrenirken

ve takımıyla tartışırken, paylaşırken; öze dönük zekayı kendini değerlendirirken kullanmaktadır [3]. Bedensel zeka, bedeni duyarlı ve etkili şekilde kullanma yeteneğidir. Bedensel zekası yüksek olan bireyler bedenlerini bir bütün ve parça olarak kullanma kapasitesine sahiptirler, zihin ve beden bağlantısını çok başarılı bir şekilde kurabilirler. Başka bir deyişle, bu zeka, vücut hareketlerini kontrol etmeyi ve yorumlamayı, fiziksel nesnelere manipüle etmeyi ve vücut ile zihin arasında bir uyum oluşturmayı sağlar [3]. Sosyal zeka ise diğer insanları anlama yeteneğidir. Karakter ve kişilikleri anlama ve değerlendirmede olduğa yetenekli olan insanların bu tür zekaya sahip oldukları kabul edilir. Bu insanlar düşünme ve akıl yürütmede çok yeteneklidirler. Bu zeka, sözel ve sözel olmayan iletişim becerileri ile ortak fayda amacına ulaşmak için gereken güven, saygınlık, liderlik ve diğerlerini güdüleme yeteneği ile ilgilidir [3]. Düzenli olarak yapılan spor hem fiziksel hem de psikolojik değişikliklere yol açar. Sporun bireyde meydana getirdiği en önemli değişikliklerden biri de sosyalleşmedir. Sosyalleşme sürecinde sporun üstlendiği rolü en belirgin olarak spora katılımı en yüksek düzeyde olan bireylerde görmek mümkündür [6].

Bu çalışmanın temel amacı aktif spor yapan Ondokuz Mayıs Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri ve Ondokuz Mayıs Polis Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin bedensel ve sosyal çoklu zeka puanları bakımından karşılaştırılmasıdır.

## MATERYAL VE METOD

Araştırmada, mevcut durumu ortaya çıkarmayı amaçlayan, betimsel ve taramaya yönelik bir yöntem kullanılmıştır. Çalışmada, öncelikli olarak konuyla ilgili literatür taranmış, daha önce yapılmış olan araştırma sonuçları incelenmiş ve elde edilen bilgiler de göz önünde bulundurularak geliştirilen bilgi formu ile Özden [4] tarafından geliştirilmiş olan “Çoklu Zeka Envanteri” araştırma grubu üzerinde uygulanmıştır.

### Araştırma Grubu

Çalışmaya, 2010-2011 Eğitim-Öğretim yılında Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu’nda öğrenim gören 472 (337 erkek, 135 kız), Ondokuz Mayıs Polis Meslek Yüksekokulu’nda öğrenim gören 133 (111 erkek, 22 kız) öğrenci gönüllü olarak katılmıştır.

### Veri Toplama Aracı

Araştırmada, veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından hazırlanan bir bilgi formu ve Özden [4] tarafından geliştirilmiş “Çoklu Zeka Envanteri” uygulanmıştır. Bilgi formunda öğrenciler, öğrencilerin sınıfı, cinsiyeti, yaşı, mezun olduğu lise türü, anne ve babasının eğitim durumu, nerede kaldığı, ne sıklıkla spor yaptığı, en sık yaptığı spor türü, spor yayınlarını ne sıklıkla ve nereden takip ettiği ile ilgili toplam 12 soru bulunmaktadır. Çoklu zeka envanteri Likert tipinde olup, 10 bölümden ve toplam 80 maddeden oluşmaktadır. Maddeler beşli dereceleme sistemine göre hazırlanmış ve “Bana Hiç Uygun Değil (1), Bana Çok Az Uygun (2), Bana Kısmen Uygun (3), Bana Olduğa Uygun (4), Bana Tamamen Uygun (5) şeklinde derecelendirilmiştir. Her öğrencinin envanteri sekiz bölümünden aldığı puanlar toplanmış ve zeka alanlarındaki toplam puanlar belirlenmiştir. Her bir zeka alanında en düşük puan 10 ve en yüksek puan ise 50’dir.

### Verilerin Analizi

Çalışmada BESYO öğrencileri ile PMYO öğrencileri, belirtilen değişkenler bakımından istatistiksel olarak karşılaştırılmıştır. Verilerin normallik varsayımı gösterip göstermediği SPSS.15 paket programı ile test edilmiş ve normal dağılım gösterdikleri görülmüştür. Çalışmada iki bağımsız kitle ortalamalarının karşılaştırılması için (Cinsiyet ve bölüm) t-testi kullanılmıştır. İki den fazla değişken içeren karşılaştırmalar için (Mezun olunan lise) tek yönlü varyans analizinden (One-way ANOVA)

yararlanılmıştır. Ayrıca, grupların ortalamaları ve standart sapmaları gibi gruplar hakkındaki bilgiler için de tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılmıştır.

## BULGULAR

Çalışmanın bulguları aşağıda tablolar halinde sunulmuştur.

**Tablo 1.** BESYO öğrencileri ve PMYO öğrencilerinin bedensel ve sosyal zeka puanlarının ortalama ve standart sapmaları

Puanlar	Polis MYO		BESYO		t testi
	Ortalama	Std. Hata	Ortalama	Std. Hata	
Bedensel zeka puanı	37,76	0,44	38,36	0,26	0,236
Sosyal zeka puanı	37	0,50	37,68	0,25	0,233

**Tablo 2.** BESYO ve PMYO öğrencilerinin bedensel ve sosyal zeka puanlarının cinsiyetlere göre ortalama ve standart sapmaları

Puanlar	Kız		Erkek		t testi
	Ortalama	Std. Hata	Ortalama	Std. Hata	
Bedensel zeka puanı	38,25	0,44	38,22	0,26	0,943
Sosyal zeka puanı	36,66	0,45	37,83	0,27	0,029

**Tablo 3.** Öğrencilerin bedensel ve sosyal zeka puanlarının cinsiyetlere göre ortalama ve standart sapmaları

Değişkenler	Cinsiyet	Bedensel zeka puanı		Sosyal zeka puanı	
		Ortalama	Std. Hata	Ortalama	Std. Hata
BESYO	Kız	38,22	0,48	36,97	0,48
	Erkek	38,42	0,30	37,96	0,30
	t testi	0,359		1,728	
Polis MYO	Kız	38,5	1,05	34,86	1,36
	Erkek	37,61	0,48	37,42	0,53
	t testi	0,754		1,907	

**Tablo 4.** Tüm öğrencilerinin bedensel ve sosyal zeka puanlarının mezun olunan liselere göre ortalama ve standart sapmaları

Lise	Devlet	Anadolu	Özel	Sanat	Spor	Diğer	F testi
Puan türü	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	
Bedensel	38,26±0,25	38,22±,77	36,37±1,73	38,09±1,078	39,09±1,01	37,74±0,99	1,628
Sosyal	37,48±0,27	38,36±0,74	33,75±1,94	36,18±1,11	39,15±0,83	37,43±0,93	1,413

**Tablo 5.** BESYO ve Polis MYO Öğrencilerinin Bedensel Zeka puanlarının mezun olunan liselere göre ortalama ve standart sapmaları

Lise	Devlet	Anadolu	Özel	Sanat	Spor	Diğer	t testi
Okul	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	
BESYO	38,40±0,29	38,04±1,08	35,71±1,84	38,46±1,15	39,1±1,02	38±1,11	0,42
PMYO	37,78±0,49	38,43±1,14	-	35,25±3,1	-	36,17±2,15	0,77

**Tablo 6.** BESYO ve PMYO Öğrencilerinin Sosyal Zeka puanlarının mezun olunan liselere göre ortalama ve standart sapmaları

Lise	Devlet	Anadolu	Özel	Sanat	Spor	Diğer	t testi
Okul	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	Ort. St.hata	
BESYO	37,69±0,31	38,47±0,92	34±2,25	36,5±1,19	39,15±0,83	37,05±0,99	0,645
PMYO	36,77±0,58	38,23±1,2	-	33,5±2,87	-	39,66±2,62	0,1,178

## TARTIşMA

Polis Meslek Yüksekokulu öğrencileri bedensel ve sosyal zeka puanlarının ortalamaları (37, 76 ve 37 ) ile Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin zeka puanı ortalamaları (38, 36 ve 37, 68) birbirlerine oldukça yakın çıkmıştır (Tablo-1). İstatistiksel olarak incelediğimizde, BESYO ve PMYO arasında bedensel zeka puanları ve sosyal zeka puanları arasında fark yoktur. BESYO öğrencilerinin haftalık ortalama 10 saat ve PMYO öğrencilerinin haftalık ortalama 8 saat spor dersleri almasının, sonuçların yakın çıkmasında etkili olduğu söylenebilir. Bedensel zekası baskın olan bireylerde gözlenen en baskın özellikler spor faaliyetleri yapmaktan hoşlanmak, beden eğitimi derslerini sevmek ve jimnastik gibi faaliyetlerden hoşlanmaktır [7]. En sevdiği dersler beden eğitimi, jimnastik, yüzme gibi derslerdir ve bir veya daha fazla sporla uğraşırlar [8]. Her iki bölüm için yapılan giriş sınavlarında spor testleri de etkili olmaktadır. Bu sınavlara hazırlanan öğrencilerin bedensel yetenekleri okullara kayıt olmadan önce de yüksek seviyededir. Okul dönemlerinde alınan spor dersleri ile de spor bilgi ve yeteneklerinin gelişmesi, her iki bölümün de sportif açıdan birbirlerine yakın olmasında önemli etken olarak gösterilebilir. Her iki okul öğrencileri arasında sosyal zeka puanları bakımından fark olmaması, haftalık spor derslerinin bir çoğunun takım sporlarına ayrılması ve takım spor bilincinin iki okul öğrencilerinde de yüksek olması ile açıklanabilir. Sosyal zeka türü ile sosyal beceriler kazanılır ve bu yolla bireyler takım oyunları, grup çalışmaları yaparak birlikte çalışmayı öğrenirler [9]. Sosyal zekanın gelişmiş olması grupta işbirliği içinde çalışmayı ve ekip ruhunun güçlenmesini sağlar [3]. Takım sporlarının bireysel sporlardan daha fazla sorumluluk istemesi, il dışında gerçekleşen müsabakalar için takımla birlikte geçirilen kamp dönemleri ve birlikte yapılan yoğun antrenman programları öğrenciler arasında sosyalleşmeyi artırdığından, sosyal zeka puanlarının da aynı seviyelerde görülmesini etkileyebilir.

Her iki okulun öğrencileri birlikte incelendiğinde; cinsiyetler arasında Bedensel Zekâ puanı bakımından fark gözlenmezken, Sosyal Zeka puanı bakımından fark gözükmektedir. Genel olarak, erkek öğrencilerin daha yüksek bedensel zeka puanına ve bayan öğrencilerin daha yüksek sosyal

zeka puanına sahip olmaları beklenmektedir. Geleneksel aile modelinde, kız çocukların fiziksel hareketliliği kısıtlanırken, erkek çocuklar daha bağımsız ve motor becerilerde başarılı olmaya yönlendirilirler. Buna karşın kadınların, çeşitli biyolojik etmenlerden dolayı iletişim becerilerinde erkeklerden daha iyi oldukları ve bu nedenle sosyal ilişkilerde erkeklerden daha iyi oldukları ileri sürölmektedir [10].

Burada cinsiyetler arası Bedensel Zeka puanları bakımından fark olmamasının en önemli nedeni olarak, kız ve erkek öğrencilerin spor derslerini aynı saatte ve yoğunlukta almaları gösterilebilir. Sosyal zeka puanları olarak fark olmasının sebebi ise, erkek öğrencilerin Őehir yaşamında bayan öğrencilere göre daha rahat hareket edebilmeleri ve bayan öğrencilerin yurtlarda veya evlerinde erkeklere göre daha kısıtlı yaŐıyor olmalarına bağlanabilir. Dolayısıyla bu bağlamda erkek çocuklar kızlara göre çok daha geniş bir alanda etkinlikte bulunma olanağı bulabilmektedirler [11]. Genel olarak; sporun bedensel ve sosyal zeka puanını olumlu yönde etkilemekte olduğunu ve cinsiyetler arasında sporcularda bedensel ve sosyal zeka puanı bakımından fark olmadığını söyleyebiliriz. Bu çalışmada sosyal zeka puanları bakımından ortaya çıkan farklılığın en önemli sebebi olarak PMYO bayan öğrencilerinin, kampus dışında geçirdikleri gün ve saatlerin BESYO bayan öğrencilerine göre daha az olması gösterilebilir. Bu yaşam biçiminin genel olarak bayanların sosyal zeka puanlarını düşürdüğü ileri sürölebilir.

Cinsiyetler arasındaki bedensel ve sosyal zeka puanları bakımından farklılıklar incelendiğinde; hem BESYO öğrencileri arasında hem de PMYO öğrencileri arasında bedensel zeka puanı ve sosyal zeka puanı bakımından fark görölmemiŐtir. Burada, öğrencilerin benzer bedensel ağırlıklı ders görmelerinin ve okul zamanı aynı sosyal çevreyi paylaŐmalarının, sonuçlar üzerinde etkili olduğu düşünölmektedir.

Her iki okulun öğrencileri, bir bütöun olarak incelendiğinde; mezun olunan lise türüne göre Bedensel zeka puanı bakımında fark göröölürken, sosyal zeka puanı bakımından fark yoktur. Bedensel zeka puanındaki farklılık Spor Lisesi mezunlarının diğer birçok liseye göre sportif bakımdan daha yetenekli ve eğitimi olmasından kaynaklanabilir. Özel liselerin diğer liselere göre daha fazla ders yoğunluğu içermesi de bu etkeni geçerli kılabilir.

Ortalamalar incelendiğinde hem bedensel hem sosyal zeka puanları bakımından spor lisesi mezunlarının zeka puanları en yüksek, özel lise mezunları zeka puanları ise en düşük çıkmıştır. Bu sonuçlar da savımızı desteklemektedir.

Bölümler açısından mezun olunan lise türüne göre bedensel zeka puanlarındaki farklılıklara bakıldığında; BESYO öğrencileri arasında bedensel zeka puanı bakımından fark göröölmemektedir. Fakat “p” olasılık değerleri oldukça küçük çıkmıştır. Bu da spor liselerinden mezun olan ile diğer liselerden mezun olan öğrencilerin, üniversite öğrenimlerindeki spor dersleri ile farkları kapattıkları düşüncesini akla getirmektedir. Aynı Şekilde; PMYO öğrencileri arasında bedensel zeka puanı bakımından fark göröölmemektedir. Yine bölümler açısından mezun olunan lise türüne göre sosyal zeka puanları bakımından farklılıklar incelendiğinde; BESYO ve PMYO öğrencileri arasında sosyal zeka puanı bakımından da fark göröölmemektedir.

Her iki bölüm öğrencilerinin daha sosyal ağırlıklı dersler almasının ileride sonuçları deđiŐtireceđi düşünölmektedir. Bu nedenle, bedensel ve sosyal zeka puanını artırmak için sportif faaliyetlerden daha fazla yararlanılmalıdır. Özellikle öğrencilerin spor içerikli derslerin yanında sportif organizasyonlara katılımlarındaki artış bedensel ve sosyal zekaya olumlu katkı sağlayabilir.

## KAYNAKLAR

1. Saban A. Çoklu Zeka Teorisi ve Eğitimi. 4. Baskı, Nobel Yayınları, Ankara, 2005.
2. Gardner H. Frames of Mind, Basic Books, New York, 1983.
3. Bümen NT. Okulda Çoklu Zeka Kuramı, Pegem A Yayıncılık, Ankara, 2004.
4. Özden Y. Öğrenme ve Öğretme, Pegem A Yayıncılık, Ankara, 2008.
5. Gardner H. Intelligence Reframed, Multiple Intelligences for the 21st Century, Basic Books, New York, 1999.
6. İvizler HC. Sporda Sosyal Bilimler, Alfa Basın Yayım Dağıtım, İstanbul, 2000.
7. Temiz N. Kimim? Öğretmenim, Benim, Beynim, Çoklu Zeka Kuramı Okulda ve Sınıfta, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2007.
8. Selçuk Z, Kayılı H, Okut L. Çoklu Zekâ Uygulamaları, Nobel Yayın Dağıtım, 2. Baskı, Ankara, 2003.
9. Demirel B, Erdem E, Başbay A. Eğitimde Çoklu Zeka Kuram ve Uygulama, Pegem A Yayıncılık, 1. Baskı, Ankara, 2006.
10. Özyurt BE. Cinsiyet. Kuzgun, Y. , Deryakulu, D. Editörler, Eğitimde Bireysel Farklılıklar, 1. Baskı, Ankara; Nobel Yayın Dağıtım, 2004; 315-344.
11. Kuzgun Y. Zeka ve Yetenekler. Kuzgun, Y. , Deryakulu, D. Editörler, Eğitimde Bireysel Farklılıklar, 1. Baskı, Ankara; Nobel Yayın Dağıtım, 2004; 13-70.
12. Açıkgöz K Ü. Etkili Öğrenme ve Öğretme, Eğitim Dünyası Yayınları, İzmir, 2003.
13. İnal AN. Beden Eğitimi ve Spor Bilimi, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2009.
14. Kale R, Erşen E. Beden Eğitimi ve Spor Bilimlerine Giriş, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2003.
15. Saban A. Öğrenme Öğretme Süreci, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2004.
16. Selçuk Z. Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi, Nobel Yayın ve Dağıtım, Ankara, 1999.
17. Vural B. Öğrenci Merkezli Eğitim ve Çoklu Zekâ, Hayat Yayıncılık, İstanbul, 2004.
18. Yavuz KE. Eğitim Öğretimde Çoklu Zekâ Kuramı Uygulamaları, Özel Ceceli Okulları Eğitim Dizisi 1, Ankara, 2001.
19. Zorba E. Yaşam Boyu Spor, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2006.

## TÜRK FUTBOL HAKEMLERİNİN İŞ DOYUMU VE MESLEKİ TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Mehmet KARGÜN<sup>1</sup> Faruk ALBAY<sup>1</sup> Abdullah CENİKLİ<sup>1</sup> Mehmet GÜLLÜ<sup>2</sup>

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, Türkiye Futbol Liglerinde faal olarak görev yapan klasman futbol hakemlerinin mesleki tükenmişlik ve iş doyum düzeylerini incelemektir.

Araştırma grubunu Türkiye'nin değişik illerinde görev yapan 198 üst düzey erkek futbol hakemi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Maslach Tükenmişlik Envanteri (1981) ve Minnesota İş Doyum Ölçeği (1967) kullanılmıştır. Veri analizleri için, Kruskal Wallis Testi, Mann Whitney U Testi ve Spearman Korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

Öğrenim düzeyi, yaş, medeni durum, meslek değişkenleri ile hakemlerin "İş Doyum ve Tükenmişlikleri" arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ). Ancak daha önceden futbol oynamış hakemlerin "iş doyumluluklarında" ve hakemlik yaşları açısından da "duygusallıklarında" istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Diğer taraftan "duygusallık ile duyarsızlaşma" arasında pozitif yönlü ( $p<0,01$ ), "duyarsızlaşma ile kişisel başarısızlık" arasında da negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir ( $p<0,01$ ).

**Anhtar Kelimeler:** Maslach Tükenmişlik Envanteri, duyarsızlaşma, duygusal tükenme, kişisel başarı

## INVESTIGATION OF WORK SATISFACTION AND FATIGUE LEVELS OF TURKISH FOOTBALL REFEREES

### ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the job satisfaction and perceived level of professional burnout among referees in Turkey.

The subjects group was composed of 198 male referees who are from different cities of Turkey. The data were collected through Maslach Burnout Inventory (1981) and Minnesota Work Satisfaction Scale (1967). Kruskal Wallis Test, Mann Whitney U Test and Spearman correlation coefficient were used to analyze the data. No statistically significant difference was found between the referees' "work satisfaction and burnout" levels and the education level, age, marital status and professional variables ( $p>0,05$ ). However, significant differences were found in the "work satisfaction" levels of referees who had played football previously and in the "emotionality" of the referees in terms of their years in the profession ( $p<0,05$ ). Also the findings showed that personal accomplishment had a significant direct negative effect on depersonalization, whereas emotional exhaustion had a direct positive effect on depersonalization.

**Keywords:** Maslach Burnout Inventory, depersonalization, emotional exhaustion, personal accomplishment.

<sup>1</sup>Gaziosmanpaşa Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu/Tokat, (Yazışmadan sorumlu yazar: faruk.albay@gop.edu.tr)  
<sup>2</sup>İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu / Malatya

## GİRİŞ

Yüzyılın en önemli sosyal olgularından biri olan spor ekonomik, sosyal ve kültürel bir sektör olarak gelişimini sürdürmektedir. Yarışmalar ve yüksek performans beklentisi, sporla ilgilenenlerin ortak konuları arasında yer almaktadır. Özellikle futbol tüm dünya toplumlarının ilgi odağı haline gelmiştir. Bütün sporlar içinde en çok seyircinin izlediği bu spor dalının gerek öğretiminde gerekse yönetiminde hakemlerin belirleyici etkisi, tartışmasız, önemlidir [1]. Hakemlerin asli meslekleri dışında yaptıkları bu işte performanslarını en üst düzeye çıkarabilmesi, duygusal ve ruhsal olarak motivasyonlarını en üst seviyede tutabilmeleri oyunun geleceği açısından büyük önem arz etmektedir.

İş doyumunu çalışanın işini ya da iş yaşamını değerlendirmesi konusunda duyduğu haz ya da ulaştığı duygusal doyum olarak ifade edilmektedir. İş doyumunun yaşam doyumuyla ilgili olduğu ve bireylerin fizik ve ruh sağlıklarını doğrudan etkilediği kabul edilmektedir. İş doyumunu, çalışma yaşamının kalitesinin artırılması, çalışma koşullarının ve çalışma çevresinin düzenlenmesi, çalışanların psikolojik, ekonomik olarak toplumsala indirgenmesiyle sağlanabilmektedir [2].

Diğer taraftan mesleki tükenmişlik, bireylerin iş yaşamında insanlarla yüz yüze çalışmalarından dolayı yine insanlardan kaynaklanan ve bireylerde oluşan fiziksel, duygusal, ruhsal ve sosyal enerji kaybı olarak özetlenebilir [3]. Tükenmişlik kısaca üç başlıkta değerlendirilebilir. Bunlardan duygusallık; çalışanların yorgunluk ve duygusal yönden kendilerini aşırı yıpranmış hissetmeleri gibi duygularındaki artış olarak tanımlanmaktadır [4].

Bir diğeri olan duyarsızlaşma ise; kişinin bakım ve hizmet verdiklerine karşı, onların kendilerine özgü birer varlık olduklarını dikkate almaksızın ve duygudan yoksun şekilde davranmasıdır [5]. Son olarak da kişisel başarısızlık; kişinin kendini olumsuz değerlendirmesi ve kişisel başarı eksikliği olarak tanımlanmaktadır [4].

Spor kavramı içerisinde herhangi bir müsabakayı, karşılıklı iki takımın haklarını çiğnemenin ve tarafsızlık ilkelerine bağlı kalarak, en iyiyi gerçekleştirmek amacıyla, oyun kurallarını uygulama işi için oyun alanında bulunan kişiye "hakem"; bu kişinin saha içerisinde yaptığı hareketlerle, verdiği kararlarla ve uyguladığı yöntemlerle, icra ettiği işe ise "hakemlik" denir [6].

Bütün dünyada olduğu gibi Türkiye'de de futbolun önemi yadsınamaz. Tabi ki futbol hakemleri de bu sektörün büyük bir parçası konumundadırlar. Verdikleri kararlar ile sürekli kamuoyunun gündemimde olmaları ve aldıkları sorumlulukların çok büyük olması dikkatin daha da çok onlara çevrilmesine sebep olmaktadır. Bu nedenle hakemler üzerinde de birçok bilimsel çalışmanın yapılması söz konusudur.

Futbol hakemleri üzerine yapılan çalışmaların az olmasıyla beraber bu çalışmaların çoğunluğunun futbol hakemlerinin fiziksel performanslarına yönelik olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla, bu araştırma konusunun hakemlerin psikolojik özelliklerine odaklı yapılması söz konusu çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

Bu öneme binaen eldeki çalışmanın amacı, Türkiye Futbol Liglerinde faal olarak görev yapan klasman futbol hakemlerinin kişisel değişkenleri açısından mesleki tükenmişlik ve iş doyum düzeylerini incelemek ve böylece Türk hakemlerinin sorunlarını belirleyerek Türk hakemliğinin gelişimine katkı sağlamaktır.

## MATERYAL VE METOT

Araştırmanın evrenini 2010-2011 sezonunda Türkiye'nin yedi coğrafi bölgesinde görev yapan



klasman futbol hakemleri oluşturmaktadır. Çalışma, klasman futbol hakemlerinin iş doyumu ve tükenmişlik düzeylerinin ölçülmesine yönelik geliştirilmiş Maslach Tükenmişlik Ölçeği ve Minnesota İş Doyum Ölçeği'nin yer aldığı anket formlarına verdikleri yanıtlar ile sınırlıdır.

Araştırmanın örnekleme, kolay örnekleme yöntemiyle ulaşılabilen 198 klasman futbol hakeminden oluşmaktadır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak anket formu kullanılmıştır. Anket formu üç kısımdan (Kişisel Bilgi Formu, Maslach Tükenmişlik Ölçeği ve Minnesota İş Doyumu Ölçeği) meydana gelmiştir.

**Kişisel Bilgi Formu:** Bağımsız değişkenler ile ilgili bilgi toplamak üzere, araştırmacılar tarafından geliştirilen, kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Bu formda; hakemlerin yaş, meslek, aylık gelir, öğrenim, futbol oynayıp oynamadıkları, hangi bölgenin hakemi oldukları, kaç yıldır hakemlik yaptıkları, kategorideki hakemlik yılı, hakemlik performansları, hakemliğin maddi getirisi, hakemliğin sosyal statüsü, bir sezonda kaç müsabakada görev aldıkları, başka bir spor dalında hakemlik yapıp yapmadıkları gibi özellikleriyle ilgili sorular yer almaktadır.

**Maslach Tükenmişlik Envanteri (MTÖ-Maslach Burnout Inventory):** Araştırmada Klasman Futbol Hakemlerinin tükenmişliğini belirlemek için Maslach ve Jackson (1981) tarafından geliştirilen Maslach Tükenmişlik Ölçeği kullanılmıştır. Yedi dereceli Likert tipi bir ölçek olan bu ölçme aracı toplam 22 madde ve üç alt ölçekten oluşmaktadır. Bu alt ölçeklerden duygusal tükenme (emotional exhaustion) alt ölçeği 9 maddeden, duyarsızlaşma (depersonalizasyon) alt ölçeği 5 maddeden ve kişisel başarısızlık (personal accomplishment) alt ölçeği de toplam 8 maddeden oluşmaktadır. Ergin (1999), tarafından Türkçeye çevrilen envanterin 235 kişilik (doktor, hemşire, öğretmen, avukat, polis vb.) bir grupta ön denemesi yapılarak, bu gruptan elde edilen verilerin analizi sonucunda envantere bazı değişikliklere gidilmiştir. Özgün formu "hiçbir zaman, yılda birkaç kere, ayda bir, ayda birkaç kere, haftada bir, haftada birkaç kere, her gün" şeklinde yedi basamaklı cevap seçeneklerinden oluşmaktadır. Türkçe uyarlaması ise "hiçbir zaman, çok nadir, bazen, çoğu zaman, her zaman" şeklinde 5 basamaklı cevap seçeneklerinden oluşmaktadır [7].

**-Duygusal Tükenme:** (Emotional Exhaustion) alt ölçeği, kişinin mesleği ya da işi tarafından tüketilmiş ve aşırı yüklenilmiş olma duygularını tanımlar ve 9 maddeden oluşmaktadır (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 ve 20. madde).

**-Duyarsızlaşma:**(depersonalization)alt ölçeği, kişinin hizmet verdiklerine karşı, bireylerin kendilerine özgü birer varlık olduklarını dikkate almaksızın duygudan yoksun biçimde davranmalarını tanımlar ve 5 maddeden oluşmaktadır (5, 10, 11, 15 ve 22. madde).

**-Kişisel Başarı:** (Personal Accomplishment) kişisel başarı alt ölçeği, insanlarla çalışan bir kimsede yeterlilik ve başarıyla üstesinden gelme duygularını tanımlar ve 8 maddeden oluşmaktadır (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 ve 21. madde).

	<b>Yüksek</b>	<b>Orta</b>	<b>Düşük</b>
Duygusal Tükenme:	18 ve Üzeri	12- 17	0- 11
Duyarsızlaşma:	10 ve Üzeri	6- 9	0- 5
Kişisel Başarı:	0- 21	22- 25	26 ve üzeri

**Minnesota İş Doyumu Ölçeği (MiDÖ):** 15 sorudan oluşan likert tipi bir ölçektir. Her bir soru içinde, kişinin işinde duyduğu hoşnutluk derecesini tanımlayan 5 cevap seçeneği vardır. Ölçeğin güvenilirlik ve geçerlik çalışması Hackman ve Oldham (1975) tarafından, test tekrar test yöntemiyle yapılmış, birinci uygulamanın puan ortalaması 34. 27, ikinci uygulamanın puan ortalaması 34. 71 olarak bulunmuştur. İki uygulamanın puan ortalamalarının birbirine çok yakın olması güvenliliğin göstergesi olarak kabul edilmiştir. Türkiye'de Gödelek'in (1988), ölçeğin madde geçerliliği için yaptığı çalışmasında, maddelerin korelasyonları incelendiğinde, maddelerin çoğunun toplam ile anlamlı

ilişkiler verdikleri görülmüştür [8]. Ölçek her öğrenim düzeyindeki kişilere uygulanabilmektedir. Ölçeği oluşturan maddelerin tümü olumlu yönde olduğu için 1'den 5'e doğru puanlanmaktadır.

Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 70, en düşük puan ise 14'tür. Ölçekten alınan puanların 53–70 arasında olması iş doyumunun yüksek olduğunu, ölçekten alınan puanların 33–52 arasında olması iş doyumunun orta düzeyde olduğunu, ölçekten alınan puanların 14–32 arasında olması iş doyumunun düşük olduğunu göstermektedir.

Futbol hakemlerinin mesleki iş doyum ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi için düzenlenen bu çalışmada, anket yönteminden elde edilen ham veriler İstatistik Paket Programına (SPSS) yüklenmiştir.

İlk olarak bağımlı değişkenlere ait verilerin normal dağılıp dağılmadıkları Kolmogrov-Smirnov testi ve Shapira Wilk testleri ile sınanmış ve bu sinama sonuçlarında verilerin normal dağılmadıkları görülmüştür. Bu nedenle istatistikî analizlerde parametrik olmayan testlerin uygulanmasına karar verilmiştir. İkili karşılaştırmalar için Mann-Whitney U Testi ve Çoklu karşılaştırmalar için Kruskal-Wallis H Testi, Bonferroni düzeltmeli Mann-Whitney U Testi ve ilişki çözümlemelerinde Spearman korelasyonu analiz yöntemleri kullanılmıştır. Anlamlılık değeri için  $\alpha=0.05$  değeri kritik nokta olarak belirlenmiştir.

## BULGULAR

**Tablo 1.** Yaşa göre iş doyum ve tükenmişlik durumları

Yaş	18-22 (n=11)	23-27 (n=52)	28-32 (n=57)	33-37 (n=39)	38 + (n=38+)	P
<b>İş doyumunu</b>	48,63±8,51	48,17±8,44	48,09±7,88	47,13±6,91	47,42±9,31	0,894
<b>Duygusalılık</b>	22,96±4,67	23,27±6,71	24,60±6,97	22,00±7,48	25,31±7,36	0,375
<b>Duyarsızlaşma</b>	12,04±4,09	13,42±4,32	14,18±4,29	11,85±4,43	13,46±4,83	0,087
<b>Kişisel Başarı</b>	24,67±4,65	26,83±4,02	25,40±4,91	26,31±4,60	26,15±4,57	0,332

Tablo 1.'de de görüldüğü gibi yaş faktörünün, hakemlerin iş doyumları ve tükenmişlik durumları üzerindeki etkisi istatistiksel olarak bir anlamlılık ifade etmemektedir ( $p>0,05$ ).

Yaşlarına göre futbol hakemlerinin tükenmişlik alt boyutları (duygusalılık, duyarsızlaşma, kişisel başarı) incelendiğinde 38 yaş ve üzerindeki futbol hakemlerinin duygusalılık değerlerinin ( $\bar{X}=25,31$ ) en yüksek çıktığı görülmüş ancak yaşları arasında yapılan istatistiksel karşılaştırmada anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p>0,05$ ). 28-32 yaşları arasındaki hakemlerinin duyarsızlık boyutundaki değerleri en yüksek çıktığı görülmüştür ( $X=14,18$ ). Ancak yaşlar arası istatistiksel bir karşılaştırma yapıldığında yine anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 2.** Medeni duruma göre iş doyum ve tükenmişlik durumları

Medeni Durum	Evli (n=102)	Bekar (n=96)	P
<b>İş Doyumu</b>	48,25±7,72	47,53±8,44	0,536
<b>Duygusalılık</b>	24,02±6,23	23,22±7,47	0,230
<b>Duyarsızlaşma</b>	13,19±4,14	13,15±4,73	0,976
<b>Kişisel Başarı</b>	25,86±4,48	26,07±4,67	0,648

Hakemlerinin medeni durumlarına göre iş doyumları incelendiğinde evli hakemlerin iş doyum düzeyleri ( $\bar{X}=48,25$ ) diğer gruba göre daha yüksek çıkmıştır (Tablo 4). Ancak bu istatistiksel olarak anlamlı bir fark değildir ( $p>0,05$ ). Medeni durumlarına göre futbol hakemlerinin tükenmişlik alt boyutları (duygusallık, duyarsızlaşma, kişisel başarı) incelendiğinde, evli futbol hakemlerin duygusallık değerlerinin yüksek ( $\bar{X}=24,02$ ) çıktığı görülmüş, ancak evli olanların değerleri ile yapılan karşılaştırmada istatistiksel manada anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 3.** Mesleğe göre iş doyum ve tükenmişlik durumları

Meslekler	Öğrt. Elemanı (n=12)	İşçi (n=23)	Öğretmen (n=32)	Doktor (n=18)	Polis (n=16)	Büro Mem (n=8)	Yönetici (n=10)	Diğerleri (n=79)	p
İş doyum	46,50 ±5,17	48,57 ±7,78	47,63 ±8,73	50,61±9 ,72	47,75 ±6,86	54,13 ±6,66	49,50 ±6,15	46,61 ±8,18	0,181
Duygusallık	24,08 ±6,15	22,57 ±6,10	21,97 ±5,80	24,61±4 ,34	23,88 ±7,42	24,88 ±4,98	25,70 ±7,74	23,89 ±7,94	0,723
Duyarsızlaşma	15,33 ±2,83	12,74 ±4,75	12,59 ±3,90	15,06±1 ,98	12,50 ±4,76	13,63 ±2,61	12,80 ±4,84	12,90 ±5,04	0,408
Kişisel Başarı	26,75 ±4,92	26,00 ±4,72	26,91 ±4,75	25,33±2 ,84	25,44 ±3,65	27,50 ±3,07	24,80 ±4,34	25,70 ±5,05	0,714

İş doyumları bakımından incelendiğinde asıl mesleği büro memurluğu olan hakemlerin, duygusallıkları bakımından mesleği yöneticilik olan hakemlerin, duyarsızlaşma durumları bakımından mesleği doktorluk olan hakemlerin, kişisel başarıları bakımından da mesleği öğretmenlik olan hakemlerin değerleri diğer meslek guruplarına göre daha yüksek çıkmıştır. Ancak guruplar arası yapılan istatistiksel karşılaştırmada anlamlı bir fark yoktur ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.** Öğrenim düzeyine göre iş doyum ve tükenmişlik durumları

Öğrenim Düzeyleri	Lise (n=71)	Lisans (n=85)	Lisansüstü (n=42)	p
İş doyum	47,94±8,45	48,58±7,89	46,40±7,74	0,397
Duygusallık	23,07±6,33	23,51±7,46	24,83±6,42	0,343
Duyarsızlaşma	12,63±4,55	12,99±4,66	14,43±3,47	0,104
Kişisel Başarı	25,86±4,42	25,73±4,74	26,62±4,49	0,762

Tablo 4.'de futbol hakemlerinin öğrenim düzeylerine göre iş doyumları incelendiğinde; lisans eğitimi alan futbol hakemlerin iş doyum düzeyleri ( $\bar{X}=48,58$ ) ve lisansüstü eğitim alan hakemlerin duyarsızlaşma değerleri ( $\bar{X}=14,43$ ) diğer öğrenim düzeyindeki hakemlerin bu değerlerinden daha yüksek çıkmıştır. Ancak gruplar arası yapılan istatistiksel karşılaştırmada anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 5.** Futbolculuk deneyimine göre iş doyum ve tükenmişlik durumları

Oyunculuk Süreleri	Yok	1-3 yıl	4-6 yıl	7-9 yıl	10 yıl +	p
	(n=48)	(n=48)	(n=59)	(n=25)	(n=16)	
<b>İş doyum</b>	<b>45,77±8,21</b>	47,23±7,03	47,90±8,87	<b>51,72±7,79</b>	50,06±6,01	<b>0.046</b>
<b>Duygusallık</b>	23,79±6,35	23,52±7,62	23,59±6,67	24,28±6,52	22,72±7,64	0.933
<b>Duyarsızlaşma</b>	12,54±4,56	13,58±4,36	13,44±4,20	13,32±4,38	12,61±5,23	0.880
<b>Kişisel Başarı</b>	26,27±4,86	25,35±4,80	26,58±3,90	24,48±4,40	26,83±5,14	0.228

Tablo 5'de önceden futbol oynamış hakemlerin iş doyumları ve mesleki tükenmişlikleri (duygusallık, duyarsızlaşma, kişisel başarı) incelendiğinde; sadece "iş doyum" değişkeninde, hiç futbol oynamamış olanlar ile "7-9 yıl" arası futbol oynayanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ( $p<0,005$ ). Diğer değişkenler açısından istatistiksel manada anlamlı fark bulunamamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 6.** Hakemlik yaşına göre iş doyum ve tükenmişlik durumları

Hakemlik Süresi	1-3 yıl	4-6 yıl	7-9 yıl	10-12 yıl	13-15 yıl	16 yıl +	p
	(n=45)	(n=45)	(n=50)	(n=28)	(n=17)	(n=13)	
<b>İş Doyumu</b>	45,58 ±7,70	48,00 ±7,57	48,52 ±8,44	48,46 ±7,02	51,12 ±8,42	47,77 ±10,32	0.246
<b>Duygusallık</b>	22,71 ±7,32	22,56 ±6,60	23,42 ±5,97	25,82 ±7,60	22,18 ±7,76	28,54 ±3,25	<b>0.011</b>
<b>Duyarsızlaşma</b>	12,62 ±4,84	12,67 ±4,84	13,38 ±4,09	13,36 ±4,58	13,41 ±3,92	15,23 ±2,58	0.698
<b>Kişisel Başarı</b>	26,33 ±4,73	26,02 ±4,93	25,84 ±3,81	25,96 ±5,17	26,00 ±5,28	24,92 ±3,47	0.925

Tablo 6'da futbol hakemlerinin hakemlik süresine göre iş doyumları incelendiğinde 13-15 yıllık futbol hakemlerin iş doyum düzeyleri ( $\bar{X}=51,12$ ) diğerlerine göre daha yüksek çıkmıştır. Ama bu fark istatistiksel olarak bir anlamlık ifade etmemektedir ( $p>0,05$ ). Fakat 16 yıl ve üzeri hakemlik yapanların duygusallık değerleri, 4-6 ve 7-9 yıllık hakemlerle karşılaştırıldığında anlamlı fark görülmektedir ( $p<0,005$ ).

Her ne kadar 16 yıl ve üzeri hakemlik deneyimi olanların duyarsızlaşma değerleri diğerlerinden yüksek olması dikkat çekici olsa da ( $\bar{X}=15,23$ ) bu durum istatistiksel manada anlamlı değildir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 7.** Mesleki tükenmişlik alt boyutları ile iş doyum düzeyleri arasındaki ilişki

	İş doyum	Duygusal	Duyarsızlaşma	Kişisel Başarı
İş Doyumu	1	-,076	,014	-,006
Duygusal	-,076	1	<b>,644*</b>	<b>-,248*</b>
Duyarsızlaşma	,014	<b>,644*</b>	1	,001
Kişisel Başarı	-,006	<b>-,248*</b>	,001	1

\*  $p<0,01$

Tablo 7'de görüldüğü üzere futbol klasman hakemlerin iş doyum ile mesleki tükenmişliğin bütün alt boyutları (Duygusal, Duyarsızlaşma ve Kişisel Başarı) arasında anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilmemiştir. Ancak mesleki tükenmişliğin alt boyutları arasında anlamlı düzeyde ilişkiler tespit edilmiştir ( $p<0,01$ ). Duygusallık ile duyarsızlaşma arasında  $r=0.644$  oranında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0,01$ ). Kişisel başarı ile duyarsızlaşma arasında  $r=0.248$  oranında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0,01$ ).

## TARTIŞMA

Bu araştırmada yaş faktörüyle, futbol hakemlerinin iş doyum ve tükenmişlik düzeyleri (duygusallık, duyarsızlaşma, kişisel başarı) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p>0,05$ ). Futbol antrenörlerinde yapılan benzer bir çalışmada da yaşlara göre mesleki tükenmişlik değerleri arasında anlamlı fark bildirilmemektedir [9]. Tekvando hakemlerinde yapılan diğer bir çalışmada ise, yaş değişkenine göre; hakemlerin duygusal tükenmişlik düzeyleri ile duyarsızlık düzeyleri ve yine duygusal tükenmişlik düzeyleri ile kişisel başarı düzeyleri arasında anlamlı bir farkın ortaya konulmadığı görülmektedir [10]. Aynı şekilde hentbol hakemlerinde yapılan bir başka çalışmada da yaş değişkeni ile iş doyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı belirtilmektedir [11].

Yukarıdaki çalışmalara paralel olarak yaşın iş doyum ve tükenmişlik düzeyi üzerine etkili bir değişken olmadığı sonucunu ortaya koyan bir diğer çalışmada, farklı bir meslek grubu olarak öğretilenler üzerinde yapılandır [2]. Genç yaştaki hakemlerin iş doyumları ve tükenmişlik düzeylerinin olumsuz yönde etkilenmemesi onların daha dinamik, bedenen kendilerini daha hazır hissetmeleri, daha heyecanlı olmaları ve mesleki yükselme arzularına bağlı yüksek motivasyona sahip bulunmaları gibi faktörel sebeplerle açıklanabilir. Anlaşılabileceği gibi bunlara benzer pek çok faktör genç hakemlerin iş doyum ve tükenmişlik değerlerinin olumsuz yönde etkilenmesinin önüne geçmektedir. Ancak burada yaşlı ilerlemiş hakemlerin durumları dikkat çekici olabilir. Bu hakemlerin mesleki iş doyum ve mesleki tükenmişlik düzeylerine, sahip oldukları uzun deneyimlere bağlı olarak; problemlerin üstesinden gelebilme, yaşanan problemlerin kendilerini etkilemesine izin vermeme ve zor işleri daha kolay becerebilme gibi tecrübi birikimlerin olumlu yönde etki yaptığı söylenebilir.

Bu çalışmada evli hakemlerin iş doyum ve duygusallık değerleri bekar hakemlerden daha yüksek çıkmıştır. Ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $p>0,05$ ). Futbol antrenörlerinde

yapılan benzer bir çalışmada da, medeni durumun tükenmişlik düzeyine anlamlı bir etkisi olmadığı saptanmıştır [12]. Bu durum, hakemlik yapan kişilerin mesailerinin bulunmaması, çalışma saatlerinin uzun süreli olmaması, evli hakemlerin ailelerine ve işlerine, bekar hakemlerin de yakın çevrelerine ve arkadaşlarına yeterince zaman ayırabilmesi gibi sebeplerle izah edilebilir. Dolayısıyla hakemlik mesleğinin sözü edilen bu pozitif yönleri, hakemlerin iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinde medeni durumun önemli bir fark oluşturmadığı sonucunu açıklayabilir.

Hakemlerin, hakemlikteki iş doyumu ve mesleki tükenmişlik değerleri onların asıl mesleklerine göre farklılık göstermemektedir ( $p>0,05$ ). Zaten kişi kendi asıl mesleği dışında hakemliği sevdiğinden ve bilinçli olarak seçtiğinden onun herhangi bir meslek grubu mensubu olması gibi faktörlerin hakemlikteki iş doyumu ve mesleki tükenmişlik değerini etkilememesi doğal karşılanmalıdır.

Futbol hakemlerinin öğrenim düzeylerine göre iş doyumları incelendiğinde; lisans eğitimi almış futbol hakemlerinin iş doyum düzeyleri ( $\bar{X}=48,58$ ) ve lisansüstü eğitim alan hakemlerin duyarsızlaşma değerleri ( $\bar{X}=14,43$ ) diğer öğrenim düzeyindeki hakemlerden daha yüksek çıkmıştır. Ancak gruplar arası yapılan istatistiksel karşılaştırmada anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p>0,05$ ). Konuyla ilişkili olarak yapılan bir çalışmada, antrenörlük mesleğinde de öğrenim düzeyinin tükenmişlik düzeyine bir etkisi olmadığı bildirilmektedir [12]. Yapılan diğer çalışmada da tekvando hakemlerinin eğitim durumu değişkeni ile duygusal tükenmişlik düzeyleri arasında; duyarsızlık düzeyleri ile de kişisel başarı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür [10]. Yine yapılan bir başka çalışmada, eğitim durumuna bağlı olarak hentbol hakemlerinin tükenmişlik değerleri ve iş doyumlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir [11]. Bu sonuçlardan hakemlikte yaşanan ve hakemlik mesleğini olumsuz yönde etkileyebilecek olay ve konuların, daha çok hadiseleri algılama biçimiyle, yani bireylerin karakteristik yapılarıyla ilişkili olduğu, fakat öğrenim durumu ile ilişkili olmadığı anlaşılmaktadır.

Hakem olmadan önce futbol oynamış olan hakemler (7–9 yıl) ile hiç futbol oynamamış hakemler arasında “iş doyumlulukları” bakımından anlamlı fark bulunurken ( $p<0,05$ ), “mesleki tükenmişlikleri” bakımından istatistiksel manada anlamlı fark bulunamamıştır ( $p>0,05$ ). Hakemlerin uzun süre futbol oynamış olmaları, yani futbolun içinden gelmeleri hakemliği daha önceden saha içi ve dışı olaylardan tanınmalarını sağlamaktadır. Bu unsurla birlikte hakemliğin zevk alınarak yapılıyor olması da hakemlerin iş doyumlarını olumlu yönde etkileyebilir.

13–15 yıllık futbol hakemlerinin iş doyum düzeyleri ortalaması ( $\bar{X}=51,12$ ) diğerlerine göre daha yüksek çıkmıştır. Ama bu fark istatistiksel olarak bir anlamlılık ifade etmemektedir ( $p>0,05$ ). Diğer taraftan 16 yıl ve üzeri hakemlik yapanların duygusallık değerleri, 4–6 ve 7–9 yıllık hakemler ile karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ( $p<0,05$ ).

Futbol hakemlerinin “iş doyumu” ile “mesleki tükenmişlik” değerleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilememiştir. Fakat mesleki tükenmişlik alt boyutları (duygusallık, duyarsızlaşma ve kişisel başarı) aralarında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur ( $p<0,01$ ). Örneğin; duygusal tükenme ile duyarsızlaşma arasında ( $r=0.644$ ) pozitif yönlü ( $p<0,01$ ), kişisel başarı ile duyarsızlaşma arasında ise ( $r=0.248$ ) negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0,01$ ). Bunun yanında, kişisel başarı ile duyarsızlaşma arasında anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Bu çalışma sonuçlarına paralel olarak, sağlık sektöründe yapılan bir çalışma da, hemşirelerin duygusal tükenmişlikleri ile duyarsızlaşmaları arasında pozitif yönde ilişki olduğunu bildirmektedir [13].

Bu çalışma, hakemin işine yönelik duygusal isteksizliğindeki artışın işe yönelik duyarsızlığı arttırdığını, diğer taraftan işe yönelik duyarsızlığın arttığında da kişisel başarıda bir azalma meydana geldiğini göstermektedir. Bilindiği üzere başarı insan motivasyonu artırır ve kişiyi motive eder. Böyle bir pozitif döngü şüphesiz bireyi mesleği ile ilgili konularda daha duyarlı hale getirir ve iş

doyumunu yükselterek tükenmişlik düzeyini düşürür.

Sonuç olarak hakemi başarısızlığa iten nedenlerden olan duyguların kontrol altında tutulamaması ve durumun mesleki duyarsızlığa sebep olması profesyonellekle ilişkilendirilebilir. Her ne kadar hakemlik, çalışanlarına kazanç getiren profesyonel bir meslek gibi görünse de gerçekte öyle değildir. Çünkü hakemlerin bir de birincil meslekleri vardır. Hakem; öğretmendir, doktordur, askerdir, memurdur. Hal böyle olunca, yani bireylerin asıl mesleklerinde yaşadıkları her türlü olumlu veya olumsuz süreçler ile hakemlik müessesesinin doğasında bulunan genel stres ve zorlukların birleştğinde hakemler mesleki açıdan duyarsızlaşabilir ya da hakem bu sürece hızla itilebilir. Bu manada bir hakemin, hakemlik işinin dışındaki farklı bir meslekten kazanç sağlanmasının önüne geçilmesi yani hakemliğin profesyonel bir meslek haline getirilmesi onların mesleğe karşı duyarsızlaşma riskini nispeten düşürebilir. Böylece hakemlik performansı açısından sahada daha başarılı sonuçlar elde edebilmek kolaylaşabilir.

## KAYNAKLAR

1. Sunay H. Ankara Bölgesi Futbol Hakemlerinin Hakemliğe Yönelmelerine Etki Eden Motivasyonel Etmenler Üzerine Bir Araştırma, Hacettepe Üniversitesi Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi, (2), 18, Ankara, 1995.
2. Akçamete G, Kaner S, Sucuoğlu B. Öğretmenlerde Tükenmişlik, İş Doyumu ve Kişilik, Nobel Yayını Ankara, 2001.
3. Kavla E. Hemşirelerde "İş Doyumu ile Tükenmişlik İlişkisi, (Yayınlanmamış Yüksek Lisan Tezi) Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 1998.
4. Maslach C, Jackson SE. The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Behaviour*, 1981, 2(2): 99 –113.
5. Landy FJ. An Opponent Process of Job Satisfaction. *Journal of Applied Psychology*, 1978, 63(5); 533-548.
6. Karakaş Ş. Psikolojiye Giriş Ders Kitabı (Çev.), Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü Yayını, Ankara, 1980.
7. Ergin C. Doktor ve Hemşirelerde Tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin Uyarlanması, VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Türk Psikologlar Derneği Yayını, 143-154, 1999.
8. Gödelek E. Üç Farklı İş Kolunun (Tekstil, Tekstil Boya, Çimento) Psiko-Sosyal Stres Faktörleri Yönünden Karşılaştırılması, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 1988.
9. Anthanasios K. Burnout among football coaches in Greece, *Biology of Exercise*, 2010, 6(1); 5-121, Greece.
10. Tekin M, Taşğın, Ö, Baydil B. Çeşitli Değışkenlere Göre Taekwondo Hakemlerinin Tükenmişlik Düzeylerinin Belirlenmesi, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 2009, 17(3); 1001-1012.
11. Can Y, Soyer F, Yılmaz F. Hentbol Hakemlerinin İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimi Dergisi*, 2010, 12(2);113-119.
12. Biber E, Ersoy A, Acet M, Küçük V. Türk Futbol Antrenörlerinin Tükenmişlik Düzeylerinin Değeriendirilmesi, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 2010, 12 (2);134-143.
13. Kalliath T, Morris R. Job Satisfaction Among Nurses: A Predictor of Burnout Levels, *Journal of Nursing Administration*: December 2002 – 32(12); 648-654.

# BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ ADAYLARININ BİLİMSEL EPİSTEMOLOJİK İNANÇLARININ FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Ebru Olcay KARABULUT<sup>1</sup>

Hakkı ULUCAN<sup>1</sup>

## ÖZET

Bu araştırma, 2011-2012 eğitim öğretim yılında farklı üniversitelerin beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğretmenlik bölümlerinde okuyan 1. ve 4. sınıf öğrencilerininbilimsel epistemolojik inançlarının düzeyini çeşitli değişkenler açısından incelemek amacıyla yapılan tarama modellen bir çalışmadır.

Araştırmanın çalışma grubunu Ahi Evran, Selçuk ve Gazi Üniversiteleri Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (BESYO) öğretmenlik bölümü 1. ve 4. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Pomeroy (1993) tarafından geliştirilen ve Deryakulu ve Bıkmaz (2003) tarafından Türkçeye uyarlanan “Bilimsel Epistemolojik İnançlar Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0,91 olarak saptanmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 17 istatistik programı kullanılmış,değişkenler arasındaki farklarda 0.05 önem düzeyi dikkate alınmıştır.

Sonuç olarak; öğrencilerin üniversite ve cinsiyet değişkeni ile “bilimsel epistemolojik inançlar” arasında anlamlı ilişki tespit edilememekle beraber, sınıf değişkeninde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dördüncü sınıfların Bilimsel Epistemolojik İnançlar Ölçeğinden aldığı puan ortalamalarının 1. sınıflardan yüksek olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Beden Eğitimi Öğretmeni, Epistemoloji, Epistemolojik İnanç

## THE EXAMINATION OF PHYSICAL EDUCATION TEACHER CANDIDATES' SCIENTIFIC EPISTEMOLOGICAL BELIEFS IN TERMS OF DIFFERENT VARIABLES

## ABSTRACT

The aim of this study is to examine the scientific epistemological belief levels of the students in Physical Education and SportsHigh Schools of different universities during the 2011-2012 Academic Year in terms of different variables. Survey methodhas been used in the study.

The participants of the study are the first and fourth class students in Physical Education and SportsHigh Schools in AhiEvran, Selçuk and GaziUniversities. The data has beencollectedthrough the “Scientific Epistemological Beliefs Scale” designed by Pomeroy (1993) and adapted into Turkish by Deryakulu and Bıkmaz (2003). The internal consistency coefficient of the scale is 0.91. The data obtained is analyzed through SPSS 17 Package Programme and for the difference between the variables, 0.05 significance level has been taken into consideration.

<sup>1</sup>Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu / Kırşehir, eoyucel@ahievran.edu.tr (Yazışmadan sorumlu yazar); hulucan@gazi.edu.tr



At the end of the study, it has been found that although there is no meaningful between the students' university and gender variable and scientific epistemological beliefs; a significant relationship has been observed in class variable. The point averages that the fourth year students have taken from the Scientific Epistemological Scale are higher than the first year students have taken.

**Key Words:** Physical education teacher, epistemology, epistemological belief

## GİRİŞ

Bilginin ne olduğu konusu ilk çağlardan günümüze kadar filozofların, eğitimcilerin, bilim adamlarının ilgisini çekmiştir. Öyle ki içinde bulunduğumuz çağ, bilgiye erişimin çok hızlı olması nedeniyle bilgi çağı; bu çağda varlığını sürdüren topluluklar da bilgi toplumu olarak anılmaya başlanmıştır [1].

Dünyada bilginin önemi hızla artarken, bilgi kavramı ve bilim anlayışı da hızla değişmektedir. Bu gelişmeler aynı zamanda, bilgi toplumu oluşumu sürecini başlatmıştır [2].

Epistemoloji, bilgiyi araştıran bir felsefi akımdır [3]. Epistemoloji, felsefenin bilgi nedir, bilginin doğası, kaynağı, sınırları nelerdir gibi sorulara cevap arayan disiplini olarak adlandırılırken, inanç sözlük anlamı olarak iman, itikat, inanılan şey gibi kavramlarla ifade edilir [4,5].

Araştırmacılar, epistemolojik inançlarla ilgili farklı yaklaşımlar geliştirmişlerdir. Buyaklaşımlar daha çok öğrenci ve öğretmenlerin bilgiye ve epistemolojik konulara ilişkin inançlarını tanımlama ve ölçmeye yöneliktir. Araştırmaların çoğunun kökeni, Perry'nin üniversite öğrencilerinin zihinsel ve ahlaki gelişimi üzerine olan ve yeni ufuklar açan çalışmasına dayanmaktadır. Bu alandaki araştırmalar, 1960'lı yılların sonundan 1980'li yılların sonlarına kadar tek boyutlu olarak gelişme göstermiş, 1990'lı yıllarda Schommer'in çalışmalarıyla çok boyutlu bir nitelik kazanmıştır [6].

Bilginin doğasına düalist bakış açısı geliştiren bireyler, bilginin mutlak ve kesin olduğuna (ya doğru, ya yanlış); doğru bilginin ancak uzmanlar tarafından oluşturulup kitlelere aktarıldığına inanmaktadırlar. Zamanla çoğulcu bakış açısı geliştiren bireyler ise, bilginin mutlak ve kesin olmadığına; uzmanların bilgisinin kesin olamayacağına ve dahi kendi görüşlerini oluşturma haklarının bulunduğuna inanmaktadırlar. Bilginin aktif ve kişisel olarak yapılandırıldığını düşünen görececi bireyler, kendilerini etkin bir anlam oluşturucu olarak algılamaktadırlar. Bağlılık düzeyindeki bireylerde ise, göreceli düşünme devam etmekle birlikte, belli bir bakış açısı ya da görüşe esnek ama güçlü bir biçimde inanma söz konusudur [7,8,9,10].

Epistemolojik inançlar genel olarak bireylerin; bilginin ne olduğu konusundaki fikri, bilme ve öğrenmenin nasıl gerçekleştiği ile ilgili öznel inançlarıdır. Bu inançlar gelecekteki öğretmenlerin program geliştirirken yapacakları etkinlikleri bütünüyle etkileyeceğini tanımında barındırmaktadır [11]. Açık ki, öğretmenlerin içinde buldukları program sistemi, onların sahip oldukları inançlar tarafından etkilenip, yönlendirilecektir [4]. Öğretmen eğitiminde günün gereklerini karşılayacak reformların yapılması için, öğretmenlerin eğitim-öğretim anlayışlarını etkileyen faktörlerin incelenmesi ve bu faktörlerin onların eğitim durumlarındaki etkilerinin ortaya konulması oldukça önemlidir. Epistemoloji (bilgi ve öğrenmenin doğası) ve bilimin doğasına ilişkin öğretmen inanışlarının öğretim faaliyetlerini etkileyen önemli bir faktör olduğu araştırmacılar tarafından ortaya konmuştur [12,13].

Bu çalışma, beden eğitimi öğretmenliği adaylarının, bireysel özellikler arasında yer alan epistemolojik inançlarının belirlenmesi ve bu inançlarının bazı değişkenlere göre farklılaşım farklılaşmadığının araştırılması amacıyla yapılmıştır.

## MATERYAL VE METOD

### Araştırmanın Modeli ve Çalışma Grubu

Araştırma farklı üniversitelerin beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğretmenlik bölümlerinde okuyan 1. ve 4. sınıf öğrencilerin Bilimsel Epistemolojik İnançlarının Düzeyini çeşitli değişkenler açısından incelemeyi amaçlayan tarama modellenli bir çalışmadır.

Araştırmanın evreni ve örneklemi, Ahi Evran, Selçuk ve Gazi Üniversiteleri BESYO öğretmenlik bölümü 1. ve 4. sınıf öğrencilerinin tamamıdır.

**Tablo 1.** Araştırma Grubunun Demografik Değişkenlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

	Değişkenler	f	%
Üniversite	Ahi Evran Üniv.	77	43,3
	Selçuk Üniv.	49	27,5
	Gazi Üniv.	52	29,2
	<b>Toplam</b>	<b>178</b>	<b>100</b>
Sınıf	1	89	50
	4	89	50
	<b>Toplam</b>	<b>178</b>	<b>100</b>
Cinsiyet	Bayan	69	38,8
	Erkek	109	61,2
	<b>Toplam</b>	<b>178</b>	<b>100</b>

Tablo 1'e bakıldığında, araştırma grubunun 77'sinin (%43,3) Ahi Evran Üniversitesi, 49'unun (%27,5) Selçuk Üniversitesi, 52'sinin (%29,2) Gazi Üniversitesi öğrencisi olduğu, 89'unun (%50) 1. sınıfta, 89'unun (%50) 4. sınıfta okuduğu görülmektedir. Tabloda ayrıca grubun 69'unun (%38,8) bayan, 109'unun da (% 61,2) erkek olduğu anlaşılmaktadır.

### Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak Pomeroy (1993) tarafından geliştirilen ve Deryakulu ve Bıkmaz (2003) tarafından Türkçeye uyarlanan "Bilimsel Epistemolojik İnançlar Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçekteki 30 maddenin faktör yük değerlerinin .751 ile .245 arasında olduğu ve madde toplam korelasyonlarının .706 ile .233 arasında değiştiği belirlenmiş, Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı ise .91 olarak saptanmıştır [14,15].

Ölçek, Kesinlikle katılmıyorum (1) Tamamen katılıyorum (5) arasında değişen Beşli Likert tipi bir derecelendirme özelliğine sahiptir. Ölçekte yer alan 30 maddenin geleneksel bilim anlayışını yansıtan 22 maddesi olumlu (+), geleneksel olmayan bilim anlayışını yansıtan 8 maddesi ise olumsuz (-) kodlanmaktadır [15].

### Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizleri için aritmetik ortalama ve standart sapma alınmıştır. Bağımlı değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için Kolmogorov-Smirnov testinden yararlanılmış ve böylece değişkenlerin normal dağılım gösterdikleri tespit edilmiştir. Araştırma grubunun, cinsiyetleri ve sınıf değişkenleri ile Bilimsel Epistemolojik İnançlar Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkı tespit etmek amacıyla t- testi, üniversite değişkeni ile ölçekten alınan puanlar arasındaki farkı tespit etmek amacıyla da tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık içinse 0,05 anlamlılık düzeyi seçilmiştir.

## BULGULAR

Tablo 2. Bilimsel Epistemolojik İnanç Ölçeği Tanımlayıcı İstatistikleri

N	Min	Max	Mean
178	60	120	100,62

Tablo 2’de görüldüğü üzere araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin Bilimsel Epistemolojik İnanç Ölçeği’nden elde ettikleri puan ortalamalarının (100,62), genel olarak ölçekten alınan en yüksek puan ortalamasına yakın olduğu görülmektedir. Bu da öğrencilerin geleneksel bilim anlayışına inançlarının güçlü olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Araştırma Grubunun Üniversite Değişkenine Göre Bilimsel Epistemolojik İnanç Ölçeği Puanları Arasındaki Fark İçin Anova Testi Sonuçları

Değişkenler		N	$\bar{X}$	Ss	f	p	Fark
Üniversite	Ahi Evran Üniv.	77	98,80	10,27	2,598	,077	-
	Selçuk Üniv.	49	102,46	6,65			
	Gazi Üniv.	52	101,57	10,51			

Tablo 3’den de anlaşılacağı gibi, bilimsel epistemolojik inançlar envanterinden alınan puanların üniversite değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova testi sonuçlarında üniversite değişkeni ile ölçekten alınan puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur ( $p>,05$ ).

Tablo 4. Araştırma Grubunun Sınıf Değişkenine Göre Bilimsel Epistemolojik İnanç Ölçeği Puanları Arasındaki Fark İçin t-Testi Sonuçları

Değişkenler	N	$\bar{X}$	s	t	P
1.Sınıf	89	97,15	9,98	,153	,000*
4. Sınıf	89	104,08	7,78		

Tablo 4’den de anlaşılacağı üzere, grubun bilimsel epistemolojik inançlar ölçeğinden almış oldukları puanların, sınıf değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacı ile yapılan t- testi sonuçlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<,05$ ). Dördüncü sınıf öğrencilerinin puanlarının, 1. sınıf öğrencilerine oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ortaya çıkan bu sonuç, 4. sınıfta okuyan öğrencilerin geleneksel bilim anlayışı inançlarının diğer 1. sınıf öğrencilerine göre daha güçlü olduğunu göstermektedir.

Tablo 5. Araştırma Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Bilimsel Epistemolojik İnanç Ölçeği Puanları Arasındaki Fark İçin t-Testi Sonuçları

Değişkenler	N	$\bar{X}$	s	t	P
Bayan	69	101,43	9,35	,306	,370
Erkek	109	100,11	9,73		

Tablo 5’ten görüldüğü üzere, bilimsel epistemolojik inançlar envanterinden alınan puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t- testi sonuçlarında cinsiyet değişkeni ile ölçekten alınan puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur ( $p>,05$ ).

## TARTIşMA VE SONUÇ

Bilimsel Epistemolojik İnançlar ile ilgili yapılan çeşitli çalışmalar incelenerek farklı üniversitelerin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğretmenlik bölümlerinde okuyan 1. ve 4. sınıf öğrencilerinin bilimsel epistemolojik inanç düzeyleri aşağıda tartişılmıştır.

Araştırma grubunun Epistemolojik İnançlar ölçeğinden aldığı en düşük puan 60, en yüksek puan 120 olup, grup ortalamasının 100,62 olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar beden eğitimi öğretmenliği adaylarının geleneksel bilim anlayışına inançlarının güçlü olduğunu göstermektedir. Öğrencilere bilim gibi farklı öğrenme alanlarında bilginin doğasına ilişkin daha iyi bir anlayış kazandırmada öğretmenler olduğuça önemli öğgelerdir [16]. Epistemolojik inançlar bir öğretmenin öğretim yöntemi, sınıf yönetimi gibi boyutlarda vereceği kararları ve seçimleri de etkiler.

Tablo 3'den de anlaşılacağı gibi araştırma grubunun üniversite değişkenine göre Bilimsel Epistemolojik İnanç Düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Epistemolojik inançlar genel olarak bireylerin; bilginin ne olduğu konusundaki fikri, bilme ve öğrenmenin nasıl gerçekteleştiği ile ilgili öznel inançlarıdır [11]. Öğretmenlerin içinde buldukları program sistemi de, onların sahip oldukları inançlar tarafından etkilenip, yönlendirilecektir [4]. Buradan hareketle, ülkemizdeki beden eğitimi ve spor yüksekokullarının müfredat programlarının birbirine çok benzer olması bu sonucu etkilemiş olabilir. Sonuç olarak, öğrencilerin farklı üniversitelerde okumalarının Bilimsel Epistemolojik İnanç Düzeylerini etkilemediğini söyleyebiliriz.

Tablo 4'deki verilerden anlaşılacağı üzere, araştırma grubunun Bilimsel Epistemolojik İnanç Düzeyleri ile sınıf değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Dördüncü sınıf öğrencilerinin Bilimsel Epistemolojik İnançları 1. sınıf öğrencilerinden yüksek çıkmıştır. Üniversite eğitimi özerk ve bilimsel yapısıyla diğer eğitim kurumlarından farklı bir yapı içeriyor olduğu düşünöldüğünde dört yıllık eğitim surecinin böyle bir farklılığa sebep olması beklenen bir sonuçtur [17]. Öğrenciler üniversitede, aktarılan bilgiler ve yapılan araştırmalar sonucunda bilgiye olan bakış açılarını genişletmektedir. Schommer (1994), Green ve Parker (1989), Eroğlu (2004)'un üniversite eğitiminin öğrencilerin bilimsel epistemolojik inançlarını geliştirdiği yönünde çalışmaları araştırma bulgularını desteklemektedir [9, 17, 18].

Tablo incelendiğinde, araştırma grubunun cinsiyetleri ile Bilimsel Epistemolojik İnanç Düzeyleri arasında anlamlı farklılık saptanmadığı anlaşılacaktır. Bu sonuç araştırma grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin epistemolojik inançları aynı biçimde sergiledikleri, cinsiyetin epistemolojik inanç düzeyini etkilemediği şeklinde yorumlanabilir. Chan (2003) Hong Kong'lu öğretmenlik bölümü öğrencileri ile yaptığı çalışmasında, Terzi (2005) Karadeniz Teknik Üniversitesi'nde farklı bölümlerde okuyan öğrenciler ile yaptığı çalışmasında, Karhan (2007) ilköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerle yapmış olduğu tez çalışmasında, cinsiyete göre her iki inanç alt boyutu puanlarında anlamlı bir farklılaşma olmadığını ortaya koymuştur. Ayrıca Can ve Arabacıoğlu (2009), Demirli ve ark. (2010), nın farklı gruplarla yaptıkları çalışmalarda da benzer sonuçlar bildirilmektedir [19, 20, 21, 22, 23]. Bu çalışmalar araştırma bulgularını desteklemektedir.

Sonuç olarak, Beden Eğitimi Öğretmenliği adaylarının geleneksel bilim anlayışına inançlarının güçlü olduğu, sınıf değişkeninin geleneksel bilim anlayışı düzeyini etkilediği, öğrenim gördükleri üniversitenin ve cinsiyetin ise geleneksel bilim anlayışı düzeyini etkilemediği belirlenmiştir.

## KAYNAKLAR

1. Eroğlu SE, Güven K. Üniversite öğrencilerinin bilimsel epistemolojik inançlarının bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 16: 295-312, 2006.
2. MEB, Öğretim programlarının yenilemesini zorunlu kılan nedenler. Acat, Tüken & Karadağ / TUSED / 2004: 7(4) 2010 87 [http://ttkb.meb.gov.tr/programlar/prog\\_giris/prg\\_giris.pdf](http://ttkb.meb.gov.tr/programlar/prog_giris/prg_giris.pdf) web adresinden 10 Ocak 2009 tarihinde edinilmiştir.
3. Tezci E, Uysal A. Eğitim teknolojisinin gelişimine yaklaşımların etkisi, The Turkish Online Journal of Educational Technology, 22: 158-164, 2004.
4. Deryakulu D. Üniversite öğrencilerinin öğrenme ve ders çalışma stratejileri ile epistemolojik inançları arasındaki ilişki, Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi,38:230-249, 2004.
5. Cevzici, A. Felsefe Sözlüğü, Paradigma Yayınları, İstanbul, 2005.
6. Bromme R, Thinking and knowing about knowledge, Grounding Mathematics Education, 1-11, 2005.
7. Hofer B, Pintrich P. The Development of epistemological theories: Beliefs about knowledge and knowing and their Relationship to learning. Review of Educational Research, 67(1): 88-140, 1997.
8. Buehl MM, Alexander PA, Beliefs about academic knowledge. Educational Psychology Review, 13(4): 385 – 418, 2001.
9. Schommer MA. Synthesising epistemological belief research: Tentative understandings and provocative confusions, Educational Psychology Review, 6 (4):293-319, 1994.
10. Marrs H, Culture, Epistemology and academic studying, Doctor of Education, Kansas State University, Manhattan, Kansas, 2005.
11. Sander P, Researching our students for more effective university teaching, Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 3 (1): 113-130, 2005.
12. Lederman NG, "Students' and teachers' conceptions of the nature of science, A Review of the Research, Journal of Research in Science Teaching, 29(4): 331-359, 1992.
13. Tsai CC, Nested epistemologies: Science teachers' beliefs of teaching, learning and science, International Journal of Science Education, 24 (8): 771-783, 2002.
14. Pomeroy D. Implications of teachers' beliefs about the nature of science: comparison of the beliefs of scientists, secondary science teachers, and elementary teachers. Science Education, 77(3): 261-278, 1993.
15. Deryakulu Deniz, Bıkmaz F. Bilimsel epistemolojik inançlar ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması, Eğitim Bilimleri ve Uygulama, 4: 244-257, 2003.
16. Meral M, Çolak E, Öğretmen adaylarının bilimsel epistemolojik inançlarının incelenmesi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 27: 129-146, 2009.
17. Eroğlu, SE, Üniversite öğrencilerinin Bilimsel Epistemolojik İnançlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, 2004.
18. Green DW, Parker RM, Vocational and academical attributes of students with different learning styles, Journal of Collage Student Development, 30(5): 395-400, 1989.
19. Chan, K. Hong Kong teacher education students' epistemological beliefs and approaches to learning, Research in Education,69: 36-50, 2003.
20. Terzi AR. Üniversite öğrencilerinin bilimsel epistemolojik inançları üzerine bir araştırma. Afyon Kocatepe Üniversitesi, SBED. 2005: 7(2):298-311 [internet Erisin Tarihi: 22/12/2011]. Adres: <http://www.sosbil.aku.edu.tr/dergi/c7s3.htm>.
21. Karhan İ, İlköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin epistemolojik inançlarının demografik özelliklerine ve bilgi teknolojilerini kullanma durumlarına göre incelenmesi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, İstanbul, 2007.
22. Can B, Arabacıoğlu S, The Observation of the teacher candidates' epistemological beliefs according to some variables, Procedia Social and Behavioral Sciences, 1: 2799-2803, 2009.
23. Demirli C, Türel YK, Özmen B. Bilişim teknolojileri öğretmen adaylarının epistemolojik inançlarının incelenmesi, Uluslararası Eğitim Teknolojileri Sempozyumu, Boğaziçi Üniversitesi, , 26-28 Nisan, İstanbul, 2010.

## 13 - 17 YAŞ ERGEN HENTBOLCULARIN BENLİK SAYGISI DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ\*

Atalay GACAR<sup>1</sup> Nida YANLIÇ<sup>1</sup>

### ÖZET

Bu araştırma, 2009 yılında (Elazığ'da) düzenlenen 13-17 yaş arası 4. Doğu ve Güney Doğu Yaz Oyunları hentbol müsabakalarına katılan sporcuların, kendileri ile ilgili algılamalarını içeren benlik saygılarının, sosyo-demografik özelliklere göre değerlendirilmesi amacını taşımaktadır. Bu amaçla, araştırmada 100 gönüllü erkek hentbolcuya benlik saygısı ölçeği [Rosenberg' s Self Esteem Scale (RSES)] uygulandı. Araştırma verilerinin değerlendirilmesi "Kruskal-Wallis Testi ve Mann-Whitney U" testleri uygulanarak yapılmış ve hata oranı  $P < 0.05$  olarak alınmıştır.

Çalışmanın bulgularına göre; hentbolcuların benlik saygısı düzeyleri ile bağımsız değişkenler arasında (babanın ve annenin öğrenim durumu, ailenin aylık geliri, sırdaşı olup olmama durumu ve boş zamanları değerlendirme uğraşının olup olmadığı) anlamlı farklılığın olmadığı belirlendi. Ancak hentbolcuların benlik saygılarının yüksek olduğu görüldü ve sporun bireylerdeki benlik saygısını olumlu yönde etkilediği kanısına varıldı. Sporcuların benlik saygısını yükseltmek için benlik saygısını etkileyen etmenler belirlenmeli ve bu etkenlerle ilgili girişimlerde bulunulmalıdır.

**Anahtar kelimeler:** Spor, ergen, hentbol, benlik saygısı, Doğu ve Güney Yaz Oyunları.

## EXAMINATION OF SELF RESPECT LEVELS OF ADOLESCENT HANDBALL PLAYERS AGED 13-17 IN TERMS OF CERTAIN VARIABLES

### ABSTRACT

The aim of this research is to assess the perceptions about self-esteem of athletes aged 13-17, participating in the Fourth East and Southeast Summer Games Handball Competitions organized in Elazığ in 2009, in terms of socio-demographic characteristics. For this purpose, 100 volunteering male handball players took the self-esteem scale (Rosenberg's Self-Esteem Scale-RSES). The data were analyzed through "Kruskal-Wallis Test and Mann-Whitney U" tests and error rate was considered to be  $p < 0.05$ . According to the findings of the study; no significant differences were found between the self-esteem levels of the players and independent variables (father's level of education, mother's level of education, monthly family income, parents' status as confidants and the presence of free time activities). However, it was found that the handball players had high self-esteem levels and it was concluded that sports affected the self-esteem levels of individuals positively. In order to increase the athletes' self-esteem levels, the elements which raise self-esteem should be determined and these elements should be developed.

**Key words:** sport, adolescent, handball, self esteem, Summer Games of Eastern and Southeastern Region.

\* Bu çalışma 11. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde poster olarak sunulmuştur (10-12 Ekim 2010)

<sup>1</sup>Fırat Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu / Elazığ

## GİRİŞ

Kişiliği etkileyen en önemli faktör benliktir. Benlik, kendi kişiliğimize ilişkin kanılarımız ve kendi görüş tarzımızdan oluşur. Bu bakımdan benlik, kişiliğin özel yanı olarak da tanımlanabilir [1]. Benlik böylece bireyin özellikleri, yetenekleri değer yargıları, emel ve ideallerine ilişkin kanılarının dinamik bir örtünüşüdür. Benlik bilinçli olmaktır. Benlik ruhsal ve bedensel bir kavramdır. Benlik kavramı, bireyin kendi kimliğinin farkında olmasıdır [2].

Benlik saygısı, kişinin kendisini olduğundan aşağı ya da üstün görmeksizin kendinden memnun olması ve kendini değerli, olumlu, beğenilmeye ve sevmeye değer görmesidir. Benlik saygısının duygusal, zihinsel, toplumsal/kültürel, bedensel öğeleri vardır. Odağ' a göre, benlik ruhsal yapının çatısını ve küçük yaşlardan başlayarak bireyin çekirdek kimliğini oluşturur [3].

Benlik saygısı, bireyin özerkliğini kazanması, yaşamını doyumlu geçirmesi, amaca yönelik etkinlikte bulunması, diğer insanlarla sağlıklı ve sürekli iletişim kurması, yüksek düzeyde uyum göstermesi, değer sistemlerini geliştirmesi, başarılı olması, geleceği doğru planlayabilmesi gibi yönlerden önemlidir [4].

Egzersiz yapmanın beden imgesi memnuniyeti ve benlik saygısına etkisini ortaya koymak adına yapılan araştırmalar çerçevesinde araştırmacılar; benlik saygısı, vücut imgesi memnuniyeti ve egzersiz arasında dolaylı yoldan bir ilişki olabileceğini söylemişlerdir.

Ergenlik çağı, benlik kavramının en önemli bölümüdür. Dolayısıyla ergenlik çağı, çocukluktan erişkinliğe bir geçiş dönemi olarak tanımlanabilir. Bu ifadelerden yola çıkarak çalışmamızda 13-17 yaş arası ergen hentbolcuların benlik saygısı düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

## MATERYAL VE METOT

Araştırmaya, 2009 yılında Elazığ'da düzenlenen 13-17 yaş arası 4. Doğu ve Güney Doğu Yaz Oyunları hentbol müsabakalarına katılan toplam 148 erkek hentbolcudan, 100' ü gönüllü olarak katılmıştır.

Bugün birçok çalışmada benlik saygısı ölçümü için kullanılan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Rosenberg (1963) tarafından geliştirilen, ergenlerin benlik saygısını belirlemeyi amaçlayan bir ölçektir. Likert tipi ölçekte maddelerin cevaplanması dört seçenek arasından yapılmaktadır. Ergenden, ölçekteki maddelerin kendisini ne kadar tanımladığını seçmesi ve genel olarak kendisini değerlendirmesi beklenmektedir. Ölçekte maddeler karışık olarak yerleştirilmiştir. Ölçekte bulunan ilk üç madde (1-2-3) kendi aralarında, dördüncü ve beşinci maddeler (4-5) kendi aralarında, dokuzuncu ve onuncu (9-10) maddeler kendi aralarında puanlanmaktadır. Altıncı, yedinci ve sekizinci (6-7-8) maddeler ise ayrı ayrı puanlanmaktadır. İşaretleme sonucu bireyin kendisini olumsuz değerlendirmesi "1" ile, olumlu değerlendirmesi ise "0" ile puanlanmaktadır. Bu değerlendirme sonucunda alınan puanlar "0" ile "6" arasında değişmektedir. Benlik saygısı alt kategorisinde 0-2 puan yüksek, 2-4 puan orta, 5-6 puan ise düşük kendilik saygısına işaret etmektedir [3].

Araştırma verilerinin değerlendirilmesi SPSS – 16,0 istatistik programında "Kruskal-Wallis Testi ve Mann-Whitney U" testleri uygulanarak yapılmış ve hata oranı  $P < 0.05$  olarak alınmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 1.** Benlik Saygısı Puanlarının Baba Öğrenim Durumu Değişkenlerine İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

Benlik saygısı		N	Sıra ortalamaları	Ki-Kare	P
Babanın öğrenim durumu	İlköğretim	64	51,45	0,53	0,76
	Ortaöğretim	28	47,45		
	Üniversite	8	53,56		

Tablo 1 incelendiğinde, baba öğrenim durumu ilköğretim, ortaöğretim ve yükseköğretim olanlar arasında da benlik saygısı puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $P>0,05$ ).

**Tablo 2.** Benlik Saygısı Puanlarının Anne Öğrenim Durumu Değişkenlerine İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

Benlik saygısı		N	Sıra ortalamaları	Ki-Kare	P
Annenin öğrenim durumu	İlköğretim	91	50,32	2,77	0,25
	Ortaöğretim	8	57,62		
	Üniversite	1	10,00		

Tablo 2'de görüldüğü gibi, hentbolcuların, anne öğrenim durumu ilköğretim, ortaöğretim ve üniversite olanlar arasında da benlik saygısı puanları bakımından istatistiksel anlamlılık bulunamamıştır ( $P>0,05$ ).

**Tablo 3.** Hentbolcuların Benlik Saygısı Puanlarının Ailenin Aylık Gelir Durumu Değişkenlerine İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

Benlik saygısı		N	Sıra ortalamaları	Ki-Kare	P
Ailenin aylık geliri	500 TL ve altı	40	47,91	2,40	0,30
	501–1000 TL	55	53,65		
	1001–2000 TL	5	36,60		

Yine aynı şekilde Tablo 3, hentbolcuların benlik saygısı puanları ile ailenin aylık gelir seviyesinin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık oluşturmadığını ortaya koymaktadır ( $P>0,05$ ).

**Tablo 4.** Hentbolcuların Benlik Saygısı Puanlarının Sırdaşı Olup Olmama Durumu Değişkenlerine İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Benlik saygısı		N	Sıra ortalamaları	Mann-Whitney U	Z	P
Sırdaşı olup olmama durumu	Evett	90	51,87	327,00	-1,50	0,13
	Hayır	10	38,20			

Tablo 4 incelendiğinde sırdaşı olan hentbolcularla sırdaşı olmayan hentbolcular arasında benlik saygısı puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ( $P>0,05$ ).



**Tablo 5.** Hentbolcuların Benlik Saygısı Puanlarının Boş Zamanları Değerlendirme Uğraşının Olup Olmama Durumu Değişkenlerine İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Benlik saygısı	Seçenek	N	Sıra ortalamaları	Mann-Whitney U	Z	P
Boş zamanları değerlendirme uğraşının olup olmadığı	Evet	77	53,24	674,50	-1,84	0,06
	Hayır	23	41,33			

Tablo 5’de araştırmanın son değişkeni olan boş zamanları değerlendirmede bir uğraşa sahip olan hentbolcularla bir uğraşa sahip olmayan hentbolcuların benlik saygısı puanlarının karşılaştırılmasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ( $P>0,05$ ).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bireyin yaşamı büyük ölçüde içinde bulunduğu koşullara uyum gösterme süreci ile devam eder. Bu süreç, bir yandan yaşam boyunca devamlı bir değişme ve gelişme içerisinde olan bireyin kendisinde meydana gelen biyolojik, zihinsel, sosyal ve duygusal değişiklikleri kabul ederek, onlara uygun davranış ve tutumlar göstermesini, diğer yandan çevresindeki diğer insanlarla olumlu ilişkiler kurmasını kapsamaktadır [5].

Bireyde oluşan bu değişiklikler özellikle kimlik arayışı içinde olan ve toplumda herhangi bir rol üstlenmeye çalışan ergenlere etkisi bakımından önemli bir konudur. Gerek eğitim ve meslek hayatında gerekse sosyal yaşantıda bilgi ve becerilerini ortaya koyabilmede sorun yaşamayan, olaylara daha objektif yaklaşan, sosyal ilişkilerde daha başarılı olabilen ve karşılaşılan problemlere en sağlıklı şekilde çözüm yolları üretebilen, kendine güveni olan bireylerin varlığı, üretken ve sağlıklı bir toplum için önemli bir unsurdur [5].

Araştırmaya yapılan istatistiksel analizlere göre; grubun benlik saygısı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki gözlemlenmemiştir. Ebeveyn eğitiminin benlik saygısı oluşmasında olumlu bir etkisi olduğu bilinmektedir. Anne ve babanın eğitim düzeyi yükseldikçe çocukların da benlik saygıları artmakta ve kendine güven duyguları gelişmektedir [6]. Fakat çalışmamızda ebeveynlerin eğitim durumu ile öğrencilerin BPO (benlik puan ortalamaları) arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Yapılan araştırmalarda ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça BPO’nun da buna paralel olarak artış gösterdiği belirlenmiştir [7,8]. Ünsar ve İşsever’ in (2003) çalışmasında ebeveynlerin eğitim düzeyi ile BPO arasında anlamlı fark bulunmamasına karşın ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin benlik saygılarının arttığı belirlenmiştir [9].

Araştırmaya katılan grubun aile gelir durumlarının benlik saygı düzeylerinde istatistiki olarak anlamlı bir fark oluşturmadığı görülmüştür. Grubun benlik saygısı her ekonomik seviye için yüksek bulunmuştur. Yüksek benlik saygısına sahip bireyler kendine güvenen, başkalarının üstünlüğünden olumsuz etkilenmeyen özellikleri taşımaktadır. Sosyo-kültürel fakirlik, aile, alkolizm, çevresel baskılar gibi bazı durumlardan dolayı benlik saygısı azalabilir. Ama bütün bunlara rağmen bu çocuklar yüksek benlik saygısı da geliştirebilirler [10].

Sosyo-ekonomik durumun benlik saygısı düzeyini etkilemediğini ifade eden araştırmaların yanında [11], etkilediğini belirten ve gelir seviyesi arttıkça benlik saygı düzeylerinin arttığını bildiren araştırmalar da vardır [12]. Kuzgun, üniversite öğrencilerinin benlik saygıları ile aile sevgisi arasında önemli ilişkiler bulunduğunu, demokratik ana-babaların çocuklarının benlik saygılarının, ilgisiz ve

otoriter ana-babaların çocuklarına göre daha yüksek olduğunu belirlemiştir [13].

Esasen insanlar kendileri hakkında daha iyi bir görüşe ulaşma yönünde değişme potansiyeline sahiptir. Özellikle gençlik dönemi böyle bir değişim için yoğun çabaların harcandığı bir dönemdir. Bu çaba hem kendi duygu ve düşünceleri hem de çevre faktörlerinin etkisiyle bireyin kendine karşı tutumunu belirler. Bu dönemde oluşan benlik saygısı kuşkusuz daha önceki dönemde oluşan benlik saygısından etkilenecektir. Nitekim ergenlik dönemi daha önceki gelişim dönemlerinin yeniden yaşandığı, bazı özelliklerin değişip yeni bir yapılanmaya doğru gittiği bir süreçtir [3]. Bu bakımdan gençlik döneminde benlik saygısı yeniden düzenlenecek ve gencin yaşamı boyunca onun düşünce ve davranışlarını belirleyen kimliğin esasını oluşturacaktır [14].

Bu çalışmada yukarıda bahsedilen değişkenlerin hiçbirinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamasına karşın, hentbolcuların benlik saygısı ortalamalarının yüksek olduğu görülmüştür. Literatürde de bizim sonuçlarımıza paralel çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Nitekim Valley (1992) egzersiz yapmanın benlik saygısına olumlu etkisinin olduğunu belirtmiştir. Strobe ve Stroebe (1988), özellikle dayanıklılığın geliştirildiği zindelik antrenmanlarında duygu-durumun pozitif yönde gelişeceğini bildirmektedir. Bazı çalışmalar bu değişimin harekete bağlı bedensel değişikliklerle, yani kişinin kendi dış görünüm ve gücünden duyduğu memnuniyetle yakından ilişkili olduğunu belirtmektedir [15]. Yine Doğan ve ark. (1994) üniversite öğrencilerinin aktif sosyal etkinliklere katılma oranları ve benlik saygısı düzeylerini belirlediği araştırmasında, spor yapan ve yapmayan öğrencilerin beden imgeleri arasında fark olup olmadığı konusunda spor yapan öğrencilerde beden imgesi değerlendirmesinin daha olumlu olduğu sonucuna varmıştır [16]. Anlaşılabileceği gibi günümüzde birçok araştırma, düzenli spor faaliyetlerine katılanlarda, benlik tasavvurunun olumlu yönde değiştiği sonucuna ulaşmıştır. Buna karşın Yegül (1999), liseli erkek sporcular ile sporcu olmayanlar arasında benlik saygısı ile benlik algısı puanları arasındaki ilişkileri araştırdığı çalışmada; sporcu olan bireyler ile sporcu olmayanlar arasında (Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin benlik saygısı alt ölçeği puanlamasına göre) istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulamamıştır. Ancak sporcuların atletik yeterlik ve global benlik saygısı puanlarında sporcular lehine anlamlı farklar saptanmıştır [17].

Bütün bu sonuçlardan hareketle sporun bireylerdeki "benlik saygısını" olumlu yönde etkilediği sonucuna varılabilir. Bu anlamda spor yapmanın ergen bireylerde benlik saygısı düzeylerini yükselttiği düşünülürse konuyla ilgili olarak aşağıdaki öneriler geliştirilebilir;

- Aileler ergen bireyleri spor yapmaları için teşvik etmeli,
- Bireylerin spor yapmalarına imkan verecek nitelikte tesisler yapılmalı,
- Sporcuların benlik saygısını yükseltmek için benlik saygısını etkileyen etmenler belirlenmeli, daha sonra bu etkenlerle ilgili girişimlerde bulunulmalı,
- Benzer araştırmalar artırılarak genellenebilir sonuçlara ulaşılabilmeli ve öğrencilerin benlik saygısını arttıracak girişimlerle ilgili eğitim programları geliştirilmeli.

## KAYNAKLAR

1. Aşçı FH. (1999). Benlik Kavramı ve Spor, Spor Psikolojisi Kursu, P Bayar (Der), Bağırğan Yayınevi, Ankara.
2. İkizler C, Karagözoğlu C. (1997). Sporda Başarının Psikolojisi. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım:185.
3. Çuhadaroğlu F. (1986). Adolesanlarda Benlik Saygısı, Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
4. King RA, Schwab-Stone ME, Peterson BS et al. (2000) Psychiatric examination of the infant, child, and adolescent. Comprehensive Textbook of Psychiatry, BJ Sadock, VA Sadock (Eds), 7. baskı, cilt. II, Philadelphia, Lippincott Williams & Williams.
5. Yavuzer H. (2002). Eğitim ve Gelişim Özellikleri ile Okul Çağı Çocuğu, 8. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul.
6. Demiriz S, Öğretir AD. Alt ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki 10 yaş çocuklarının anne tutumlarının incelenmesi, Kastamonu Eğitim Dergisi, 2007, 15(1): 105-122.

7. Kahrıman İ. Karadeniz Teknik Üniversitesi Trabzon Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Benlik Saygıları ve Atılganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Cumhuriyet Üniversitesi H.Y.O. Dergisi, 2005, 9 (1): 24-32. Trabzon.
8. Yılmaz, S. Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeyi Arasındaki İlişki, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Erzurum, 2000.
9. Ünsar S, İşsever H. Trakya Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Öğrencilerinin Benlik Saygısını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi, Hemşirelik Forumu, 2003, 6(1):7- 11.
10. Karaaslan A. Öğrenci hemşirelerin benlik saygısı düzeyleri ve bunu etkileyen etmenlerin incelenmesi. Ege Üniversitesi H.Y.O. Dergisi, 1993, 9(2): 21-29.
11. Balat, GU, Akman B.). Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2004,14(2):175-183.
12. Güngör A.Lise Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerini Etkileyen Etmenler (Ya-yınlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 1989.
13. Kuzgun, Y. Ana-Baba Tutumlarının Bireyin Kendini Gerçekleştirme Düzeyine Etkisi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara, 1972.
14. Gür A. Ergenlerde depresyon ve benlik saygısı arasındaki ilişki, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 1996.
15. Gün E. Spor Yapanlarda ve Spor yapmayan Ergenlerde Benlik Saygısı, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Adana, 2006.
16. Doğan O, Doğan S, Çorapçioğlu A ve Çelik G. Aktif ve sosyal etkinliklere katılmanın benlik imgesi ve benlik saygısına etkisi, Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi, 1994, 2(1);33-38.
17. Yegül İ B. Liseli Erkek Sporcular ile Sporcu Olmayan Bireylerin Benlik Saygısı ve Atletik Yeterlik Puanlarının Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 1999.

## ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ SPOR ve PERFORMANS ARAşTIRMALARI DERGİSİ YAYIN ve YAZIM KURALLARI KURALLARI

**Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi'ne (SPD) gönderilecek çalışmalar aşaşıdaki yayın kurallarını dikkate almalıdır:**

- 1.Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi'nin yayın dili Türkçe ve İngilizcedir.
  - 2.Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi'nde beden eğitimi ve spor bilimleri alanında yapılmış ve daha önce hiçbir yayın organında yayınlanmamış özgün yazılar yayınlanır.
  - 3.Tüm yazarlar dergiye yayımlanmak üzere gönderdikleri yazılarının okunup onaylandığını ve başka bir yerde yayımlanmamış ya da yayımlanmak üzere gönderilmemiş olduğunu belirtilen bir formu imzalayıp dergi editörlüğüne yazı ekinde bir dosya ile göndermelidirler (Ek 1: Başka yerde yayımlanmadığına dair beyan mektubu)
  - 4.Dergiye yollanacak yazılar için Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi (SPD) "ulusal makale gönderim, takip ve değerlendirme sistemi" kullanılmaktadır. Yazarların bir kereye mahsus olmak üzere kayıt olup kullanıcı adı ve şifre almalı gerekmektedir.
  - 5.Biçimsel kontrolü geçen her yazı, bilimsel içeriğine göre uygun hakemlere gönderilerek değerlendirilmeye alınır.
  - 6.Dergiye gönderilen tüm yazılar editör ve konuyla ilgili en az iki hakemin onayından geçerek ve gerekli görüldüğü takdirde istenen değişiklikler yazar/yazarlarca yapıldıktan sonra yayınlanır. Yazı hakkında önerilen değişiklikler yazar tarafından kabul görmezse başka bir hakeme başvurmak veya yazıyı yazarna geri vermek konusunda derginin yayın kurulu yetkilidir.
  - 7.Basımına karar verilen yazılarda yayın öncesi küçük yazım hataları dışında ekleme ya da çıkarma yapılamaz.
  - 8.Çeşitli nedenlerden dolayı yazısının yayınlanmasından vaze geçen yazar başvurusundan itibaren iki (2) ay içerisinde yazısını geri çekebilir.
  - 9.Makale yayımlanmak üzere dergiye gönderildikten sonra, tüm yazarların yazılı izni olmadan yazar isimleri silinemez, yeni isim eklenemez ve yazar sıralaması değiştirilemez.
  - 10.Yayın süreci tamamlanan yazılar geliş tarihi esas alınarak yayınlanır. Ancak güncelliğini kaybetmemesi açısından bu sıra bazı öncelikli çalışmalar için uygulanmayabilir. Buna karar verme yetkisi editöre aittir.
  - 11.Yazılar, Microsoft Word Windows programında, Calibri yazı karakterinde, sayfanın her tarafından 2,5 cm boşluk bırakılarak, 12 punto ve 1,5 aralık yazılarak gönderilmelidir. Tüm sayfalar başlık sayfasından başlayarak numaralandırılmalıdır.
  - 12.Yazının başlığı ile Özet/Abstract başlıklarını tümüyle büyük, bold ve 14 punto yazılmalıdır. Özet/Abstract metni satırbaşı yapılmadan blok halinde 9 punto, 1 aralık olarak yazılmalı ve 250 kelimeyi geçmemelidir.
- Dergiye gönderilen yazılar şu sırayı izlemelidir:
- a) İlk sayfa (Yazarların Künyesi ve Makalenin Türkçe İngilizce başlığı); Yazının Türkçe ve ing başlığı sayfa ortalanacak şekilde alt alta büyük harfle 14 punto olarak yazılır ve hemen onun altında yazıdaki katkı sıralarına göre yazar/yazarların ad ve soyadları, adresleri telefon numaraları ve E-mail adresleri sola yaslanarak alt alta sıralanır. Yazarların içerisinde yazışmalardan sorumlu olacak yazarın (correspond author) yanına trnak içinde "Yazışmadan sorumlu yazar" ifadesi yazılır.
  - b) İkinci sayfadan itibaren (Makale metni Başlıktan itibaren bir bütün halinde verilir); Türkçe Başlık (sayfa ortalanarak 14 punto, kısaltma kullanılmamalıdır), Yazar(lar) adı-soyadı başlığın altına sayfa ortalanarak yazılmalı, Yazarların soyadlarının sağ üstüne konulacak rakamlar ile ilk sayfanın altına kurum adları ve adresleri (E-mail adresleri) dip not olarak eklenmelidir.
  - c) Daha sonra yazarların altına sol başa yaslanmış, 14 punto ile koyu yazılmış "Özet" (Türkçe özet metni 9 punto ve 1 satır aralığı yazılır), "İngilizce başlık" (ortalanmış ve 14 punto ile koyu yazılır) ve "Abstract" (sol başa yaslanmış, 14 punto ile koyu yazılır. İngilizce özet metni 9 punto ve 1 satır aralığı yazılır)
  - d) İngilizce Abstract metnini "Giriş", "Materyal ve Metod", "Bulgular", "Tartışma". Eğer istenirse "Sonuç ve Öneriler" kısmı da ilave edilebilir- Bu bölüm başlıkları; sola yaslanmış, büyük harf, 12 punto ve koyu yazılacaktır)
  - e) Yukarıdaki bölümleri "Kaynaklar" takip eder ve gerekirse Kaynaklar'dan önce "Teşekkür" (acknowledgements), bölümü yazılır.
- 1.Sözlü görüşmeler ve yayımlanmamış eserlere ait bildirimler (Yüksek Lisans ve Doktora Tezleri hariç) kaynak olarak kullanılmamalıdır.
  - 2.Kaynakların doğruluğundan yazar/yazarlar sorumludur.
  - 3.Gönderilen çalışmalar yayımlanması veya yayımlanmaması yazarlarına iade edilmez. Yayınlanmadığı durumda yazar/yazarlar bu konuyla ilgili olarak bilgilendirilirler.
  - 4.Çalışmalar yayımlanmak üzere kabul edildiği takdirde, "Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi" (SPD) çalışmanın bütün yayın haklarına sahip olur.
  - 5.Yazıları yayımlanan yazarlara telif ücreti ödenmez.
  - 6.Yayımlanmış yazının tamamının tekrar yayım hakkı derginin iznine bağlıdır.
  - 7.Yayımlanan çalışmaların bilimsel etik ve hukuki sorumluluğuna yazar/yazarlarına aittir. İnsan ve hayvan denekler için etik kurul raporu alınmalıdır. Editör gerekli gördüğünde, etik kurul onayı isteyebilir.
  - 8.Çalışması yayımlanan yazara/yazarlara derginin 1 nüshası ücretsiz olarak gönderilir.
- Yazı Düzeni:
- 1)Başlık ve Yazar İsmi: Araştırmanın başlığı 13 kelimeyi geçmeyecek şekilde 14 punto olarak yazılmalıdır. Yazar/yazarların ad ve soyadları sayfa ortalanarak unvan belirtilmeden verilirken, kurum adresleri ve elektronik posta adresleri sayfa altında dipnot olarak yazılmalıdır.
  - 2)Özet/Abstract: Türkçe özet (250 kelime) "Özet" başlığı altında, İngilizce özet ise, "Abstract" başlığı altında yazılmalıdır. Abstract başlığının üzerinde yazının İngilizce başlığı yer almalıdır (14 punto olarak). Özet/Abstract metinleri 250 kelimeyi geçmeyecek şekilde sol başa yaslı ve "tek satır aralığı" olarak 9 punto blok halinde yazılmalıdır. Türkçe özetin hemen altında ayrı satır olarak, sol başa yaslı "Anahtar Kelimeler" (koyu), İngilizce özetin hemen altında ise "Key Words" (koyu) başlığı yer almalıdır. Anahtar kelimeler 5'i geçmemeli ve seçiminde başlıkta olmayan kelimeler tercih edilmelidir.
  - 3)Ana Metin: Yeni bir sayfa olarak hazırlanmalıdır. Dergiye gönderilecek makalelerde "Calibri" yazım düzeni geçerlidir. Ana metnin 10 sayfa geçmemesine özen gösterilmelidir. Bu sayfa kısıtlaması yayın kurulu tarafından gerektiğinde arttırılabilir. Ana metin "1,5 satır aralığı" olarak yazılmalıdır. Bir araştırma makalesinde, sırası ile Giriş, Materyal ve Metod, Bulgular ve Tartışma bölümleri yer almalıdır. Gözden geçirme makalelerinde bu içeriğe dikkat edilmeyebilir. Ana metinde yer alacak şekiller, grafikler, fotoğraflar ve çizelgeler makalenin içinde, bahsedildiği yerde verilmeli ve numaralandırılmalıdır. Şekil, grafik ve fotoğraflar JPG, TIFF formatında sunulacaktır. Tabloların üstüne tablo numarası ve başlığı yazılmalıdır. Tablolar sayfa düzenine göre ya 8 ya da 9 punto olarak yazılabilir.
  - 4)Teşekkür (acknowledgements): Zorunlu değildir. Ancak yazar/yazarlar, araştırmaya katkısı yazılıklı düzeyinde olmayan kişilere birkaç cümlelik teşekkür yazabilirler. Yazılması halinde Ana metnin sonunda ve Kaynaklar kısmından önce verilmelidir.
  - 5)Kaynaklar: Çalışmada; mümkün olduğunca yeni ve çalışmaya doğrudan ilgilendiren kaynaklara yer verilmelidir. Kaynak sayısının 40 adeti aşmaması tavsiye edilmektedir.
  - 6)Ana Metinde Kaynak Belirtilmesi
    - a)Kaynaklar belirttikleri ilk yerden başlayarak ardışık bir şekilde numaralandırılmalıdır. Ana metin, tablolar ve başlıklar dahil her kaynak köşeli parantez [] içine alınmalıdır. Aynı kaynak başka yerde kullanıldığında ilk verilen numara ile belirtilmelidir.
    - b)Doğrudan alıntılar 3 satırı geçmeyecek şekilde ve trnak içinde kullanılmalıdır. Eğer bu limiti aşarsa metin içinde 10 punto, bold karakterde ve blok halinde içerden başlayarak yazılmalıdır. Bu tür alıntılar kaynak olarak yukarıda belirtildiği gibi numaralandırılmalıdır.
    - c)Tablolar ardışık olarak numaralandırılmalıdır. Her bir tablo için açıklayıcı ve kısa bir başlık olmalıdır. Başlıklar sadece ilk kelimesinin baş harfi büyük, diğer tüm kelimeler ise küçük olarak 10 punto ve koyu(bold) şekilde yazılmalıdır. Her tablo sütununda da kısa bir başlık olmalıdır. Açıklayıcı bilgiler, tablo başlığında değil, tablo altında yer alacak olan not bölümünde verilmelidir. Not bölümünde sırasıyla \*, \*\*, vb. simgeler kullanılmalıdır.
    - d)İnternet kaynakları zamanla silinebilir, değiştirilebilir ya da başka bir yere taşınabilir. Bu nedenle kayıtlar için bir kopyası mutlaka saklanmalıdır.
    - e) Ulaşılabilecek kaynaklardan elde edilemeyecek gerekli bilgiler hariç, kişisel iletişimlerin kaynak olarak kullanılmasından sakınılmalıdır. Bu tür kaynaklar numaralandırılmamalıdır. Kişisel iletişim yapılan kişinin adı ve günü belirtmek şekilde ana metinde parantez içinde belirtiniz. Bu yöntem, konuşma ya da tutulan notlar için de kullanılabilir.
  - 7) Kaynaklar Bölümünde Kaynakların Belirtilmesi: Yazının son sayfası "Kaynaklar" başlığından oluşmalıdır.
    - a)Numaralandırma: Bütün kaynaklar alfabetik değil, metinde kullanılan numaralarına göre sıralandırılmalıdır.
    - b)Yazarlar: Her bir yazarın soyadı ve adının ilk harfi yazılmalıdır. Kaynaklarda bütün yazarlar sıralanmalıdır, fakat çalışmada 6'dan fazla yazar var ise ilk 6 yazar sıralanmalı daha sonra gelen yazarlar için Türkçe "ve ark", ing."et al" eklenmelidir (örn. 1). Her bölümü farklı yazının yazıldığı kitaplar için şu sıra takip edilmelidir: bölüm yazarı, bölüm başlığı, editör/editörler ve kitap başlığı. (ör. 6).

c)Kitap başlıkları, bölüm başlıkları: Başlıktaki ilk harf büyük harf olarak yazılmalıdır. Geriye kalan tüm başlık özel isimler hariç küçük harflerden oluşmalıdır (örn. 3). Başlığın altı çizilmemeli ve yana eğik (italik) harf kullanmamalıdır.

d)Dergi yayınlanan yazı gösteriminde: Dergi başlığının kısaltması (veya tam ismi olabilir), nokta, yıl, noktalı virgöl, cilt, parantez içinde sayı, iki nokta üst üste, sayfa aralığı ve nokta olarak alınmalıdır. Örneğin, Brain Res. 2002;935(1-2):40-6.

e)Sayfalar: Dergiler için sadece bilginin bulunduğu sayfa değil makalenin ya da bölümün tam sayfa aralığı verilmelidir. Ancak kitaplar için sayfa sayısı verilmemelidir; sözlükten alıntılarda ise sayfa numarası belirtilebilir (örn. 7) ve ayrıca kitaptaki bir bölüm yazarı ve sayfa aralığı belirtilerek kaynak olarak gösterilir (Örn. 5).

Kaynak Yazımı İçin Örnekler

1)Yazarlı Dergi Makaleleri

Rose ME, Huerbin MB, Melick J, Marion DW, Palmer AM, Schiding JK, et al. Regulation of interstitial excitatory amino acid concentrations cortical contusion injury. Brain Res. 2002;935 (1-2):40-6.

2)Yazarı Kurum Olan Dergi Makaleleri

Diabetes Prevention Program Research Group. Hypertension, insulin, and proinsulin in participants with impaired glucose tolerance. Hypertension. 2002;40(5):679-86.

3)Yazarlı Kitaplar:

Murray PR, Rosenthal KS, Kobayashi GS, Pfaller MA. Medical microbiology. 4th ed. St. Louis: Mosby; 2002.

4)Yazan ve Yayımcısı Kurum Olan Kitaplar

Royal Adelaide Hospital; University of Adelaide, Department of Clinical Nursing. Compendium of nursing research and practice development, 1999-2000. Adelaide (Australia): Adelaide University; 2001.

5)Editörlü Kitap

Berkow R, Fletcher AJ, editors. The Merck manual of diagnosis and therapy. 16th ed. Rahway (NJ): Merck Research Laboratories; 1992.

6)Kitap Bölümü

Meltzer PS, Kallioniemi A, Trent JM. Chromosome alterations in human solid tumors. In: Vogelstein B, Kinzler KW, editors. The genetic basis of human cancer. New York: McGraw-Hill; 2002. p. 93-113.

7)Sözlükten Alıntı

Dorland's illustrated medical dictionary. 29th ed. Philadelphia: W.B. Saunders; 2000. Filamin; p. 675.

8)Gazete makalesi

Tynan T. Medical improvements lower homicide rate: study sees drop in assault rate. The Washington Post. 2002 Aug 12;Sect. A:2 (col. 4).

9)Cd-rom

Anderson SC, Poulsen KB. Anderson's electronic atlas of hematology [CD-ROM]. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2002.

10)İnternette Dergi Makalesi

Abood S. Quality improvement initiative in nursing homes: the ANA acts in an advisory role. Am J Nurs [serial on the Internet]. 2002 Jun [cited 2002 Aug 12];102(6):[about 3 p.]. Available from: <http://www.nursingworld.org/AJN/2002/june/Wawatch.htm>

11)İnternette Kitap

Foley KM, Gelband H, editors. Improving palliative care for cancer [monograph on the Internet]. Washington: National Academy Press;2001[cited 2002 Jul 9]. Available from: <http://www.nap.edu/books/0309074029/html/>.

12)İnternette Sayfa/Web Sitesi

Canadian Cancer Society [homepage on the Internet]. Toronto: The Society; 2006 [updated 2006 May 12; cited 2006 Oct 17]. Available from: <http://www.cancer.ca/>.

## **ONDOKUZ MAYIS UNIVERSITY** **SCHOOL of PHYSICAL EDUCATION and SPORTS,** **"JOURNAL of SPORTS and PERFORMANCE RESEARCHES" SUBMISSION GUIDELINES**

The manuscripts sent to the Journal of Sports and Performance Researches should take the following publication rules into consideration:

1. The language of publication for the Journal of Sports and Performance Researches is Turkish and English.
2. In the Journal of Sports and Performance Researches, original manuscripts in the field of Physical Education and Sports which have not been published by any other journal before are published.
3. All the authors should sign a form which specifies that the manuscript sent to be published is read and approved, is not published before or sent to be published in any other journal and should send this form to the editor with a file attached to the manuscript (Attachment 1: Letter of Statement specifying that the manuscript is not published before)
4. For the manuscripts sent the Journal of Sports and Performance Researches "national manuscript sending, tracking and evaluation system" is used. The authors should be registered and get a user name and a password.
5. Every manuscript approved for style is sent to related reviewers according to their scientific content.
6. All the manuscripts sent to the journal are published after they are approved by editor and at least two reviewers and after changes-if necessary- are made by author/authors. If the changes suggested for the manuscript are not accepted by the author, the editorial board is authorized to consult another reviewer or to send the manuscript back to the author.
7. In the manuscript approved for publication, no adding or deleting is permitted before publication except for small spelling mistakes.
8. The author who wants to cancel publication can withdraw the manuscript in two (2) months following the date of application.
9. After the manuscript is sent to the journal, author names cannot be deleted, new names cannot be added and the order of the author names cannot be changed without the written permission of all the authors.
10. Manuscripts are published according to their submission date. However, there may be some exceptions for some manuscripts in terms of timeliness. These decisions are made by editors.
11. Manuscripts should be written in Calibri, Microsoft Word Windows Programme, in 12 fonts and 1,5 spacing. There should be 2,5 cm space on each side of the page. All the pages should be numbered starting from the title page.
12. The title and Abstract titles should be written in capitals, in bold and 14 fonts. Abstract should not be indented and written in a block in 9 fonts and 1 spacing and should not exceed 250 words.

The manuscript should have the following order:

- a) The first page (authors' names and Turkish English title of the manuscript); Turkish and English title of the manuscript should be written in the middle of the page in 14 fonts with capital letters and under the title, the names and surnames, addresses, telephone numbers, and e-mail addresses of author/authors are written aligned to the left in the order of their level of contribution. The author responsible for the correspondence should be stated as "corresponding author" in quotation marks.
  - b) Following the second page (the manuscript is written starting with the title); Turkish title (in the middle of the page, 14 fonts, no abbreviations), author(s) name and surname under the title in the middle, a number should be given above the last letter of each surname and the institution name and addresses of authors (e-mail addresses) should be stated as a footnote on the first page.
  - c) Under the names of the authors, aligned to the left, "Abstract" in 14 fonts and bold (Turkish abstract should be in 9 fonts and with 1 spacing), "English Title" (in the middle, in 14 fonts and bold) and "Abstract" (aligned to the left, in 14 fonts and bold. Abstract in English is written in 9 fonts and with 1 spacing)
  - d) Abstract in English is followed by "Introduction", "Materials and Methods", "Results", "Discussion". "Results and Suggestions" can also be added. The titles of this should be aligned to the left, in capital letters, 12 fonts and bold.
  - e) Next follows the "References" and if necessary "Acknowledgements" is written before the "References".
1. Oral interviews or any documents not published (except master and doctorate theses) shouldn't be used as references.

2. The author/authors are responsible for the accurateness of the references.
3. The manuscripts submitted are not sent back to the authors whether they are published or not. When they are not published, the author/authors are informed.
4. If the manuscripts are accepted to be published, the Journal of Sports and Performance Researches owns all the publication copyrights of the manuscript.
5. No royalty is paid to the authors.
6. The copyright for the manuscript to be published again depends on the permission of the journal.
7. The scientific ethics and legal responsibility of the manuscript belong to the author/authors. Ethics board report should be taken for human or animal subjects. The editor can ask for the approval of the ethics board.
8. 1 sample of the journal is sent to the author/authors free of charge.

Order of writing:

1. Title and Author Name: Title should be written in 14 fonts and should not exceed 13 words. Names and surnames of the author/authors should be written in the middle, without academic degrees and electronic mail addresses should be written under the page as footnote.
2. Abstract: Turkish abstract (250 words) should be written under the title "Özet" and English abstract should be written under the title "Abstract". The English title should be above the Abstract title (in 14 fonts). Abstract texts should not exceed 250 words, should be aligned to the left and should be written in 9 fonts with 1 spacing and in a block. Under the Turkish abstract, in a different line, aligned to the left, there should be "Key Words" (bold), and under the English abstract, in a different line, aligned to the left, there should be "Key Words" (bold). Key words should not exceed 5 and the words should not be chosen from the title.
3. Text-Only: It should be prepared as a new page. In the manuscripts to be submitted, "Calibri" should be used. Text only should not exceed 10 pages. This limitation can be extended by the Board when necessary. Text only should be written with 1,5 spacing. In a research there should be Introduction, Material and Method, Results and Discussion parts. In a review, this content may be disregarded.

The figures, graphics, photographs and tables in the text should be stated at the mentioned place and should be numbered. Figures, graphics and photographs should be submitted in JPG, TIFF. Tables should have numbers and titles. The tables can be written in 8 or 9 fonts depending on the page layout.

4. Acknowledgements: This part is not compulsory. However the author/authors can write a few sentences for those who contributed to the research. The contributions of the people should be clearly stated here. If written, this part should be at the end of the text only and before References.

5. References: References should be as new as possible and directly related to the research. It is recommended that the number of the references should not exceed 40.

6. Making references in the text

a) The references should be numbered consecutively starting from the first place they are stated. Every reference including the text only, tables and titles should be given in brackets [ ]. If the same reference is used in another place, it should be stated with the same number given first.

b) Direct references should not exceed three lines and should be used in quotation marks. If this limit is exceeded, it should be written in 10 fonts, bold and in a block. Such references should be numbered as stated above.

c) The tables should be numbered consecutively. There should be a clear and short title for each table. Only the first letter of the title should be in capitals, all the other letters should be small and in 10 fonts and bold. There should be a short title in every table column. The table should be mentioned in the text. If the data are taken from a previously compiled data set, this should be stated in the References. Explanations should be given not in the title, but in the note part under the table. In the note part, symbols such as \*, \*\*, should be used consecutively.

d) References from the internet can be deleted, changed or moved in time. For this reason, a copy should be kept for the record.

e) Except for the necessary information that cannot be taken from accessible resources, personal contacts should not be used as references. Such references should be numbered. The person contacted should be stated in the text in parentheses with the name and address. This method can be used for interviews or notes taken.

7. References: The last page of the text should be "References".

a) Numbering: All the references should be numbered not alphabetically but in the order of the numbers used in the text and should be in 8 fonts.

b) Authors: Every author's surname and the first letter of the name should be written. All the authors should be written in the references; however, if there are more than 6 authors, the first 6 authors should be written, for the other authors "ve ark" should be added for Turkish and "et al." for the English. (example 1). For the books that have different authors for each chapter, the order should be as follows: author of the chapter, title of the chapter, editor/editors and the title of the book. (example 6).

c) Book titles, chapter titles: The first letter of the title should be in capitals. The rest of the title should be in small letters except for the proper names (example 3). The title should not be underlined and it should not be written in italics.

d) Journal: The abbreviation of the journals title (or it can be the full name), should be as period, year, semicolon, volume, number in parentheses, colon, page range and period. For example: Brain Res. 2002;935(1-2):40-6.

e) Pages: For journals, not only the page number of the information it is taken from, but also the numbers of the pages of the whole article or chapter should be written. However, page number should not be given for books; in references from dictionaries page number can be stated (example 7) and also a chapter from a book can be shown as a reference by stating the author and the page range (example 5).

Examples for writing references

1)Journal articles with authors

Rose ME, Huerbin MB, Melick J, Marion DW, Palmer AM, Schiding JK, et al. Regulation of interstitial excitatory amino acid concentrations after cortical contusion injury. Brain Res. 2002;935 (1-2):40-6.

2)Institutional Journal articles

Diabetes Prevention Program Research Group. Hypertension, insulin, and proinsulin in participants with impaired glucose tolerance. Hypertension. 2002;40(5):679-86.

3)Books with authors

Murray PR, Rosenthal KS, Kobayashi GS, Pfaller MA. Medical microbiology. 4th ed. St. Louis: Mosby; 2002.

4)Books with institutional authors and publishers

Royal Adelaide Hospital; University of Adelaide, Department of Clinical Nursing. Compendium of nursing research and practice development, 1999-2000. Adelaide (Australia): Adelaide University; 2001.

5)Books with editors

Berkow R, Fletcher AJ, editors. The Merck manual of diagnosis and therapy. 16th ed. Rahway (NJ): Merck Research Laboratories; 1992.

6)Book chapter

Meltzer PS, Kallioniemi A, Trent JM. Chromosome alterations in human solid tumors. In: Vogelstein B, Kinzler KW, editors. The genetic basis of human cancer. New York: McGraw-Hill; 2002. p. 93-113.

7)Dictionary reference

Dorland's illustrated medical dictionary. 29th ed. Philadelphia: W.B. Saunders; 2000. Filamin; p. 675.

8)Newspaper article

Tynan T. Medical improvements lower homicide rate: study sees drop in assault rate. The Washington Post. 2002 Aug 12;Sect. A:2 (col. 4).

9)Cd-rom

Anderson SC, Poulsen KB. Anderson's electronic atlas of hematology [CD-ROM]. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2002.

10)Journal article from the internet

Aboud S. Quality improvement initiative in nursing homes: the ANA acts in an advisory role. Am J Nurs [serial on the Internet]. 2002 Jun [cited 2002 Aug 12];102(6):[about 3 p.]. Available from: <http://www.nursingworld.org/AJN/2002/june/Wawatch.htm>.

11)Book from the internet

Foley KM, Gelband H, editors. Improving palliative care for cancer [monograph on the Internet]. Washington: National Academy Press; 2001 [cited 2002 Jul 9]. Available from: <http://www.nap.edu/books/0309074029/html/>.

12)Page/Website from the internet

Canadian Cancer Society [homepage on the Internet]. Toronto: The Society; 2006 [updated 2006 May 12; cited 2006 Oct 17]. Available from: <http://www.cancer.ca/>.

**Ek 1: Başka yerde yayınlanmadığına dair beyan mektup formatı**

**Sayın Editör,**

“ ..... ” başlıklı yazının derginizde yayınlanmak üzere gönderilmesi bilginiz dâhilindedir. Gönderilen bu yazının ilmi içeriğine ve sorumluluğuna katılıyoruz. Bu yazı daha önceden herhangi bir yerde yayınlanmamıştır ve yayın hakları halen başka bir kuruluşun tasarrufunda değildir. Yazının gözden geçirilmesi ve gerekli düzeltmeler için izin veriyoruz. Yazar olarak, yazı yayınlandığı takdirde, her türlü yayın haklarını size devretmiş olduğumuzu kabul ediyoruz. Saygılarımızla.

Ad ve Soyad:

Yazışmadan Sorumlu Yazar (Corresponding author):

Ad ve Soyad :

Adres :

Fax:

E-mail:

**Ek 2. SPOR VE PERFORMANS ARAşTIRMALARI DERGISİ (SPD) YAYIN HAKLARI DEVİR FORMU**

.....  
.....başlıklı makalenin yazar(lar)ı olarak,

yayınlanması dileğiyle makalemizi gönderiyor ve aşağıdaki şartları kabul ediyoruz.

-Makalenin her türlü yayın hakkı, Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi'ne (SPD) aittir.

-Tüm yazarlar, makalede belirtilen sıraya göre formu imzalamalıdır.

-Makale; değerlendirilmek üzere dergiye gönderildikten sonra, hiçbir aşamada, yayın hakları devir formunda belirtilen yazar isimleri ve sıralaması dışında, makaleye yazar ismi eklenemez, silinemez ve sıralamada değişiklik yapılamaz.

-Makale; derginin belirttiği yazım ve yayın kurallarına uygun olarak hazırlanmıştır.

-Makale orijinaldir. Daha önce yurtiçinde/yurtdışında, Türkçe/yabancı dilde yayınlanmamıştır veya yayınlanmak üzere değerlendirme aşamasında değildir.

-Yayın editörü, makalenin bilimsel değerlendirme sürecinin herhangi bir aşamasında, gerek gördüğü takdirde, yayınlanması istenilen dergi ve yayın kategorisini değiştirmeyi yazarlardan talep edebilir.

-Makalenin; bilimsel, etik ve hukuki sorumluluğu yazarlara aittir.

-Diğer yazarlara ulaşılamaması halinde; yazarların çalışmanın tüm aşamalarından haberdar olduklarını ve diğer yazarların sorumluluklarını, makalenin yazışma yazarı kabul eder.

Yazar/Yazarlar

İmza

1) .....

.....

2) .....

.....

3) .....

.....

4) .....

.....

5) .....

.....

6) .....

.....

Tarih: .....









ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ  
YAŞAR DOĞU BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR YÜKSEK OKULU  
spd@omu.edu.tr