T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

ONLINE BİSİKLET KULLANIM PERFORMANSINA, ONLINE SEYİRCİNİN ETKİSİ: KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN ROLÜ

MUHAMMET ALİ METOĞLU

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. UTKU IŞIK

YÜKSEK LİSANS TEZİ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

RİZE-2021

ONAY SAYFASI

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor. Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Muhammet Ali METOĞLU'nun hazırladığı "Online bisiklet kullanım performansına, online seyircinin etkisi: kişilik özelliklerinin rolü" başlıklı çalışma Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: …/…/2021

Doç. Dr. Utku IŞIK (Danışman) _____

Prof. Dr. Arslan KALKAVAN _____

Prof. Dr. Serdar TOK _____

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'ne …/…/2021 tarihinde teslim edilen bu tez Enstitü Yönetim Kurulu'nun …/.../2021 tarih ve … sayılı kararıyla onaylanmıştır.

Doç. Dr. Ahmet YANIK
Enstitü Müdürü

BEYAN

Bu tez çalışmasının Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Hazırlama ve Yazım Kılavuzu standartlarına uygun olarak hazırlanarak yazıldığını, tezin akademik ve etik kurallara bağlı kalınarak gerçekleştirilmiş özgün bir bilimsel araştırma eserim olduğunu, tezde yer alan ve bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen tüm bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve kullanılan kaynakların kaynaklar listesinde yer aldığını, tezin çalışılması ve yazımı aşamasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını beyan ederim.

18/06/2021
Muhammet Ali METOĞLU

İthaf

Yüksek lisans tezimi, üzerimde büyük emeği olan rahmetli abim Sultan METOĞLU'na ithaf ediyorum.

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın gerçekleştirilmesinde, değerli bilgilerini her daim benimle paylaşan, kıymetli zamanını ayırıp sabırla ve büyük bir ilgiyle bana faydalı olabilmek için elinden gelenden fazlasını sunan, her sorun yaşadığımda yanına çekinmeden gitmemi ve günün her saati kendine ulaşmama olanak sağlayan, güler yüzünü ve samimiyetini benden hiçbir zaman esirgemeyen, danışman hoca statüsünü fazlasıyla ve hakkıyla yerine getiren Doç. Dr. Utku IŞIK hocama her şey için teşekkür ederim.

Bilgi birikim ve deneyimiyle her zaman bizi geliştirmeye, araştırmaya iten her anlamda tarafıma katkı sağlayan sayın Prof. Dr. Arslan KALKAVAN hocama teşekkür ederim.

Eğitim hayatımın tüm kademelerinde hayatıma değer katan ve yolumu aydınlatan tüm öğretmenlerime, hocalarıma teşekkürlerimi sunuyorum.

Tezimi destekleyen Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinatörlüğüne teşekkür ederim.

Çalışmama gönüllü olarak katılım sağlayan Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri lisans öğrencilerine gönülden teşekkür ediyorum.

Bugünlere gelmemde büyük emeği olan, yaşamım boyunca desteğini her zaman hissettiren, bana güven veren annem Asiye METOĞLU, babam Hayati METOĞLU'na sonsuz teşekkür ederim.

Ağır ve aksak bir şekilde yol aldığım tez yazma sürecinde başından sonuna varlığını ve desteğini her daim hissettiren hayat arkadaşım Büşra METOĞLU'na; varlıklarıyla hayatımı renklendiren canım yavrularım Hüseyin Sultan METOĞLU'na ve Zeynep METOĞLU'na teşekkür ederim.

Bu yüksek lisans tezi TYL-2021-1231 numaralı proje ile Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Bilimsel Araştırma Koordinasyon Birimince desteklenmiştir.

Muhammet Ali METOĞLU

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
İÇ KAPAK SAYFASI	
KABUL ve ONAY	
BEYAN	
İTHAF	
TEŞEKKÜR	
İÇİNDEKİLER	**vii**
TABLOLAR DİZİNİ	**xi**
ŞEKİLLER DİZİNİ	**xii**
SİMGELER, KISALTMALAR ve FORMÜLLER DİZİNİ	**xiii**
ÖZET	**xiv**
ABSTRACT	**xv**
1. GİRİŞ ve AMAÇ	**1**
1.1. Araştırmanın Amacı	2
1.2. Araştırmanın Önemi	3
1.3. Problem Cümlesi	3
1.3.1. Alt Problemler	3
1.4. Hipotezler	5
1.5. Araştırmanın Varsayımları	6
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları	6
2. GENEL BİLGİLER	**7**
2.1. E Spor	7
2.1.1. E Sporun Gelişimi	9
2.1.2. E Sporun Çeşitleri	11
2.1.3. Covid 19 Sonrası E Spor	12
2.1.4. Aktif Video Oyunları	15
2.2. Sosyal Kolaylaştırma	16
2.2.1. Sporda Sosyal Kolaylaştırma	16
2.3. Seyirci	17
2.3.1. Seyirci Kavramı ve Spor Müsabakalarında Seyircilik	17

2.3.2. Seyircilerin Sporcular Üzerindeki Etkileri 18
2.3.3. E Sporda Seyirci 19
2.4. Kişilik 21
2.4.1. Kişilik ve Kişiliğin Tanımı 21
2.4.2. Kişiliğin Gelişimine Etki Eden Faktörler 21
2.4.2.1. Kalıtım ve Bedensel Faktörler 22
2.4.2.2. Sosyo-Kültürel Faktörler 23
2.4.2.3. Aile Faktörü 23
2.4.2.4. Sosyal Sınıf Faktörü 24
2.4.2.5. Coğrafi ve Fiziki Faktörler 24
2.4.2.6. Diğer Faktörler 25
2.4.3. Kişilik Kuramları 25
2.4.3.1. Psikodinamik Kuramları 25
2.4.3.1.1. Psikanalitik Kuram – Sigmund Freud 26
2.4.3.1.2. Bireysel Psikoloji – Alfred Adler 27
2.4.3.1.3. Analitik Psikoloji – Carl Gustav Jung 28
2.4.3.1.4. Özgürlükten Kaçış – Erich Fromm 29
2.4.3.1.5. İnsanın Sekiz Çağı – Erik H. Erikson 29
2.4.3.2. Davranışçı ve Bilişsel Kuramlar 30
2.4.3.2.1. Radikal Davranışçılık – Burrhus F. Skinner 30
2.4.3.2.2. Sosyal Bilişsel Kuram – Albert Bandura 31
2.4.3.3. İnsancıl – Varoluşçu Kuramlar 31
2.4.3.3.1. Birey Merkezli Yaklaşım – Carl R. Rogers 31
2.4.3.3.2. Kendini Gerçekleştirme Kuramı – Abraham H. Maslow 32
2.4.3.4. Araştırma Odaklı Kuramlar 32
2.4.3.4.1. Ayırıcı Özellik Kuramı – Gordon W. Allport 32
2.4.3.4.2. Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı – Raymond B. Cattel 33
2.4.3.4.3. Biyoloji Temelli Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı – H. J. Eysenck 33
2.4.3.4.4. Beş Faktör Kuramı – Robert R. McCrea ve Paul T. Costa 34
2.4.4. Kişilik Tipleri 35
2.4.4.1. Jung'ın Kişilik Tipleri 35
2.4.4.2. Eysenck'in Kişilik Tipleri 36

2.4.4.3. Kretschmer'in Kişilik Tipleri 37
2.4.4.4. Sheldon'ın Kişilik Tipleri 37
2.4.4.5. Freidman ve Rosenman'ın Kişilik Tipleri 38
2.4.5. Kişilik ve Spor 40
2.4.6. Kişilik ve Sosyal Kolaylaştırma 40
2.5. İlgili Çalışmalar 40
2.5.1. Aktif Video Oyunları ile İlgili Çalışmalar 40
2.5.2. Sporda Sosyal Kolaylaştırma ile İlgili Çalışmalar 42
2.5.3. Sporda Seyirci Etkisi ile İlgili Çalışmalar 44
2.5.4. Sporda Kişiliğin Ektisi ile İlgili Çalışmalar 45
3. GEREÇ ve YÖNTEM 48
3.1. Araştırmanın Evreni 48
3.2. Araştırmanın Örneklemi 48
3.3. Araştırma Tekniği ve Protokol 48
3.3.1. Protokol 49
3.4. Veri Toplama Araçları 52
3.4.1. Kadans 52
3.4.2. Kalp Atım Hızı 52
3.4.3. Power 52
3.4.4. Kalori 52
3.4.5. Kişisel Bilgi Formu 52
3.4.6. Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Form (5FKE-KF) 52
3.5. Verilerin Analizi 53
4. BULGULAR 55
4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri 55
4.1.1. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımı 55
4.1.2. Katılımcıların Sporcu Lisansı Değişkenlerine Göre Dağılımı 55
4.2. Hipotez 1: Sürüş Süreleri Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması 56
4.3. Hipotez 2: Harcanan Kalori Miktarına Göre Ortalamaların Karşılaştırılması 57
4.4. Hipotez 3: Sürüşlerde Uygulanan Powere Göre Ortalamaların Karşılaştırılması 58
4.5. Hipotez 4: Sürüşlerde Uygulanan Maksimum Power'e Göre Ortalamaların Karşılaştırılması 59

4.6. Hipotez 5: Kadans Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması 60
4.7. Hipotez 6: Maksimum Kadans Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması 61
4.8. Hipotez 7: Kalp Atım Hızı Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması 62
4.9. Hipotez 8: Maksimum Kalp Atım Hızı Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması 63
4.10. Hipotez 9: Ölçüm Öncesi Kaygı Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması 64
4.11. Hipotez 10: Performans Algısı Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması 65
4.12. Hipotez 11: Çaba Algısı Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması 66
4.13. Hipotez 12: Kişilik Özellikleri Açısından Ortalama Kalp Atım Hızı Değişiminin Karşılaştırılması 67
4.14. Hipotez 13: Kişilik Özellikleri Açısından Ortalama Kadans Değişiminin Karşılaştırılması 69
4.15. Hipotez 14: Kişilik Özellikleri Açısından Ortalama Power Değişiminin Karşılaştırılması 70
4.16. Hipotez 15: Kişilik Özellikleri Açısından Ortalama Sürüş Süreleri Değişiminin Karşılaştırılması 72
5. TARTIŞMA 75
6. SONUÇ VE ÖNERİLER 83
7. KAYNAKLAR 86
EKLER 102
EK 1. Kişisel Bilgi Formu – Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Form(5FKE-KF) 102
EK 2. Etik Kurul Onay Yazısı 104
EK 3. Onam Formu 105
EK 4. Tez Çalışma İzin Yazısı 107

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo No		Sayfa
Tablo 3.1.	Parametrelerin Normal Dağılıma İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Katsayıları	**54**
Tablo 4.1.	Sürüş Süreleri Açısından Ortalamalar	**56**
Tablo 4.2.	Harcanan Kalori Açısından Ortalamalar	**57**
Tablo 4.3.	Uygulanan Power Açısından Ortalamalar	**58**
Tablo 4.4.	Uygulanan Maksimum Power Açısından Ortalamalar	**59**
Tablo 4.5.	Sürüşlerdeki Kadans Ortalamaları	**60**
Tablo 4.6.	Sürüşlerdeki Maksimum Kadans Ortalamaları	**61**
Tablo 4.7.	Sürüşlerdeki Kalp Atım Hızı Ortalamaları	**62**
Tablo 4.8.	Sürüşlerdeki Maksimum Kalp Atım Hızı Ortalamaları	**63**
Tablo 4.9.	Katılımcıların Ölçüm Öncesi Kaygı Ortalamaları	**65**
Tablo 4.10.	Katılımcıların Ölçüm Sonrası Performans Algısı Ortalamaları	**66**
Tablo 4.11.	Sürüşlerdeki Çaba Algısı Ortalamaları	**67**
Tablo 4.12.	Katılımcıların Kişilik Özelliklerine Göre 1. ve 2. Sürüş KAHD	**68**
Tablo 4.13.	Kişilik Özelliklerine Göre Kalp Atım Hızı ANOVA Sonuçları	**69**
Tablo 4.14.	Katılımcıların Kişilik Özelliklerine Göre 1. ve 2. Sürüş KD	**69**
Tablo 4.15.	Kişilik Özelliklerine Göre Kadans ANOVA Sonuçları	**70**
Tablo 4.16.	Katılımcıların Kişilik Özelliklerine Göre 1. ve 2. Sürüş PD	**71**
Tablo 4.17.	Kişilik Özelliklerine Göre Ortalama Power ANOVA Sonuçları	**71**
Tablo 4.18.	Katılımcıların Kişilik Özelliklerine Göre 1. ve 2. Sürüş SSD	**73**
Tablo 4.19.	Kişilik Özelliklerine Göre Ortalama Sürüş Süreleri ANOVA Sonuçları	**73**

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil No		Sayfa
Şekil 2.1.	E sporun yıllara göre gelir artışı	**10**
Şekil 2.2.	E sporların yıllara göre seyirci artışı	**20**
Şekil 2.3.	Eysenck'in Kişilik Tipleri	**36**
Şekil 3.1.	Seyirci karşısında performans gösteren katılımcı	**50**
Şekil 3.2.	Katılımcıyı izleyen seyircinin ekranı	**51**
Şekil 4.1.	Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımı	**55**
Şekil 4.2.	Katılımcıların lisans durumlarına göre dağılımı	**56**
Şekil 4.3.	Katılımcıların sürüş sürelerine göre ortalamaları	**57**
Şekil 4.4.	Katılımcıların harcadıkları kalori miktarına göre ortalamaları	**58**
Şekil 4.5.	Katılımcıların uyguladıkları power miktarına göre ortalamaları	**59**
Şekil 4.6.	Katılımcıların uyguladıkları maksimum power miktarına göre ortalamaları	**60**
Şekil 4.7.	Katılımcıların kadans ortalamaları	**61**
Şekil 4.8.	Katılımcıların maksimum kadans ortalamaları	**62**
Şekil 4.9.	Katılımcıların kalp atım hızı ortalamaları	**63**
Şekil 4.10.	Katılımcıların maksimum kalp atım hızı ortalamaları	**64**
Şekil 4.11.	Katılımcıların ölçüm öncesi kaygı ortalamaları	**65**
Şekil 4.12.	Katılımcıların performans algısı ortalamaları	**66**
Şekil 4.13.	Katılımcıların çaba algısı ortalamaları	**67**
Şekil 4.14.	Özdenetim kişilik özelliğine göre ortalama power değişimi	**72**
Şekil 4.15.	Özdenetim kişilik özelliğine göre ortalama sürüş süresi değişimi	**74**

KISALTMA, SİMGE ve FORMÜLLER DİZİNİ

Kısaltmalar

5FKE	Beş Faktör Kişilik Envanteri
KF	Kısa Form
RPM	Kadans Ölçüm Birimi
BPM	Nabız Ölçüm Birimi
CAL	Kalori
LL	Lower
UL	Upper
KAHD	Kalp Atım Hızı Değişimi
KD	Kadans Değişimi
PD	Power Değişimi
SSD	Sürüş Süresi Değişimi

Simgeler

&	Ve
∞	Sonsuz
d	Cohen's d

ÖZET

Online Bisiklet Kullanım Performansına, Online Seyircinin Etkisi: Kişilik Özelliklerinin Rolü

Bu çalışmanın amacı online bisiklet kullanım performansı üzerinde online seyircinin etkisini anlamaya çalışmaktır. Ayrıca katılımcıların kişilik özelliklerinin performans değişimi üzerinde ne kadar etkili olup olmadığını anlamaya çalışmakta bu araştırmanın bir diğer amacıdır. Bu araştırmaya Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören ve basit rastgele örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenmiş 24 öğrenci katılmıştır. Katılımcılar smart trainer üzerinde 4 hafta arayla iki bisiklet sürüş performansı sergilemişlerdir. Katılımcılar ilk performanslarını tek başlarına ikinci performanslarını ise kurulan Google Meeting oturumu üzerinden katılımcıya destek olmak için bağlanan online seyirciler eşliğinde gerçekleştirilmiştir. Her iki sürüş esnasında da katılımcıların bisiklet simülasyonuna uyguladıkları power, dakikada çevirdikleri pedal sayısı (kadans), harcadıkları kalori, kalp atım hızı değişimleri ve sürüş sürüleri kaydedilmiştir. Ayrıca katılımcıların iki sürüş esnasında elde ettikleri değer değişimlerinin kişilik özelliklerine göre değişip değişmediğini anlamak için katılımcılara Tatar (2005) tarafından geçerliği ve güvenirliliği yapılan "Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Form (5FKE-KF)" doldurtulmuştur. Katılımcıların 1. sürüş ve 2. sürüş değerlerinde elde ettikleri ortalamaları karşılaştırmak için Paired Sample t-testi analizinden faydalanılmıştır. İki sürüş arasındaki performans değişimde kişilik özellikleri açısından bir fark olup olmadığını anlamak için karışık ölçümlerde iki faktörlü ANOVA analizi kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda deneklerin online bisiklet sürüşü esnasında online seyirci varlığının sürüş süresi, harcanan kalori, bisiklete uygulanan Power, kadans, maksimum kadans, kalp atım hızı, maksimum kalp atım hızı, kişinin çaba algısı üzerinde olumlu yönde etkisi olduğu görülmüştür. Ayrıca bisiklete uygulanan Power ve sürüş süresi ortalamalarından her ikisinde de beş faktör kişilik özelliklerinden öz denetim alt boyutunda anlamlı farklılıklar ortaya çıktığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kişilik Özellikleri, Beş Faktör Kişilik Envanteri, Online Performans, Online Seyirci, Aktif Video Oyunları, E-Spor.

ABSTRACT

The Effect Of Online Spectators On Online Cycling Performance: The Role Of Personality Traits

The aim of this study is to understand the effect of online spectators on online cycling performance. In addition, another aim of tihis research is to understand how effective the personality traits of the participants are on the performance difference. 24 students who study at the Faculty of Sport Sciences of Recep Tayyip Erdoğan University and were selected by using simple random sampling method. The participants performed two performances, 4 weeks apart, on the smart trainer. The participants performed their first performances alone, and their second performances were performed with the online spectators connected to support the participant through a Google Meeting. During both rides, the power applied by the participants to the bicycle, the number of pedals they cycled per minute (cadence), the calories they burned, the changes in heart rate and the riding mileage were recorded. In addition, in order to understand whether the measure changes obtained by the participants during the two rides vary according to their personality characteristics, the participants were given the "Five Factor Personality Inventory Short Form" which was validated and deemed reliable by Tatar (2005) was filled. Paired Sample t-test analysis was used to compare the means obtained by the participants in the 1st and 2nd ride measures. Two-factor ANOVA analysis was used for mixed measures of whether or not having the mentioned characteristics makes a difference. As a result of the analysis, it was seen that the presence of online spectators during online cycling of the subjects had a positive effect on the driving time, calories consumed, Power applied to the bike, cadence, maximum cadence, heart rate, maximum heart rate, and the person's perception of effort. In addition, it was determined that there were significant differences in the conscientiousness sub-dimension from the five factor personality traits in both the Power and riding time averages applied to the bike.

Keywords: Personality Traits, Big Five Factor Personality Inventory, Online Performance, Online Spectators, Active Video Games, E-Sport

1. GİRİŞ VE AMAÇ

"Futbol seyircisiz hiçbir şeydir. Dünyadaki en mükemmel oyun olabilir ama izlemek için tribünde hiç kimse yoksa hiçbir şey anlam ifade etmez. Seyirciler oyunun can damarıdır." Efsanevi Celtic menajeri Jock Stein'e ait olan bu sözler seyircilerin futbol oyununun bir parçası olduğunu en iyi ifade eden tespitlerden birisidir. Sadece futbol değil diğer tüm spor müsabakalarında seyirciler oyunun gidişatını etkileyebilecek, rakibin dengesini bozabilecek ya da oyuncuların daha iyi bir performans göstermeleri konusunda onları tetikleyebilecek önemli bir değişken konumundadır. Liverpool takımının tüm Dünya tarafından bilinen "You'll Never Walk Alone" tezahüratı ve şarkısı, takımlarını asla yalnız bırakmayacaklarını ve onların başarıları için her zaman tribünde olacaklarını belirten ve çoğu zamanda takımlarının performanslarını olumlu yönde etkileyen bir motivasyon unsuru konumundadır. Ancak tüm diğer sektörlerde olduğu gibi spor ve sportif müsabakalar COVID-19 öncesindeki durumdan oldukça uzak bir konumdadır. Seyircisiz oynanmak zorunda kalan sportif müsabakalar, çoğu zaman iptal edilmek zorunda kalan organizasyonlar, pandemi sebebiyle değişen oyun kuralları nedeniyle spor olgusu ve aklımızdaki rekabet duygusu bile COVID-19 öncesine göre oldukça değişim göstermiştir. Seyircisiz oynanmak zorunda kalan spor müsabakalarında seyircinin eksikliği hem oyunun kalitesini hem izlenebilirliğini hem de sporcuların oyuna yönelik motivasyonlarını azaltmıştır.

COVID-19'un farklı sektörler üzerindeki olumsuz etkisinin alınacak sağlık tedbirleri ve aşılamanın hızlanmasıyla ortadan kalkacağı tahmin edilmektedir. Ancak tam olarak tekrar eski yaşantımıza döneceğimiz henüz tam olarak bilinmemektedir. Eski sosyal yaşantımıza dönsek bile Dünya artık salgın çağına girmiş bulunmakta ve yeni bir virüsün Dünya'yı tekrar ne zaman etkisi altına alacağını kimse bilememektedir. COVID-19 pandemisi sonrasında birçok sektör online hizmet vermeye başlamıştır. Eğitim kurumları online eğitim alt yapılarını güçlendirme çalışmalarına başlamış ve bir yıldan fazla tüm Dünya'da tüm eğitim faaliyetleri uzaktan eğitim yoluyla sürdürülmeye çalışılmıştır. Ayrıca pek çok eğitim kurumu pandemiden sonra dahi birçok dersin uzaktan eğitim yoluyla sürdürülebilmesine yönelik adımlar atmış, yeni uzaktan eğitim programları oluşturmuştur. Pek çok sektör uzaktan müşterileri ile uzaktan erişimli toplantılar ve uzaktan erişimli müşteri ilişkileri alt yapılarını güçlendirerek vermiş oldukları hizmetin devamlılığını sağlamaya çalışmıştır. Uzaktan erişimli yeni yaşantımıza alışmamız günün getirdiği şartlardan dolayı çok hızlı

olmuş ve bazı sektörlerde de oldukça sağlıklı bir şekilde işlemiştir. Ancak tüm sektörler için durum aynı şekilde gerçekleşmemiştir. Spor sektörü de bunların başında gelmektedir.

Seyircisinden uzak boş tribünlere oynayan sporcular, daha önce hiç alışkın olmadıkları bir şekilde sportif müsabakalara çıkmak zorunda kalmışlardır. Bazı takım ve organizasyonlar seyircinin eksikliğini gidermeye yönelik olarak girişimlerde (tribün sesi, tribüne fotoğraf koyma vs.) bulunsalar da gerçek seyirci etkisini hiçbir şekilde sağlayamamışlardır. Seyircinin olmadığı bir sportif müsabaka gerçek bir müsabaka olmaktan çok uzaktır.

COVID-19 öncesinde ortaya çıkmış olan bazı online egzersiz uygulamaları bireylerin ev içinde egzersiz yapmalarına fırsat vermekteydi. COVID-19 sonrasında eve kapanmak zorunda kalan ve gerçek egzersiz ortamından uzak kalan bireyler bu online egzersiz uygulamalarına büyük ilgi göstermiş ve bu uygulamalara talep daha önce hiç olmadığı şekilde artmıştır. Şirketler katılımcıların online egzersiz deneyimlerini arttırmak için uygulama alt yapılarını güçlendirmiş ve yeni trainer modellerini piyasa sürmüşlerdir. Bu uygulamaların en bilineni ve gerçek zamanlı yarış hissiyatını en üst seviyede yaşamamızı sağlayacak trainerlar bisiklet simülatörleri olarak karşımıza çıkmıştır. Profesyonel sporcuların da tercih ettiği bu uygulamalar sayesinde katılımcılara gerçek zamanlı, gerçek haritalarda, gerçek rakiplerle ve gerçek hissiyatlı bir şekilde yarış deneyimi sunuldu. Katılımcılar bindikleri gerçek bisiklet ile gerçek bir yolda gerçek bir yarışa katılıyormuş hissiyatını; yokuş çıkarken zorlanan, yokuş aşağı inerken ise rahatlayan simülasyonlar sayesinde yaşamaktadır. Tek eksik ise seyirci faktörüdür.

Pandemi sürecinde, tüm spor müsabakalarında seyircinin eksikliği hem sporcular hem de TV başında müsabakayı izleyen izleyicileri olumsuz etkilemiştir. Sporcuların motivasyonu düşmüş, seyir zevki azalmıştır. İşte bu çerçevede bu araştırmada müsabakalara online olarak katılım sağlayan seyircilerin sporcular üzerindeki etkisi anlaşılmaya çalışılmıştır. Ayrıca sporcuların sahip oldukları kişilik özelliklerinin de bu performans üzerindeki etkisi anlaşılmaya çalışılacaktır.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı online bisiklet kullanım performansı üzerinde online seyircinin etkisini anlamaya çalışmaktır. Ayrıca katılımcıların kişilik özelliklerinin performans değişimi üzerinde ne kadar etkili olup olmadığını anlamaya çalışmakta bu araştırmanın bir diğer amacıdır.

1.2. Araştırmanın Önemi

Spor müsabakalarının doğasının değişerek online ortamlara kaymaya başladığı düşünüldüğünde şu anda "sanal" olarak ifade ettiğimiz e-spor müsabakaları ya da online ortamda yapılan aktif sporlar gelecekte zaruret kazanabilir. Birbirlerine kilometrelerce uzaklıktaki sporcular aynı müsabaka içerisinde gerçek performanslarını göstererek mücadele edebilirler. Ya da sağlık için evde düzenli bireysel egzersiz yapan insanlar, antrenmanlarını binlerce insanın katıldığı online platformda yapmak isteyebilirler. Bunların dışında sanal ortamdan gerçekleştirilen spor müsabakalarına seyirciler yine sanal bir şekilde sadece izleyici olarak katılabilir ve sporcu da performansı sırasında takip edildiğinin farkında olabilir. Sporcunun bireysel özellikleri ise bu performans üzerinde gerçekte olandan çok daha farklı bir şekilde etki edebilir. Bütün bunlar düşünüldüğünde literatürde birtakım simülatörler kullanılarak online platformlarda yapılan sporlarla ilgili yeterli çalışmaların olmadığı görülmektedir. Aynı şekilde bu online sporlarda online seyircinin etkisi ile ilgili de çalışmalara da rastlanılmamıştır. Bu araştırmanın literatüre bu anlamda katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.3. Problem Cümlesi

Bu araştırmanın problem cümlesi; "Online bisiklet sürüş performansına online seyircinin etkisi var mıdır?" şeklinde kurulmuştur. Araştırmanın diğer problem cümlesi ise: "Online seyircili ve seyircisiz şekilde gerçekleştirilen bisiklet sürüş performansları katılımcıların kişilik özelliklerinden etkilenir mi?"

1.3.1. Alt Problemler

1. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların elde ettikleri toplam sürüş süreleri ortalamaları arasında fark var mıdır?

2. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların harcadıkları kalori miktarı ortalamaları arasında fark var mıdır?

3. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların uyguladıkları power ortalamaları arasında fark var mıdır?

4. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların uyguladıkları maksimum power ortalamaları arasında fark var mıdır?

5. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kadans (dakikada çevirdikleri ortalama pedal sayısı) ortalamaları arasında fark var mıdır?

6. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların maksimum kadans (dakikada çevirdikleri ortalama pedal sayısı) ortalamaları arasında fark var mıdır?

7. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kalp atım hızı ortalamaları arasında fark var mıdır?

8. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların maksimum kalp atım hızı ortalamaları arasında fark var mıdır?

9. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların sürüş öncesi hissettikleri kaygı ortalamaları arasında fark var mıdır?

10. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların sürüş sonrası performanslarından memnun olmaları ortalamaları arasında fark var mıdır?

11. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların gösterdikleri çaba ortalamaları arasında fark var mıdır?

12. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kalp atım hızı ortalamaları değişimleri kişilik özellikleri açısından farklılık gösterir mi?

13. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kadans ortalamaları değişimleri kişilik özellikleri açısından farklılık gösterir mi?

14. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların power ortalamaları değişimleri kişilik özellikleri açısından farklılık gösterir mi?

15. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların sürüş süresi ortalamaları değişimleri kişilik özellikleri açısından farklılık gösterir mi?

1.4. Hipotezler

1. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların elde ettikleri toplam sürüş süreleri ortalamaları arasında fark yoktur.

2. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların harcadıkları kalori miktarı ortalamaları arasında fark yoktur.

3. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların uyguladıkları power ortalamaları arasında fark yoktur.

4. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların uyguladıkları maksimum power ortalamaları arasında fark yoktur.

5. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kadans (dakikada çevirdikleri ortalama pedal sayısı) ortalamaları arasında fark yoktur.

6. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların maksimum kadans (dakikada çevirdikleri ortalama pedal sayısı) ortalamaları arasında fark yoktur.

7. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kalp atım hızı ortalamaları arasında fark yoktur.

8. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların maksimum kalp atım hızı ortalamaları arasında fark yoktur.

9. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların sürüş öncesi hissettikleri kaygı ortalamaları arasında fark yoktur.

10. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların sürüş sonrası performanslarından memnun olmaları ortalamaları arasında fark yoktur.

11. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların gösterdikleri çaba ortalamaları arasında fark yoktur.

12. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kalp atım hızı ortalamaları değişimleri kişilik özellikleri açısından farklılık yoktur.

13. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kadans ortalamaları değişimleri kişilik özellikleri açısından farklılık yoktur.

14. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların power ortalamaları değişimleri kişilik özellikleri açısından farklılık yoktur.

15. Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların sürüş süresi ortalamaları değişimleri kişilik özellikleri açısından farklılık yoktur.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

Bu çalışmada uygulanan yöntemin amaca uygun olduğu varsayılmıştır.

1) Seçilen örneklem grubunun araştırmanın evrenini temsil eder nitelikte olduğu varsayılmıştır.

2) Bu çalışmada kullanılan veri toplama araçlarının geçerli ve güvenilir olduğu, çalışmanın amacına uygun olduğu varsayılmıştır.

3) Bu çalışmada yer alan öğrencilerin veri toplama araçlarına verdikleri cevapların çalışmanın ciddiyeti dâhilinde, samimi ve gerçeklere uygun olarak verildiği varsayılmıştır.

1.6. Araştırmanın Sınırlıkları

-Bu çalışma Rize Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerle sınırlıdır.

-Bu çalışma katılımcıların gösterdikleri performans ile sınırlıdır.

-Bu çalışma katılımcıların ölçek maddelerine verdikleri cevaplarla sınırlıdır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. E Spor

Dijitalleşen dünyayla beraber son yıllarda artan popülaritesiyle e-Spor kavramı, platformların etkileşime açık olmasının sağladığı katıyla, eğlence ve spor iş birliğinin bir sonucu olarak endüstri haline gelmiştir. 2000'li yılların başlarından itibaren çevrimiçi ödüllü turnuvaların düzenlenmesi bununla beraber ortaya çıkan profesyonel takımlar ve ligler işi ciddi boyutlara taşımıştır. E sporun yazımında bile halen farklı görüşlerde tanımlamalar görülmektedir (Büyükbaykal ve İli, 2020). E-spor isminin yazımında tutarlılık olmaması uluslararası arenada tartışılan konulardan bir tanesi olmuştur. Bu bağlamda, Amerikan şirketi Associated Press tarafından yayımlanan "AP Stylebook 2017"de "espor" tire olmadan tanımlamıştır. Böylece bu tanımlama dünya genelinde tartışmayı bitirmiştir. Burada belirtildiği haliyle espor olarak yazılmasının doğru olduğu, bir organizasyon veya etkinliğin biçimsel ismi olarak eSpor veya e-Spor formatlarının kullanılabileceği ifade edilmiştir (Kieran, 2017)

E-Spor kavramı, literatürde elektronik oyun (electronic game), siber oyun (cyber game), bilgisayar oyunu (computer game), çevrimiçi oyun (online game), video oyunu (video game), sanal oyun (virtual game), oyun sporları (game sports), elektronik spor (electronic sports) isimleriyle ifade edilmektedir. e-Spor (elektronik spor) kavramı ise yaygın olarak kullanılmaktadır (Argan vd., 2006).

Yabancı kaynaklara bakıldığında e-sporun farklı tanımlarıyla karşılaşılmaktadır. Örneğin; Wagner (2006) e-sporu, profesyonel kuralları olan, karşılaşma içinde geçen bilgisayar oyunları oynanması şeklinde tanımlamaktadır. Hamari ve Sjöblom (2017) ise e-sporu, sporun temel yönlerinin elektronik sistemler tarafından kolaylaştırıldığı, oyuncu ve takımların girdilerine ek olarak e-spor sisteminin çıktılarına insan-bilgisayar ara yüzleriyle aracılık eden bir spor biçimi olarak ifade etmiştir.

Bir başka tanıma göre ise e-spor, spor cihazları yerine dijital elektronik ürünlerin kullanıldığı, dijital bir platformda nispeten açık ve adil bir ortamda yürütülen, kişilerarası sportif bir yarışmadır (Bingjun ve Mingxue, 2007).

Organize bir biçimde ve elektronik cihazlardan yararlanılarak karşılıklı rekabete dayalı oyun oynamanın yanı sıra, çeşitli profesyonel kurumlar tarafından düzenlenen bir

etkinlik veya turnuvada, farklı oyuncu veya takımların belirli bir amaca ulaşmak için karşılaşmaları da e-Spor olarak tanımlanmaktadır (Newzoo, 2018)

Bu tanımlara ek olarak e-spor, bireylerin veya grupların bilgisayar ortamında farklı oyun dallarında müsabakalar veya şampiyonalar organize edilmesini ifade etmektedir. Elektronik sporun, geleneksel spor müsabakalarından farkı, yapılan mücadelenin fiziksel ortam yerine elektronik ve sanal platformlarda gerçekleştirilmesi olarak da tanımlanmıştır (Hollist, 2015).

Yerli kaynaklara baktığımızda ise E-Spor, Dünyanın farklı yerlerinden insanların internet ya da uluslararası elektronik spor organizasyonları aracılığıyla buluşup oyun oynayabileceği hem mental hem de fiziksel olarak emek gerektiren, devamlı güncellenen, örgütlenen bir spor dalıdır (Argan vd., 2006; Argan ve Akın, 2007).

Başka bir tanıma göre ise e- sporun; elektronik spor, sanal spor, siber spor, rekabete dayalı video oyunları oynama kavramlarıyla aynı anlamda kullanılmaktadır. Ayrıca sanal atletler ve siber atletler ise e sporculara karşılık geldiği ifade edilmektedir (Yükçü ve Kaplanoğlu, 2018).

T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı (2017) ise elektronik sporu, takım olarak ya da birey halinde, farklı dallarda; refleks, el göz koordinasyonu, hızlı karar verebilme, takım yönetimi, kaynak kullanımı gibi becerilerin öne çıktığı sanal rekabet platformu olarak tanımlamıştır.

Kore E-spor Birliği (2011) de e-Spor'u "siber bir alanda katılımcıların kazanmak veya kaybetmek için elektronik oyun becerilerini, birbirlerine karşı kullandıkları boş zaman etkinliği'', Asya Elektronik Spor Federasyonu (AESF,2019) ise "Elektronik cihazların rekabetçi faaliyetler için bir platform olarak kullanılması anlamına gelen elektronik ve spor birleşimi", Türkiye E-spor Federasyonu (2021) ise "elektronik bir cihaz vasıtasıyla çevrimiçi veya çevrimdışı ortamda gerek bireysel gerekse takım halinde katılım gösterilen her türlü aktiveyi kapsar" şeklinde tanımlamıştır.

Bütün bu tanımlar ışığında e-sporun bazı organizatörler veya kurumlar tarafından elektronik platformlarda düzenlenen müsabaka, lig, yarışma vb. etkinliklerde katılımcıların bireysel ve takım olarak fiziksel ve zihinsel çaba gösterdiği bir spor dalı olduğu söylenebilir.

2.1.1. E Sporun Gelişimi

E-sporun tarihi, atari dönemi ve internet dönemi olarak iki döneme ayrılabilir (Lee ve Schoenstedt, 2011). E sporun temelleri ise 70'li ve 80'li yıllarda Amerika'da atari salonlarına kadar dayandığı söylenebilir. Teknolojik aletlerinin fiyatlarının düşmesi ve herkes tarafından daha kolay erişilebilir hale gelmesi, 8 bitlik oyun konsolları ile adeta atari salonlarının evlere taşınmasına neden oldu. Sürekli gelişen ve yenilenen oyun konsolları, bu oyunların bireysel, çoklu ve daha seçenekli oyunlara doğru evrilmesini sağladı (Deen vd., 2006).

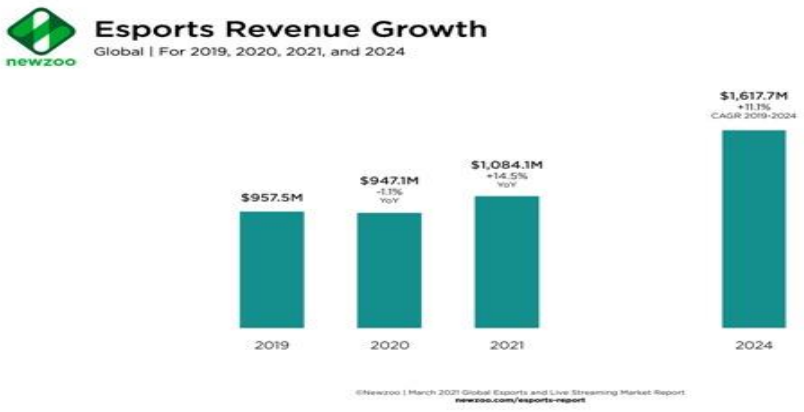
1980 yılında Atari tarafından 10 bin kişinin katılımıyla düzenlenen "Space Invaders" ilk video oyun turnuvası olarak kabul edilir. Bu turnuvanın ardından Nintendo, Atari, Blockbuster gibi video oyun sektörünün öncüleri e-spor'un temellerini atmış oldu (T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2018). Kişisel bilgisayarların gelişmesi ve yaygınlaşması oyun dünyasında çeşitliğin artmasına doğrudan etki sağladığı gibi bilgisayar tarafında ise oyunlar için gerekli donanımlar da gelişti (Laird vd., 2000). 80'li yıllarda Arpanet, NSFNET gibi ağlar vasıtasıyla bilgisayarlar birbirine bağlanmaya başladı. 90' lı yıllarda World Wide Web'in gelmesiyle beraber yerel ağlar ortadan kalktı ve tek bir ağ oluştu. İnternet bu sayede artık küresel hale geldi ve internet kafelerle beraber rekabetçi oyun yaygınlaştı (Kocadağ, 2017).

E sporların başlangıcı olarak 1993'te çıkan Doom ve 1996'da çıkan Quake isimli birinci şahıs nişancı tarzındaki oyunlar kabul edilmektedir. 1997'de çevrimiçi oyun ligleri oluşturulmaya başlandı. Bunlardan hala etkisi hissedilen Cyberathlete Profesyonel Ligidir (CPL). Aynı yıl içerisinde CPL turnuvalarından biri olan "The Frag" organizasyonunda seyirciler ilk kez oyunları canlı izleme imkânına sahip oldu. CPL sayesinde bu bilgisayar oyunları izleyici sporu haline geldi. 1999'da oyun geliştirme şirketi Valve'nin çıkarmış olduğu birinci şahıs nişancı oyunu "Counter Strike" batı e-spor karşılaşmalarının merkezi haline geldi. 1999 yılında ise çevrimiçi oyuncular birliğinin kurulmasıyla ilgili yapılan basın açıklamasında ilk defa e-spor kavramı kullanıldı. Amerika ve Avrupa tarafında bu gelişmeler yaşanırken doğuda ise e spor adına ilk adımları Kore atmıştır. Burada ileri Telekom uygulamaları ile kendi geniş bant alt yapısını hızla büyüttü. Amerika ve Avrupa'da popüler olan birinci şahıs nişancı tarzındaki oyunların aksine Kore'de çevrimiçi rol yapma oyunları ve gerçek zamanlı strateji oyunları popüler oldu. Özellikle 1998 yılında çıkarılan çok kullanıcılı gerçek zamanlı strateji oyunu StarCraft çok tutuldu (Wagner, 2006).

Amerika, Avrupa ve Kore'de yaşana bu gelişmelerin ardından 2000 yılında elektronik spor liginin, 2002 yılında Major League Gaming ve 2008 yılında da Güney Kore merkezli Uluslararası e spor Federasyonun (IeSF) kurulması ile e sporun iyice yaygınlaşmasını sağladı. (Yükçü ve Kaplanoğlu, 2018). 2013 yılında ise Güney Kore, Kore e – Spor Birliğini (KeSPA) kurmuştur (Seo, 2013).

League of Legends, Dota 2, Counter-Strike: Global Offensive, StarCraft II ve Hearthstone şu anda oynanan en popüler e-spor oyunlarıdır. E-sporun, Kuzey Amerika, Asya ve Avrupa Birliği gibi ülkelerde önemli hayran kitlelerine sahip olan küresel bir endüstri haline geldi (Purewal ve Davies, 2019).

Günümüzde e-spor yaklaşık 138 milyar dolarlık küresel oyun endüstrisinin %10'luk bir dilimine tekabül etmektedir. Popüler oyunların üreticileri ve oyuncu pazarına ulaşmak isteyen firmalar tarafından düzenlenen turnuvaların canlı yayınlanması, bu yayınların izlenme oranlarının geleneksel spor karşılaşmalarını geçmesi ve oyun endüstrisi dışından firmaların pazarlama bütçelerini bu alana kaydırmasıyla birlikte e-spor endüstrisi özellikle son 5 yılda müthiş bir büyüme ivmesi gösterdi. 2017'de, 586 büyük e-spor etkinliği yapılarak 2016'ya göre 32 milyon dolarlık bir artış gösterip 59 milyon dolar bilet geliri elde edildi ve bu etkinliklerdeki toplam ödül miktarı ilk defa 100 milyon doları aşarak 112 milyon dolara ulaştı (T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2018). 2020'de ise e spor gelirleri 947,1 milyon dolara ulaştı. Bu veriler ışığında 2021'in sonunda yıllık %14,5'lik bir büyüme ile 1,1 milyar dolara ulaşacağı tahmin edilmektedir (Newzoo, 2021).



Şekil 2.1. E sporun yıllara göre gelir artışı

Kaynak. Newzoo (erişim tarihi: 11.04.2021)

Ödüller kısmına bakacak olursak; Valve şirketi 2011 yılında Dota 2'yi piyasaya çıkarıp aynı yılın yazında ise $1,600,000 ödül havuzundan The International Dota 2 turnuvasını gerçekleştirdi. İşin bu noktalara gelmesi oyuncular için oyun sektörünün, kariyer seçeneği olarak görülebileceğine işaret ediyordu. Dota 2'nin ödül havuzu her yıl yükselerek 2016 yazında $20,770,460 değerine ulaştı. Gerçekleştirilen turnuvada ise birinci olan takım $9,139,000 aldı (dota2com, 2016'dan akt. Kocadağ, 2017). Günümüze gelindiğinde Dota 2 İnternational'ın 2019 yılı itibari ile ödül havuzundaki toplam miktar $34,351,362 olurken, 2020 yılına gelindiğinde ise bu rakam 40 milyon dolara ulaşmış durumda olduğu görülmektedir (Hürriyet, 2020)

Türkiye'nin bilinen ilk e-Spor takımı, 2003 yılında Counter Strike kadrosu oluşturarak başlayan Dark Passage takımıdır. e-Spor'lara talebin artmasıyla, 2015 yılında Beşiktaş e-Spor Kulübü, 2016 yılında 1907 Fenerbahçe e-Spor ve Galatasaray eSports katımları kurulmuş ve League of Legends oyunu için e-Spor takımlarına resmi olarak destek vermeye başlamışlardır (Üçüncüoğlu ve Çakır, 2017). Bu takımlar günümüzde Türkiye'de aynı veya farklı E-spor liglerinde mücadele etmektedir (Kanalben, 2020'den Akt. Türkmen ve Özsarı, 2020).

2011 yılında Türkiye Dijital Oyunlar Federasyonu'nun kurulmasıyla e-spor devlet tarafından tanınmış oldu. Fakat 2013 yılında bu federasyon kapatılarak asbaşkanlık seviyesine inmiştir. 5 yıl sonra 24/04/2018 tarihli ve 277144 sayılı Bakanlık Oluru ile Türkiye e-Spor Federasyonu kurulmuş olup Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde hizmet vermektedir. Gençlik ve Spor Bakanlığı-Spor Genel Müdürlüğü 2014 yılından itibaren bu alanda profesyonel liglere katılacak oyunculara e-Sporcu lisansı vermektedir (Mustafaoğlu, 2018). 2003'ten günümüze kadar e-spor'un hızla yayılmasıyla Türkiye 32 milyonun üzerinde seyirciyle ve bu alanda toplam oyun pazarı cirosunda 830 milyon dolar ile gelir sıralamasında 18. sırada yer almaktadır (Kanalben, 2020'den Akt. Türkmen ve Özsarı, 2020).

2.1.2. E Sporun Çeşitleri

E- sporun dayanağı olan dijital oyunlar, günlük hayatımızın bir parçası olmuş ve çok hızlı şekilde gelişen bir kitle iletişim aracı haline dönüşmüştür. Dijital oyun dünyasını geliştiricileri, oyun cihazlarını ve konsolları geliştirmesiyle sanal gerçekliğe varan sonuçlara ulaşmamızı sağlamıştır. Dijital oyun pazarı ciddi değişimlerle beraber yükselişlere ve düşmelere de eğilimlidir. Buna bağlı olarak dijital oyunların toplumdaki yerini anlayabilmek

için tarihsel gelişimini incelemek gereklidir. Dijital oyun günümüz toplumunun önemli bir gerçeğidir. Yeni eğilimlerle beraber yeni nesiller ile insanlarla teknoloji arasındaki etkileşimin daha da arttığı görülmektedir (Rokošný, 2018).

E spor türleri genel olarak aşağıdaki kategorilerde sınıflandırılmıştır.

- MOBA (Massively Online Battle Arena -Çevrimiçi Çok Oyunculu Savaş Alanı): Genellikle beş kişiden oluşan iki rakip takım, üç anayoldan oluşan bir harita üzerinde birbirlerinin enerji kaynaklarını yok etmeye çalışır. League of Legends ve DotA 2 dünyada en bilinen ve en çok oynan oyunlar arasındadır.
- FPS (First Person Shot - Birinci Kişi Atış Oyunları): Oyuncu, dijital oyun ortamını sanal karakterin gözünden görmektedir. Refleks, hızlı karar verme, takım yönetimi gibi özellikler bu türdeki oyunlarda başarı için gereklidir. Overwatch ve Counter Strike en bilinenleridir.
- RTS (Real Time Strategy- Gerçek Zamanlı Strateji): Bu türdeki oyunlarda oyuncu elindeki kaynakları doğru şekilde yöneterek bir ordu kurar ve rakibin ordularını alt etmeye çalışır. En yaygın olanları, Starcraft II ve Age Of Empires'tir.
- Fighter (Dövüş): Oyuncu belli bir dövüş disiplinini temsil eden, seçtiği sanal karakterler ile diğer oyuncuların seçtiği diğer sanal karaktere üstün gelmeye çalışır. Yaygın olarak bir oyuncuya karşı bir oyuncu şeklinde oynanır. Street Fighter, Dead or Allive bu tür oyunlara birer örnektir.
- MMORPG (Massively Multiplayer Online Role Playing Game- Çok Katılımcılı Çevrimiçi Rol Yapma Oyunu): Herhangi bir sunucuya bağlanarak oynanan rol yapma oyunlarıdır. En yaygın olarak oynananları World Of Warcraft ve World Of Tanks'tır.
- BR (Battle Royal- Hayatta Kalma): Tek ya da takım halinde gittikçe daralan şekilde tekli ya da takım halinde oyuncuların birbirlerini yenerek hayatta kalması şeklinde ilerleyen oyunlardır. Son zamanlarda popüler olan Fortnite ve Playerunknown's Battlegrounds (PUBG) bu oyunlara birer örnektir.
- Sports (Spor): Geleneksel spor dallarının, sanal ortama uyarlanmış halleridir. PES, FİFA ve Madden bu tür oyunlara birer örnektir (T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2018; Taşkıran, 2019)

2.1.3. Covid 19 Sonrası E Spor

Yeni tip koronavirüs Türkiye ile tüm dünyayı etkisi altına alırken başta sağlık sektörü olmak üzere, sosyal yaşamı, ekonomik yaşamı ve sporun tüm alanlarını derinden

etkilemiştir. Profesyonel spor etkinliklerini, onlara katılım gösteren seyircileri, sportif ürünlerin üretimini yapanları ve pazarlama kollarını, işletmeleri, spor turizmini kısaca spor teşkilatlarının her alanında çalışan, hizmet üreten tüm spor paydaşlarını derinden etkilemiştir (Türkmen ve Özsarı, 2020). Bu süreçten olumsuz etkilenen spor mecrası, dünya genelinde spor müsabakalarında ve organizasyonlarında durma noktasına gelmiştir. Buna bağlı olarak ise hızlı bulaşma ve öldürme riskinden dolayı virüsün yayılımını önleme amacıyla her türlü spor organizasyonları ertelenmek zorunda kalmıştır (Bingöl vd.,2020).

Önleyici stratejilerin en önemlisi virüsün en kolay bulaşma yolunu ortadan kaldırmaktır. Bu anlamda ülkemizin de içinde bulunduğu birçok ülke, enfeksiyon oranını düşürmeyi ve sağlık sistemlerine aşırı yüklenmeleri önlemek içim süresiz karantinalar ilan etmiştir. Evde kalmak ve izolasyon sağlığı korumak için özellikle savunmasız bireylerde (65 yaşından büyükler ve ciddi kalp rahatsızlıkları olanlar, kronik akciğer hastalığı bulunanlar, diyabet, obezite ve kronik böbrek ve karaciğer hastalığı olanlar için) en iyi önleyici strateji olarak kabul edilmiştir (Rodriguez- Morales vd.,2020). Ayrıca karantina sürecinde bazı spor branşları için evde antrenman yapmak mümkünken, bazılarında ise özel tesis ve alan ya da ekipmana gereksinim duyulduğundan ötürü kondisyon ve motivasyon eksiliği yaşanmaktadır (Bingöl vd., 2020). Önleyici stratejiler sonucu oluşan karantinalar, sokağa çıkma yasakları, hafta sonu yasakları ise artık yeni normalimiz haline gelmiştir.

Değişmek zorunda kalan sosyal yaşantımız ve "yeni normalimiz" ile teknoloji düne nazaran çok daha fazla hayatımızın içine girmiş bulunmaktadır. Bunların başında akıllı telefonlar tabletler sayesinde cebimize kadar girebilen sanal gerçeklik ile desteklenmiş oyun ve egzersiz uygulamaları da gelmektedir. Ev egzersizlerine örnek olarak ev içinde yürümek, gerektiğinde markete giderken araç yerine yürümeyi tercih etmek, alışveriş poşetleri veya su şişesi taşımak, kaldırmak, sandalye veya kanepe de merdiven hareketi, oturduğumuz yerden ayağa kalkıp tekrar oturmak, mekik ve şınav (Hammami vd.,2020), dans temelli egzersizler (Norouzi vd., 2020) ve eğer evde varsa sabit bisikletler, kürek ergometresi ve koşu bantlarında (Connolly vd., 2017) yapılan egzersizler örnek gösterebiliriz. İnternet, mobil teknolojiler ve televizyon aracılığıyla fiziksel aktiviteyi teşvik etmeye ve sunmaya odaklanan e-Sağlık ve egzersiz videolarının kullanımı (Tate vd.,2015), özellikle salgın döneminde fiziksel ve zihinsel sağlığı korumak için oldukça uygun gözükmektedir.

Araştırmacılar, can sıkıntısı gibi fiziksel aktivitenin önündeki engelleri aşmak için geleneksel fiziksel aktivitelere yeni alternatifler keşfetmeye zaten başlamışlardı. Ancak

salgının hızlı bir şekilde ilerlemesi ve birçok ülkeyi etkilemesi araştırmaların hız kazanmasına neden oldu. İnteraktif teknolojilerin güçlenmesi ile eğlenceli sanal gerçeklik kullanarak tasarlanmış Wii veya Playstation gibi exergameler insanları ev içi egzersize ikna etmeye başladılar (Lieberman, 2006). Her ne kadar exergames ile elde edilebilecek fiziksel aktivitedeki faydanın derecesi açıklığa kavuşturmaya ihtiyaç duyulsa da geleneksel fiziksel aktivite teorilerinin exergames'in insan-bilgisayar etkileşimi yönüne uygulanması konusunda araştırmalara hala ihtiyaç duyulmaktadır.

Teknolojinin gelişmesiyle beraber internetle bağlantılı bisiklet simülatörleri (smart trainer) ile kişiler dünyanın başka yerlerindeki insanlarla Tour de France etaplarında online ve sanal olarak bisiklet sürebiliyor, sanal gerçeklik gözlükleri ile sanal kişilerle egzersiz yapabiliyor. Sanal gerçeklik uygulamaları ve online simülatörler giderek gelişmektedir. Gelecekte hayatımızda ve spor alanında yerini alacaktır (Dal, 2019).

Günümüzde e-spor uygulamaları oldukça popüler hale gelmeye başlamış aynı zamanda ciddi bir izleyici potansiyeli oluşmaya başlamıştır. Newzoo Glabal e-spor pazarlama şirketine göre küresel e-spor gelirleri, 2020 yılında 1,1 milyar dolarlık bir hacime sahip olacaktır. Ayrıca e-sporcu kitlesinin 495 milyon kişiye ulaşması beklenmektedir (Newzoo ,2020) E-sporcu olduğu kadar e-sporu izleyen bireylerin sayısı da özümsenmeyecek kadar fazladır. E-spor bu kadar popülerken ve sanal gerçeklik uygulamaları bu derece başarı ile iken; sanal gerçeklik uygulamaları ile fiziksel performansa ve beceriye dayalı sportif aktivitelerin özellikle de yaşadığımız süreçten sonra popülaritesinin artacağı kesindir. İşte bu noktada spor psikolojisi içinde yeni bir ilgilenim alanı ortaya çıkacaktır. Mevcut spor psikolojisi kuramlarının sanal ortamlardaki uygulamaları, gerçek ortamda spor psikolojisinin performansı arttırmaya yönelik başarılı önerileri sanal ortamda kendine yer bulmaya başlayacaktır.

Tüm dünyada yaşanan koronavirüs salgınının ardından e-spor bilgisayarlarla, oyun konsollarıyla ve mobil telefonlarla oynan oyunları aynı çatı altında toplayarak yaklaşık 250 milyar dolarla ekonomisini zirveye taşımıştır (Kanalben, 2020'den Akt. Türkmen ve Özsarı, 2020).

Türkmen ve Özsarı, (2020)'ye göre mevcut pandemi koşulları göz önüne alındığında sporcular artık antrenmanlarını sanal ve elektronik imkanlarla, bazı spor etkinliklerini ise sanal simülasyonlarla yapılabiliyor olması salgın hastalıklara karşı geniş bir şekilde farkındalık oluşturulmasına yarayacak bununla beraber ise E-sporların daha da

yaygınlaşması sağlayacaktır. E sporların yaygınlaşması ise spor yöneticilerinin daha da dikkatini çekmeye başlayacaktır. Yakın gelecekte hayatımızın her alanına sanal ve elektronik ortamların girecek olması göz önüne alınırsa yatırım planlarının bugünden yapılmasının gerektiğini ifade etmektedir.

2.1.4. Aktif Video Oyunları

Teknolojik gelişmelerin fiziksel aktivitelere entegre edilmesiyle oyun sektörü de dijital gelişmelerden etkilenmiştir. Bu etki sonucu oluşan teknolojik gelişim, bireyi uyarıyor, bireye heyecan veriyor, serbest zamanların değerlendirilmesini sağlıyorken aynı zamanda fiziksel aktivite yapma imkanını da sunuyor. İşte tüm bunları sanal gerçeklik uygulamaları ile yapmak mümkün. Sanal gerçeklik aynı zamanda rekabet etme, meydan okuma, statü atlama, kimlik kazanma gibi haz verici duyguların yaşanmasını sağlar (Ocakoğlu, 2020). Bu uygulamalara aktif video oyunları ya da exergames denilmektedir. Exergame, egzersiz ve oyun kelimelerinden oluşmaktadır (O'Donovan vd., 2012; Staiano ve Calvert, 2011).

Video oyunları iki kategoride incelenebilir.

A- Sedanter (Pasif) oyunlar, bir ekran karşısında otururak ve sadece parmakların hareketleriyle oynanan oyunlardır.

B- Aktif video oyunları, yapısında algılayıcı kamera ve sensörlerin bulunduğu cihazlar vasıtasıyla, oyuncuların ekran karşısında vücut hareketleri yapmasıyla oynanan oyunlardır (Aygün, 2016)

Bildiğimiz masa başında video oyunlarından en önemli farkı fiziksel aktivite gerektiriyor olması ve ekran tabanlı hareketler içeriyor olmasıdır. Aktif video oyunları ekranda sizi temsil eden bir avatarın, kullanıcı tarafından yapılan fiziksel hareketlerle bir takım yazılım ve sensörler tarafından algılanarak hareket ettirilmesiyle oynanır. Teknolojik donanımında hareket sensörü, kızılötesi sensörleri ve kameralar kullanılır. Nintendo Wii, X-Box Kinect ve Play Station ile oynamak mümkündür (Oh ve Yang, 2010). Aktif video oyunları piyasada var olan popüler oyunlardan gelişen oynanması bakımından eğlenceli özelliklere sahip uygulamalardır (Kooiman ve Sheehan, 2015)

Araştırma alanlarında en yaygın olarak kullanılan cihazlardan biri nintendo wii fit'tir. 2006 yılında piyasa sürülen wii fit, üst tarafındaki basınç merkezinden, üzerinde duran kişinin sallanmasını izleyen bir wii denge tahtası donanımından oluşmaktadır. Oyuncular kablosuz olarak oyun konsoluna bağlanabilmekte ve mii avatarı ile farklı farklı oyunlar

oynayabilmektedir (Cone vd., 2015). Bu alet video uygulamalarının oynanmasına aracılık eden sitemlerden bir tanesine örnek olarak gösterilebilir.

Aktif video oyunlarının en önemli özelliği bireyi fiziksel aktiviteye teşvik ediyor olmasıdır (Bock vd., 2019). Bunu George vd., 2016 yılında yaptığı bir araştırma ile örneklendirebiliriz. Yapılan çalışmada aktif video oyunu oynayan çocukların serbest zamanlarındaki fiziksel aktivite düzeylerinde pozitif yönde gelişmeler olduğu, sedanter davranışlarında ise azalma meydana geldiği ortaya konmuştur.

2.2. Sosyal Kolaylaştırma

Grubun bireysel performans üzerindeki etkisi bir asırdan uzun bir süredir sosyal psikoloji, endüstri psikolojisi ve spor psikolojisi alanlarından araştırmacıların dikkatini çekmiştir. Aynı zamanda grubu izleyen kişilerin varlığı (taraftar) hem grup hem de bireysel başarı üzerinde etkindir. Bir görevdeki performansın başkalarının varlığından etkilendiğini ifade eden kurama sosyal kolaylaştırma denir. Sosyal kolaylaştırma alan tarihinde sosyal psikolojik teorilerinin en eski kuramlarından biridir. Kolaylaştırma kelimesi, yapılan ilk gözlemlerde izleyicinin performansı arttırdığının görülmesiyle kullanılmıştır. Daha sonra yapılan çalışmalarda görevin karmaşık olması ya da birey tarafından görevin iyi öğrenilmemesi durumlarında izleyicinin birey üzerinde bir kolaylaştırma etkisi olmadığı görülmüştür. Yani sosyal kolaylaştırma teorisi, yalnızca performans artışlarını değil, aynı zamanda azalışlarını da içerir (Aiello ve Douthitt, 2001).

2.2.1. Sporda Sosyal Kolaylaştırma

Sosyal kolaylaştırmanın temelleri 1890'ların sonunda Norman Triplett'in yapmış olduğu çalışmaya dayanır. Triplett bisiklet yarışlarında bisiklet sporcularının diğer bisikletçilerle yarışırken tek başına yarışmalarına kıyasla daha hızlı sürdüklerini fark etmiştir. Triplett bisiklet yarışlarındaki gözlemlerinden sonra daha fazla araştırma yapmak için çocukların olta makarası çevirme hızını test eden bir deney planladı. Bu deneyde çocuklar tek başlarına ve başka biriyle beraber makaraları sardılar. Bu deney sonucunda Triplett çocukların yanlarında başka biri varken daha hızlı makara çevirdiğini gözlemledi. Triplett'in bu çalışmalarında bireylerin rekabet duygusuyla daha hızlı hareket ettiği düşüncesi hakimdi. Triplett'in bu çalışmalarından sonra başkasının varlığının performanstaki etkisiyle ilgili çalışmalar yapılmış fakat sosyal kolaylaştırma terimi yaklaşık 20 yıl sonra ilk defa Allport tarafından kullanılmıştır. Allport deneylerini tasarlarken Triplett'ten farklı olarak rekabet duygusunu ortadan kaldırmaya çalışmıştır. Allport, 1920

yılında bireysel ve grup halinde oluşturulan katılımcılarına serbest çağrışım görevi içeren bir deney tasarladı. Bu deneyinin sonucunda grup halindeki deneklerin daha fazla sayıda çağrışım yaptığını fakat bireysel çağrışımların daha kaliteli olduğunu gördü. Bu sonuçlar başkasının varlığından kişilerin ne şekilde etkilenebileceğinin görevin türüne de bağlı olduğunu gösterdi (Triplett, 1898; Allport, 1920; Aiello ve Douthitt 2001).

Sosyal kolaylaştırmanın bu ilk çalışmaları grup halinde bir görevi yerine getirmeye dayalı iken ilk defa bir seyircinin varlığının etkisi ile ilgili çalışmayı 1930 yılında Dashiel yapmıştır. Dashiel deneyinde diğerlerinden farklı olarak seyirci faktörünü 4 farklı grup türünde ele aldı. Birinci grubu pasif seyirci, ikinci grubu değerlendirme yapan seyirci, üçüncü grubu aynı işi yapan ama rekabet içinde olmayan kişiler ve dördüncü grubu da rekabet içinde olan ve aynı işi yapan kişilerden oluşturmuştur. Bu deney sonucunda 4 grubun sosyal kolaylaştırma etkilerinin de farklı olduğu görülmüş aynı zamanda seyircinin fiziksel varlığına gerek duyulmadan deneklerin seyircinin var olduğunu düşünmesinin de aynı etkiyi vereceği görülmüştür (Dal, 2019).

Zajonc, sosyal kolaylaştırma araştırmalarının bazılarında performansın arttığını bazılarında ise performansın düştüğünü fark etti ve bu farklılığı dürtü teorisi ile açıkladı. Zajonc'a göre kişi bir görevi bir izleyici önünde ve aynı görevi yapan başka bir kişinin yanında yaparken (birlikte hareket etmek) görev basitse veya iyi öğrenilmişse görevi tek başına yapmasına kıyasla performansta artış olurken görev karmaşık veya iyi öğrenilmemişse performansta düşüş olur (Uziel, 2007).

Günümüzden yaklaşık 120 yıl öncesine dayanan, sosyal ve spor psikolojisinin miladı olarak kabul edilen Norman Triplett'in sosyal kolaylaştırma çalışması yıllar boyunca farklı kuramsal bakış açılarıyla birçok kez değişime ve gelişime uğramıştır. Günümüzde de hiçbir laboratuvar ortamına ihtiyaç duyulmadan gerçek müsabakalarda spor alanında sosyal kolaylaştırma deneyleri yapılmaktadır. Hatta gelişen teknoloji sayesinde akıllı telefon, tablet, sanal gerçeklik, exergameler vs. aracılığıyla sanal ortamlarda bile sosyal kolaylaştırmanın etkisi test edilmektedir (Dal, 2019).

2.3. SEYİRCİ

2.3.1. Seyirci Kavramı ve Spor Müsabakalarında Seyircilik

Türk Dil Kurumu, seyirci kelimesini "Bir olayı gören, izleyen kimse, izleyici" olarak tanımlamıştır. Sporda seyirci kelimesi de bir spor müsabakasında karşılaşmayı izleyen, aynı

tepkileri veren, önceden organize edilmemiş kişi topluluğu olarak ifade edilebilir (Arıkan, 2000'den Akt. Çağlayan ve Fişekcioğlu, 2004) Seyirci, taraftar, fanatik ve holigan kelimeleri zaman zaman birbiri yerine kullanılan ama anlamları farklı ifadelerdir. Taraftar; sevdiği spor kulübünün faaliyetlerini takip eden, destekleyen, kulübe maddi gelir sağlayan ve kulübün esas pazarını oluşturan halk kitlesi olarak tanımlanmıştır (Genç,1998'ten Akt. Aycan vd., 2009) Fanatik, tutmuş olduğu takıma her koşulda bağlı olan ve takımının kazanması için her yolu deneyen kişidir. (Fişek, 1997) Holiganlık ise şiddet ve ayrımcılık içeren eylemlerde bulunan insanların ortak noktasıdır (Paksoy, 2014).

Seyircilerin neden bir spor müsabakasını takip ettikleri düşünüldüğünde bunun nedeninin maç sonuçlarının önceden bilinmemesinin verdiği merak, müsabaka esnasında hissedilen duyguların değişmesi ve bu duyguların (heyecan, sevinç, üzüntü) belirlenmesinin zor olması olduğu belirtilmiştir (Yusof ve See, 2008).

Spor seyircilerinin genelde gençlerden oluştuğu ve bu durumun, sporun iletişim kurmayı kolaylaştırmasından, gençlerin enerjilerini doğru yönlendirmelerini sağlamalarından ve kendine güven ve cesaret duygularını pekiştirmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca ergenlik döneminde aktif spor yapan gençlerin zamanla seyirci haline geldikleri de görülmektedir (Öztürk, 1998).

2.3.2. Seyircilerin Sporcular Üzerindeki Etkileri

Spor dallarının çoğu (özellikle takım sporları) için seyirci önemli bir etkendir. Koçların, antrenörlerin ve kulüp yöneticilerinin seyircilerin karşılaşmaya gelmelerini istemelerinin tek nedeni bilet gelirleri değil, seyircinin takımı ateşlemesidir. Özellikle takım sporlarında seyircilerin takımı hep birlikte sözlü olarak desteklemesinin başarı için etkili görülmüştür. Seyirci desteği sporcuların güdülenmesini, performanslarını arttırmasını sağlamakla kalmayıp rakip takım için de psikolojik baskı oluşturmaktadır. Bu yüzden seyirciyi takımın fazladan bir oyuncusu olarak görenler de vardır (Doğan, 2004).

Seyircilerin sporcu üzerinde etkilerini görmek için yapılan çalışmalar incelendiğinde farklı sonuçlara ulaşılmaktadır. Örneğin Shmidt'e göre seyircinin varlığı, iyi performans sergileyen sporcularda olumlu, kötü performans sergileyen sporcularda olumsuz etki yapmaktadır (Shmidt, 1992'den Akt. Koruç vd., 2007) Benzer şekilde Bell ve Yee (1989) ise vasıflı 16 ve vasıfsız 17 Amerikan karate öğrencisi ile tekme atma görevi içeren 4 turdan oluşan ve her bir turu 15 saniye olan bir deney tasarlamıştır. Öğrencileri izleyen seyirciler karate uzmanlarından oluşturulmuştur. Öğrencilerden hem uzman seyirciler karşısında hem

de seyircisiz olarak mümkün olduğu sayıda ayakta çoklu roundhouse tekmeleri atmaları istenmiştir. Deneyin sonucunda vasıflı (yetenekli) öğrencilerin performansının izleyici varlığından etkilenmediği; buna karşın vasıfsız öğrencilerin izleyiciden olumsuz yönde etkilendiği ve doğru tekmelerinin sayısının azaldığı görülmüştür. Bu sonuçlar sosyal kolaylaştırma kuramı ile uyumludur. Vasıfsız öğrencilerin performansındaki düşüşün, hata yapmamak adına hedeflenen performanstan vazgeçmelerinden kaynaklandığı görüldü.

Bu konuyla ilgili çalışmalar seyircinin tutumunun da önemli olduğu göstermiştir. Seyircinin düşmansı tutum sergilemesinin etkisi konusunda yapılan çalışmalarda bu tür tutumların performansı olumsuz yönde etkilediği saptanmıştır (Landers, 1980). Örneğin; Thirer ve Rampey (1979)'de yaptıkları bir çalışmada seyircilerin sahaya yabancı madde atmak ve rakip takıma kötü tezahüratta bulunmak gibi anti-sosyal davranışlar göstermesinin konuk takımın performansında bir değişiklik yaratmazken ev sahibi takımı olumsuz etkilediğini saptamışlardır. Thirer ve Rampey'in aksine Wolfson vd., (2005) ise Greer'in 1983'te yaptığı bir çalışmada seyircilerin seslerini yükseltmelerinin, performans açısından ev sahibi takımı olumlu, konuk takımı olumsuz etkilediğini belirlemişlerdir.

Bu ve benzeri araştırmalar gösteriyor ki seyircinin sporcu üzerindeki etkisi oyuncunun deneyimli veya deneyimsiz olması, seyircinin tutumu gibi birçok etkene göre değişiyor. Ama yapılan çalışmalar ışığında seyircilerin genel olarak sporcuların üzerinde olumlu veya olumsuz bir etkisinin olduğunu söyleyebiliriz.

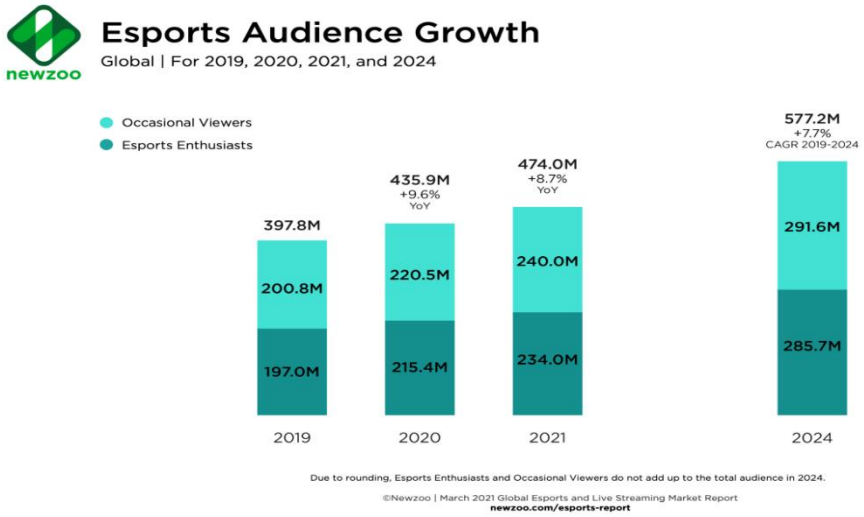
2.3.3. E Sporda Seyirci

Geleneksel spor müsabakalarında olduğu gibi her oyun tarzının kendine has seyirci kitlesi mevcuttur. Bilindiği üzere futbol ve voleybolda izleyici ve taraftar kitlesi değişkenlik gösteriyorsa aynı durum e-spor için de geçerlidir.

1997'de yapılan "The Frag" organizasyonunda ilk defa oyunların seyirciler tarafından canlı olarak izlenmesinden günümüze kadar geçen sürede e-sporun izleyici sayısı artmaya devam etmektedir. Örneğin; 2013'te League of Legends finalini ve Ulusal Hokey Ligi Stanley Cup finallerini aynı sayıda kişi (8,5 milyon) izledi (Wingfield, 2014 Akt. Kocadağ, 2017). Sonraki yıl yani 2014'te yine League of Legends finalini 27 milyon kişi, NBA finalini 18 milyon kişi izledi (Dorsey, 2014). E-spor izleyicisi ile geleneksel spor izleyici arasındaki fark zamanla artmaya devam etmektedir.

Hindistan E-spor Federasyonu e-sporun Twitch TV, YouTube, Gaming gibi platformlarında çevrimiçi olarak düzenlenen turnuvaları izleyen 152 ülkedeki 500 milyondan fazla hayran kitlesine sahip bir "İzleyici Sporu" olduğunu belirterek önemli bir seyirci kitlenin e-spora dahil olduğunu belirtmiştir (E Sports Federation of India, 2021)

Newzoo araştırma platformunun 2021 yılında mart ayında yayınladığı rapora bakıldığında 2019 yılında 397,8 milyon izleyici varken 2020 yılında 435,9 milyon izleyiciye ulaşıldığı görülmektedir. Bu veriler ışığında 2021 yılında 474 milyon, 2024 yılında ise 577,2 milyon seyirci sayısına ulaşılacağı tahmin edilmektedir (Rietkerk, 2021).



Şekil 2.2. E sporların Yıllara Göre Seyirici Artışı

Kaynak. Newzoo (Erişim Tarihi: 11.04.2021)

E-sporun büyük kitlelere ulaşma konusundaki başarısı dünya sporunda söz sahibi otoritelerin de dikkatini çekmektedir. The Guardian gazetenin web sitesinde e-sporun Çin'de düzenlenecek olan 2022 Asya Oyunları'nda resmi spor branşı olacağı haberi yapılmıştır. Ayrıca Asya Olimpiyat Konseyi (OCA), Alisports ile e-sporu Endonezya'daki 2021 oyunlarında gösteri sporu olarak tanıtmak ve resmi spor programına dâhil etmek üzere bir ortaklık ilan etmiştir. Asya Olimpiyat Konseyi bunun nedeni olarak gençlerin arasında bu yeni spora katılımın hızını, gelişimini ve popülerliğini işaret etmiştir (Graham, 2011 Akt. Kartal, 2020).

2.4. Kişilik

2.4.1. Kişilik ve Kişiliğin Tanımı

Kişilik kelimesinin kökeni Latince "persona" kelimesine dayanmaktadır. Persona, Klasik Roma tiyatrosunda oyuncuların taktığı maskelere verilen addır. Oyuncular, sahnenin seyircilerden uzak olması ve mimiklerinin görünmemesi nedeniyle canlandırdığı karaktere uygun maske takarlardı. Bu nedenle kişilik kelimesine karşılık "persona" kavramı kullanılarak kişiler arasındaki farklılıklar vurgulanmak istenmiştir (Luthans, 1995).

Cüceloğlu (2003)'un söylediği gibi kişilik dendiği zaman herkesin aklına aynı şey gelir, fakat iş kişiliğin tanımını, biçimsel bir şekilde yapmaya geldiği zaman herkes zorlanır. Çünkü kişilik kavramı içinde birçok anlam barındırır. Bu yüzden kişilikle ilgili birçok tanım yapılmıştır.

Kişilikle ilgili yapılmış en eski tanımlardan birini Allport (1937)' de yapmıştır. Ona göre, kişilik "bir bireyin çevresine uyum sağlamaya çalışan, bunu yaparken kendine özel çeşitli düzenlemelerini belirleyen psiko-fiziksel sistemlerin sahipliği içinde, kişinin sahip olduğu dinamik bir örgütlenme, organizasyondur. Oktay (2000)'ya göre ise kişilik, insanın belli bir zaman diliminde geçici olmayan, devamlı davranış özellikleridir. Bir başka tanıma göre ise kişilik, bireyi öbür insanlardan farklı kılan kendine özgü kendi içinde tutarlı ve yapılaşmış özelliklerin tümüdür (İnanç ve Yerlikaya, 2009). Robbins ve Judge, (2015)'e göre ise kişilik karşılaştığı insanlara kendini anlatmak, onların söz ve davranışlarına karşılık vermek ve onlarla etkileşimde bulunmak için kullandığı yolların hepsidir.

Bütün bu tanımlara baktığımızda hepsinin ortak noktasının kişiliğin bireye özgü olması ve davranışlarının da kendi içinde tutarlı olmasıdır. Bu yüzden kişiliği, bireyin çevresine uyum sağlarken sürekli olarak sergilediği kendine özgü davranış biçimi olarak adlandırmak mümkündür.

2.4.2. Kişiliğin Gelişimine Etki Eden Faktörler

Günümüze kadar kişiliği nelerin etkilediğine dair birçok araştırma yapılmıştır. Bireylerin demografi özellikleri ile kişilikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Kişi yaşadığı sosyal çevreden etkilenmekle beraber yaş, cinsiyet sosyal çevre ve topluma göre de genellemeler yapılabilmektedir. Dünya genelinde orta yaşlı insanlardan daha ağır başlı davranışlar beklenirken, küçük çocukların yaptıkları her davranışlarının kabul görmesi hoş karşılanması buna bir örnek olarak verilebilir (Işık, 2017).

Yapılan birçok çalışmada kimi araştırmacılar kalıtımın daha etkili olduğunu vurgularken kimi araştırmacılar da çevrenin kişilik oluşumunda daha etkili olduğunu belirtmiştir. Süregelen bu tartışmalar göstermiştir ki kişiliği etkileyen birden fazla faktör vardır. Bu faktörleri kalıtım, kültür, aile, sosyal sınıf, coğrafi konum vb. gibi başlıklar altında incelemek mümkündür.

2.4.2.1. Kalıtım ve Bedensel Faktörler

Kalıtım, genetik kodların kuşaktan kuşağa aktarılmasıdır. Bu aktarım; kişinin cinsiyetini, boyunu, göz rengini, saç rengi gibi fiziksel özellikleri etkilediği gibi zeka ve kişilik gibi faktörleri de etkiler.

Kişilik teorilerinin temelinde kalıtımın önemli bir yer aldığı söylenebilir. Freud, Skinner, Dollard, ve Miller kalıtımı fizyolojik ihtiyaçlar içinde açıklanırken; Jung, Horney, Rogers ve Maslow' da kendini gerçekleştirme eğilimi; Adler ise sosyal ilgi içinde ele almıştır (Hergenhahn ve Mathevw, 2003).

Robbins (2001) yaptığı araştırmada yaklaşık 40 yıldır birbirlerinden ayrı bölgelerde yaşayan ikizlerin kullandıkları arabada, sigara markalarının yanı sıra köpeklerinin isimlerinin bile aynı olduğu sonucuna varmıştır. Shields ise yaptığı bir araştırmada ayrı yerlerde büyüten tek yumurta ikizleriyle beraber büyüyen kardeş ve çift ikizlerini zeka ve kişilik özellikleri açısından karşılaştırmış ve bu karşılaştırma sonucunda ayrı yaşayan tek yumurta ikizlerinin daha fazla benzerlik gösterdiği sonucuna varmıştır (Köknel, 2005). Bu iki araştırma da kişiliğin oluşumunda kalıtımın büyük bir etkisi olduğunu gözler önüne sermektedir.

Bunların yanında kalıtımın bir sonucu olarak oluşan fiziksel yapının da kişiliği etkilediği görülmektedir. Özkalp (2004) 'ün vermiş olduğu örnekte olduğu gibi yakışıklı, güçlü ve sağlıklı bir genç ile çelimsiz ve sağlıksız bir gencin arkadaş çevresindeki kabulünün farklı olması ve bunun sonucu olarak birinci örnekte verilen gencin ikincisine kıyasla daha sosyal, girişken, başarılı ve kendine güvenen biri olması beklenir. Atkinson ve arkadaşlarının (1995) vücut yapılarının kişilik üzerindeki etkisi ile ilgili yapmış olduğu araştırmada kısa boylu ve tombul kişilerin girişken, rahat ve yumuşak huylu olduğunu; bunun aksine iri yapılı güçlü kişilerin ise saldırgan ve fiziksel anlamda aktif olduklarını; son olarak uzun ve zayıf olan kişinin ise sakin, kontrollü ve yalnız kalmaktan hoşlanan biri olduğunu gözlemlemiştir. Tüm bunlarla beraber fiziksel görünüşün kişilik üzerinde etkili olduğu görülmektedir fakat bu etki kişiden kişiye değişmektedir.

Yukarıda bahsettiğimiz üzere kalıtımın ve fiziksel özelliklerin kişiliği etkilediği görülmektedir. Fakat kalımın kişiliği ne ölçüde hangi özellikler açısından etkilediği bilinmemekle birlikte doğuştan gelen kişilik özelliklerinin büyük bir kısmının kalıtımın sonucu olduğu kabul edilmektedir. Sonradan kazanılan özellikler ise sosyo-kültürel özellikler ve kalıtımın ortak sonucudur. Fakat bireylerin yaşadıkları sosyal ortam sonucunda edindikleri örf ve adetler, inançlar, ahlak ve düşünce gibi tutum ve davranış kalıpları üzerinde kalıtımın etkisi oldukça azdır (Eroğlu, 2015).

2.4.2.2. Sosyo-Kültürel Faktörler

Kişiliğin oluşumunda önemli faktörlerinde biri kültürel alt yapıdır. Toplumun davranışları değiştikçe gelenekler değiştikçe bireylerin davranışları da değişecektir. Kişilerin idealleri, ilgileri, kültürel ortam çevrende şekillenir (Işık, 2017)

Bir insan yaşadığı toplumun değerleriyle yoğrularak büyür. İnsanın büyürken kendi kültüründen öğrendiği değerler kişiliğinin temelini oluşturur. İnsan bu değerleri kişiliğine öyle bir yerleştirir ki başından sorgulayıcı bir olay geçmedikçe bu değerlerden şüphelenmez (Başaran, 2000). Her toplumun benimsemiş olduğu bir kültür, düşünce biçimi, tutumları, inançları ve idealleri olduğundan bu toplumun içinde yetişen bireye benimsediği bütün bu değerler öğretilir ve kişi bu şekilde sınırlandırılır. Çünkü toplumun bireyden beklentisi budur ve toplum tarafından kabul edilmesi için bireyin bu kültürü benimsemesi gerekir (İstengel, 2006)

Bireylerin kişiliklerini belirleyen faktörlerden birisi de benimsediği değer yargıları ve inanç sistemleridir. Kültür, değer yargıları ve inanç sistemlerinin oluşmasını sağlayan en önemli faktörlerden olduğuna göre kültürün kişiliğin oluşumu üzerinde önemli bir etkisi olduğunu söylemek doğru olacaktır (Hellrıiegel vd., 1992)

2.4.2.3. Aile Faktörü

Aile, bir insanın karşılaştığı ilk sosyal grup olmakla birlikte aynı zamanda sosyal değerleri öğrenmeye başladığı yer de yine aile ortamıdır. Çocuğun ilk öğretmeni anne babasıdır. Anne babanın pekiştirici veya davranışı söndürücü tepkileri bireyin alışkanlık ve değerlerinin belirlenmesinde etkili olmaktadır. Örneğin bir çocuk çığlık atarak ebeveynine istediğini yaptırırken; bir başka çocuk ise hasta numarası yaparak istediğini elde etmektedir (Morgan, 2000). Çocuğun istekleri karşısında ebeveynlerin takındığı tavırlar çocukların tutum ve davranışları belirlediği görülmektedir. Aynı zamanda ailelerin çocuk yetiştirmede

takındıkları tutumlar da (otoriter, demokratik, aşırı korucu, aşırı hoşgörülü, tutarsız vb.) çocuğun kişiliğinin oluşmasında önemli bir etkiye sahiptir. Anne baba saygı ve sevgi çerçevesinde davranışlar sergilerse çocuklar da saygı ve sevgi ile hareket eder. Buna karşın anne baba çocuğun her istediğini yaparsa bu tutum çocuğun kişilik gelişini olumsuz yönde etkiler. Çünkü bu çocuklar zorluklarla mücadele etmeyi öğrenemezler (Zel, 2001). Bunların yanı sıra özellikle ilk çocukluk döneminde çocuklar anne babalarını model alarak birçok davranış öğrenirler (Morgan, 2000).

Çocuğun aile bireylerini model alması veya ailesinin sergilediği tutumlara verdiği tepkiler sonucunda kişiliği oluşmaktadır. Bu da bize gösteriyor ki aile kişilik gelişiminde önemli bir faktördür.

2.4.2.4. Sosyal Sınıf Faktörü

İnsan belli bir kültürel çevrenin dışında bazı alt grupların da üyesidir. Bu alt gruplar aile, cinsiyet, yaş, sosyal sınıf, meslek ve din grupları olabilir. Bu gruplar kendi değer ve davranış biçimlerini bireye benimsetme yoluyla aktarırlar (Güler vd., 2001). Kişiler okul, mahalle, çalışma arkadaşları hatta eş ve mesleklerini dahil oldukları sosyal sınıfa uygun olarak seçeceklerdir. Bu sebeple dar gelirli bir ailenin imkansızlıkları içerisinde büyüyen bir çocuğa kıyasla varlıklı bir ailede yetişen bir çocuğun özel eğitim imkanlarına sahip olması sayesinde yeteneklerini keşfetme ve daha fazla geliştirme fırsatı yakalayacağı aşikardır (Eroğlu, 2015) .

Yukarıda belirttiğimiz diğer faktörlere ek olarak sosyal yapı ve sosyal sınıf faktörleri de bireylerin kapasitelerini tutumlarını, olaylara bakış açısını, durumlar karşısında verdiği tepkileri etkileyecektir (Cervone ve Pevin, 2016).

2.4.2.5. Coğrafi ve Fiziki Faktörler

İnsanların yaşadığı coğrafyanın da kişilik üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Coğrafi faktörler içerisine o coğrafyanın iklimi, tabiat olayları ve yaşam şartlarını da dâhil etmek gerekir. İnsanın kişiliğine coğrafyanın nasıl etki ettiğine dair birçok fikir vardır. Örneğin; soğuk veya sıcak iklimlerde yaşayan insanların kişiliklerine bakıldığında, soğuk iklimlerde yaşayan insanların daha sert mizaçlı olduğu, aksine sıcak iklimde yaşayanların da daha yumuşak bir mizaca sahip olduğu görülmektedir (Can, 2007)

Ayrıca sadece iklimin soğuk veya sıcak olması değil mevsim geçişlerinin olup olmaması da kişiliği etkiler. Ilıman iklimlerde genelde dört mevsim yaşanır ve insanların

mevsimlere göre ihtiyaç, görev ve faaliyetleri değişir. Bu değişimler kişileri davranışlarını da değiştirmeye yönlendirir. Ama yılın çoğunda soğuk veya sıcak olan yerlerde yaşayan insanlar mevsim değişimi olmadığı için davranış değişikliklerine de gerek duymazlar. Bu nedenle mevsim değişiklikleri olan yerlerde yaşayan insanların kültürlerinin daha yüksek olduğu görülür (Eroğlu, 2015). Bütün bunlar yaşanılan coğrafyanın ve fiziki faktörlerin insanın kişiliğini etkilediğini göstermektedir.

2.4.2.6. Diğer Faktörler

Kişiliği etkileyen faktörlerin çoğundan bahsettik ama kişilik, yaşam boyu süren bir değişim ve gelişim geçirdiği için daha birçok faktörden etkilenmektedir. Örneğin kitle yayın araçları, teknolojik gelişmeler, kişilerin yaşadıkları travmalar vb. kişiliği olumlu veya olumsuz etkileyecektir.

Kitle yayın araçlarını düşünecek olursak, kitap okuyan bir bireyle okumayan bir bireyin kişilik gelişimi aynı olmayacaktır. Benzer şekilde teknolojik gelişmeleri takip eden, teknolojiyi aktif kullanan bireyler de kişiliklerini bu doğrultuda geliştirecektir (Değirmenci, 2008).

2.4.3. Kişilik Kuramları

İnsanı inceleyen Psikoloji Biliminin genç bir disiplin olması ve insanın da karmaşık ve öznel bir incelmeye uygun olması nedeniyle aynı olguyu açıklamak için farklı yaklaşımların ortaya çıkması doğaldır. Çünkü insan duygusal bir varlık olduğu için onu nesnel olarak incelemek zordur. Ayrıca her kuram, kendini meydana getiren kuramcısının geçmiş yaşamından, dünya görüşünden etkilenir. Kuramcılar yaptıkları gözlemlere kendi öznel bakış açılarını kattıkları için bugüne kadar birbirinden farklı birçok kuram ortaya çıkmıştır (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

2.4.3.1. Psikodinamik Kuramlar

Sigmund Freud 40 yıllık meslek hayatı boyunca yayımladığı birçok eserle hiç şüphesiz psikoloji biliminin en tanınmış simaları arasına ismini yazdırmıştır. Freud'dan sonra gelen kişilik kuramcıları kendi kuramlarının Freud'un kuramından ne derece farklı olduğunu veya onda gördükleri eksiklikleri ifade etmişlerdir. Bu psikologların birçoğu kendi kuramlarını Freud'un oluşturduğu kuramın üzerine kurmuşlardır (Burger, 2006).

2.4.3.1.1. Psikanalitik Kuram – Sigmund Freud

Psikanaltik kuramın topografik modelinde Freud bireyin ruhsal yapısını bilinç, bilinç öncesi ve bilinçaltı olarak üç düzeye ayırmış ve kişilik kavramını açıklamada kullanmıştır. **Bilinçdışı**nı, farkında olmadığımız ancak söz, duygu ve davranışlarımızı yönlendiren tüm istek, dürtü ve güdü olarak; **bilinçöncesi**ni, o an farkında olunmayan fakat kendiliğinden veya çaba göstererek bilince getirilmesi mümkün olan bilgilerin bulunduğu düzey olarak; **bilinc**i ise bireyin o an farkında olduğu her türden duyum ve yaşantıların bulunduğu katman olarak ifade etmiştir (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

Yapısal modele baktığımızda ise yine 3 ana gruptan oluştuğunu görmekteyiz. Bunlar **id** (ilkel benlik, altben), içgüdülerin kaynağı, kişiliğin temel bileşenidir. Doğuştan gelmekle birlikte ruhsal enerjinin doğduğu yerdir ve bir an önce doyurulmayı beklemektedir. Mantık dışı ve ahlak dışı kavramlardan yoksundur (Bacanlı, 2002). **Ego** (Ben, benlik) kişiliğin düzenleyen, denge ve uyum sağlayan parçasıdır. İdin istek ve arzularını süperegonun koyduğu sınırlamalar çerçevesinde doyurmaya çalışan kişilik düzeyidir. Gerçeklik ilkesine göre çalışır (Korkman, 2003). Ego çoğu zaman id ile çelişki halinde olsa da asıl görevinin idin arzu ve dürtülerinin kısa sürede yerine getirilmesi gerektiğini bilir ve bu yönde çaba gösterir (Cüceloğlu, 2003). **Süperego** (Üst Benlik) ise çocuğa anne babası, çevresi ve toplum tarafından aktarılan geleneksel değerlerin içsel temsilcisidir. Kişiliğin vicdani ve ahlaki yönünü temsil eder. Süperego karar aşamasında bir şeyin doğru ya da yanlışlığının toplum normlarına göre belirlenmesini sağlar ve bu normlara göre davranmaya iter (Gençtan, 2000).

Freud, insanın kaygı durumunda başvurduğu başa çıkma mekanizmaları olarak **savunma mekanizmalarından** bahsetmektedir. Bireyler bu savunma mekanizmalarını kendilerini korumak ve kaygıyı azaltmak için kullanırlar. Bunlar; bastırma, yansıtma, yer değiştirme, akla uygunlaştırma, karşıt tepki geliştirme, gerileme, yüceltme, yadsıma, düş kurma, özdeşleşme, yapma-bozmadır (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

Freud bireyin dünyasını bir gerilim sıralaması olarak görür. Bunu bencillik ve toplumsallık arasındaki gerilim olarak açıklamaktadır. Kişi rahatlamak adına bu gizli gerilimler ile uğraşır. Bu gerilimin temel nedeni olarak ise cinsel enerjiyi gösterir ve bunu da **libido** olarak adlandırır (Erden ve Akman, 2006).

Freud'un psikolojiye kattığı en tartışmalı konulardan biri de kişilik gelişim kuramıdır. **Psikososyal gelişim kuramı** olarak adlandırdığı bu kuramda, bir bebeğin kişiliğinin doğumundan itibaren çeşitli aşamalardan geçerek oluştuğunu belirtir. Bu

aşamalardan her biri bebeğin bir organıyla anılmaktadır (Furseth ve Repstad, 2013). Freud kuramında bu aşamaları ise oral, anal, fallik, latent ve genital olarak psikososyal gelişim süreçleri olarak ayırmıştır. **Oral dönem**, doğumdan 1 yaşına kadar olan süreyi kapsamaktadır. Bebebeğin libidosu ağzı bölgesinde emmeye odaklanmıştır. Yeterince beslenemeyen ya da annesi tarafından gerek duyulmadığı halde uzun süre emzirilen çocuklar bağımlı veya güvensiz kişlik geliştirebilmektedirler. **Anal dönem**, 1-3 yaş arasını kapsar. Libido anüs ve çevresine odaklanmıştır. Bebeğin tuvalet eğitimi için katı ve dayatmacı uygulamalar bağımsızlık yetisini olumsuz etkilemektedir. **Fallik dönemi** ise 3-6 yaş arasındadır. Libido odağı genital organlardır. Kız çocuğu annenin yerine geçerek babaya; erkek çocuğu babanınn yerine geçerek anneye ilgi duymaktadır. Bu dönemdeki çocukların horlanıp kınandılarında ileriki yaşlarda cinsel kimlik sorunları yaşayabilmektedir. **Latent dönem** ise 6 yaşından itibaren ergenliğin başı olan 12 yaşına kadar sürmektedir. Libido odağında herhangi bir organ yoktur. Daha önceki dönemde edilinen alışkanlık ve özelliklerin pekiştirilmektedir. 11 yaş ve sonrası ise **genital dönem** olarak adlandırmaktadır. Bu dönemde libido odağı fallik dönemdeki gibi yine genital organlardır. Kişilik artık çocukluktan yetişkinliğe doğru yol almıştır. Freud'a göre insan yaşamının ilk yılları olan özellikle oral, anal ve fallik dönemleri kişiliğin gelişiminde oldukça önemlidir (Şimşek vd., 2008; İnanç ve Yerlikaya, 2009)

2.4.3.1.2. Bireysel Psikoloji – Alfred Adler

Bireysel psikoloji kuramının kurucusu olan Alfred Adler'e göre kişilik bireyin kendisine ve topluma karşı edindiği tutumların bir sonucudur. Kişilikten söz edebilmek için bireyi içinde bulunduğu çevreyle değerlendirmek gerekir. Bir insan her zaman bir amaca ulaşmaya çalışır ve bu amaçlar bireyin davranışlarına yön verir. Ayrıca insan devamlı çevresindeki nesnelere durumlara hükmetmeye, kontrolü altına almaya çalışır. Herkeste bu üstün olma arzusu vardır ama bu arzu her zaman her yerde tatmin edilemez. Çünkü çeşitli iktidar araçları (gelir, bilgi, statü, güç, görünüş) olmadan üstün olma duygusu belli bir doygunlukta yaşanamaz (Adler, 2004). İktidar araçlarının yokluğu nedeniyle üstünlük duygusu yeterince tatmin edilemediğinde insan aşağılık duygusu içerisine girer. Adler'e göre aşağılık duygusu da üstünlük duygusu gibi evrenseldir ve herkeste vardır. Bu duygu insanın doğum anından başlar ve ölümüne kadar devam eder. Bu duygu insanı motive eder ve harekete geçmesini sağlar (Yanbastı, 1996).

Adler de Freud gibi kişiliğin oluşmasında insan hayatının ilk yıllarının çok etkili olduğunu savunmaktadır (İnanç ve Yerlikaya, 2009). Kişiliğin temelinin atıldığı bu yıllarında anne ve babaların davranışları çok önemlidir. Adler'e göre iki aile biçimi çocuklarda ileride kişilik sorunu yaşamasına neden olmaktadır; aşırı özenli ve korumacı olan aileler ile ihmalkar aileler. Çocuğun her istediğinin yapıldığı ve aşırı koruyucu tavırların sergilendiği ailelerde çocukların bağımsızlıkları ellerinden alındığı için aşağılık duyguları artabilir. Aksine çocukla yeteri kadar ilgilenilmeyip ihmal edilirse çocuk soğuk ve şüpheci bir kişilik geliştirebilir. Böyle büyüyen çocuklar büyüdüklerinde yakınlıktan, ilişki kurmaktan ve kendisine dokunulmasından rahatsızlık duyabilirler (Burger, 2016).

2.4.3.1.3. Analitik Psikoloji – Carl Gustav Jung

Jung, kişiliğin geçmişteki yaşantılardan etkilenerek şekillendiğini söyleyen Freud'a karşı çıkarak kişiliğin yaşam boyu dinamik ve evrimsel olarak gelişeceğini savunur. Ona göre insan yaşamı boyunca yeni şeyler öğrenir, kendine amaçlar oluşturur ve kendini gerçekleştirme yolunda devamlı ilerler (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

Jung'a göre kişilik birbiriyle etkileşimde bulunan üç farklı bilinçlilik düzeyinde (bilinç, kişisel bilinç ve kolektif bilinç) işlevini sürdüren bir dizi sistemden oluşur. Jung **bilinci** okyanusun ortasındaki küçük bir adaya benzetir. Bu adanın altında gözükmeyen bir gerçeklik vardır ve buna da ego denir. **Ego**, kişinin yaşanan olayları kontrol ederek kişiliğin sürekliliğini korur ve insana kimlik ve tutarlılık kazandırır. Bilinç düzeyindeki bir başka kavram olan **persona** ise toplumsal beklentiler karşısında kişinin takındığı kimliktir. **Kişisel bilinçdışı**, insanın çocuksu arzu, dürtü, algı ve deneyimlerinden oluşur ve kişiye özgüdür. **Gölge** ise kişisel bilinçdışımızda bulunan, olmak isteyip de engellediğimiz her şey olan, kişiliğin daha küçük parçasıdır. Son olarak **kolektif bilinçdışı** da atalarımızdan kalıtsal yolla bizlere aktardığı, kuşaklardır tekrar edilen yaşantıların kaydıdır (İnanç ve Yerlikaya, 2009). Jung, evrim teorisinin kolektif bilinçdışını, tüm insan ırklarının beyin yapısında benzerlik olması sayesinde açıklayabileceğine inanır (Schultz ve Schultz, 2002).

Bilinç, hayatın ilk dönemlerinde ortaya çıkmaya başlar ve düşünme, hissetme, duyu ve sezgi diye adlandırılan zihinsel fonksiyonlarla hayatın içinde sürekli kullanılarak gelişir. Bahsettiğimiz bu dört zihinsel fonksiyon iki tutumun ortaya çıkmasını sağlar; içedönüklük ve dışadönüklük. **İçedönüklük**, zihinsel fonksiyonların içsel ve sübjektif dünyaya yönelmesiyle, **dışadönüklük** ise zihinsel fonksiyonların dışsal ve objektif dünyaya yönelmesiyle oluşur (Eroğlu, 2015).

2.4.3.1.4. Özgürlükten Kaçış Kuramı- Erich Fromm

Erich Fromm, kişilik kavramına sosyopsikolojik bakış açısı kattığı için modern kişilik psikolojisi için dönüm noktası durumundadır. Kuramı hem Erikson'dan hem de Freud'dan bakış açıları içermektedir (Allen, 2002). Fromm'a göre insanın kişiliği doğuştan gelen özelliklerden etkilendiği gibi yaşam tecrübelerinden de etkilenir. Bir insanın iki karakteri vardır; bireysel karakter ve sosyal karakter. Sosyal karakteri kişinin çevresiyle ilişkisini ifade eder. Bu ilişki, nesnelerle ilişki ve insanlarla ilişki olmak üzere iki yönlüdür (Yurtsever, 2009)

Fromm, tarih boyunca modern demokrasinin gelişmesiyle insanlığın kişisel özgürlüğünün arttığını söyler. Ama insan özgürleştikçe yalnızlaşır ve bu durumdan kaygı duymaya başlar. Benzer bir durum çocuğun büyümesiyle de yaşanır. Çocuk büyüdükçe ailesinden bağımsızlaşır ama bu bağımsızlaşma sonucunda ailesinin ona sağladığı korumayı, kendini güvende hissetme duygusunu kaybeder. Bu yüzden Fromm, özgürlüğün zor kazanıldığını ama kazanıldığında da insanın ondan kaçmak istediğini söyler (Fromm, 1941).Eğer kişinin kendine duyduğu güven, yaşadığı kaygıya uyum sağlayabilirse kaygı en asgari düzeyde kalacak ve kişilik sağlıklı bir şekilde gelişecektir. Bu karşılık kişinin kendine güveni zedelenmişse yaşadığı yalnızlık duygusundan kurtulmayı deneyecek ve bağımsızlığından vazgeçecektir (Ewen, 2003).

2.4.3.1.5. İnsanın Sekiz Çağı – Erik H. Erikson

Erikson; Jung, Adler ve Fromm'dan farklı olarak Freud'un varsayımlarını reddetmek yerine bu varsayımları genişletmeyi tercih etmiştir. Erikson, Freud'un yapısal modelindeki id, ego ve süperego kavramlarını ve libido kavramını kabul eder ama ona göre id değil ego daha baskındır. Psikanalizin bu formuna da ego psikolojisi adı verilmiştir (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

Erikson'a göre kişilik doğuştan getirilen özellikler ile sosyal ve tarihsel faktörlerin etkisiyle gelişir. Ona göre kişilik sedece hayatın ilk yıllarında değil yaşam boyunca gelişmeye devam eder (Gençtan, 2000). Bu yüzden kişilik gelişimini sekiz dönemde incelemiştir. Bu dönemlerden ilki yaşamın da ilk yılını kapsayan bebeklik (**Temel Güvene Karşı Temel Güvensizlik**) dönemidir. Bu dönemde bebeğin ihtiyaçları karşılanırsa bebekte güven duygusu gelişir ama bebek ihmal edilirse de bebekte güvensizlik oluşur. İlk çocukluk (**Özerkliğe Karşı Utanç ve Şüphe**) dönemi yaklaşık olarak 2-3 yaşı kapsar. Bu dönemde çocuk kendi bedenine hükmetmek konusunda özerk olmak ister eğer bu

ebeveynleri tarafından engellenirse çocukta şüphe ve utanç duyguları gelişir. 3-5 yaşları arasını kapsayan oyun çağı (**Girişimciliğe Karşı Suçluluk Duygusu**) döneminde çocuk yetenekleri ve becerileri de geliştikçe bilmedikleri şeyleri öğrenmeye istekli olurlar. Bu konuda çocuğun yaptığı girişimlere cezayla karşılık verilirse çocukta suçluluk duygusu oluşur. Okul çağı (**Çalışkanlığa Karşı Aşağılık Duygusu**) döneminde ise çocuk artık 6-12 yaşları arasındadır ve okul yaşantısı içerisindedir. Bu dönemde çocuk başarılı olursa çalışkanlık duygusu kazanır ama çocuk akranlarının gerisinde kalırsa ya da başarısız olursa aşağılık duygusu içerisine girer. 12 yaş itibariyle çocuğun artık ergenliğe girmesiyle başlayan Ergenlik (**Kimliğe Karşı Kimlik Karmaşası**) döneminde kişi artık kendini tanımaya çalışır. Bu dönemde kişinin kafasının karışması ve bir kimlik karmaşası yaşaması normaldir. Genç yetişkinlik (**Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık**) dönemi yaklaşık 20-25 yaşları arasını kapsar. Artık kimliğini oluşturan genç başkalarıyla yakınlık kurmaya hazırdır. Ama genç eğer hala kimliğini oluşturamadıysa ya da kimliğini kaybetmekten korkuyorsa insanlarla yakınlık kuramayacaktır. Bu da onu yalnızlığa ve yalıtılmışlığa itecektir. Yetişkinlik (**Üretkenliğe Karşı Durgunluk**) döneminde kişi artık toplumdaki yerini ve soumluluklarını almıştır. Toplum bireyden artık birşeyler üretmesini bekler. Eğer kişi bir şeyler üretmezse kendi içine kapanacak ve durgunlaşacaktır. Son dönem olan yaşlılık (**Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk**) döneminde ise kişi dönüp yaşamına baktığında eğer acısıyla tatlısıyla hayatını kabullenebiliyorsa ölüm kaygısı yaşamayacaktır. Ama eğer geçmişe baktığında hayatından memnun değilse yeni bir hayat kuracak zamanı da olmadığı için umutsuzluk içine düşecektir. Bu da kendini ölüm korkusu olarak gösterecektir. Eğer bu dönemlerden birinde yaşanan bir karmaşa çözülmezse kendinden sonraki dönemleri de etkiler. Ama bu karmaşa sonraki dönemlerde de çözümlenebilir (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

2.4.3.2. Davranışçı ve Bilişsel Kuramlar

2.4.3.2.1. Radikal Davranışçılık – Burrhus F. Skinner

Skinner'e göre pekiştirilerek kazanılan alışkanlıklar kişiliği oluşturur. Ona göre insan, davranışlarının sonuçlarına göre koşullanır. Skinner, bu duruma **edimsel koşullanma** adını vermiştir. Skinner, tepkisel ve edimsel davranış olmak üzere iki davranış çeşidi olduğunu söyler. Tepkisel davranış, bir uyarıcıya tepki olarak ortaya çıkan davranışa denir. Tüm refleksler tepkisel davranıştır. Edimsel davranış ise organizmanın kendi oluşturduğu davranıştır. Bu davranış pekiştirilirse yani olumlu sonuçlar alırsa davranış devam eder ama

davranışın sonucu kişi için kötü olursa tekrarlanma olasılığı düşük olur (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

2.4.3.2.2. Sosyal Bilişsel Kuram – Albert Bandura

Geleneksel anlamda kişilik görüşlerini bilişsel yaklaşım içerisinde inceleyen en iyi kuramlardan biri olan sosyal bilişsel teori, (Bandura 1986;1997) "karşılıklı belirleyicilik" olarak da bilinmektedir. Bu teoride önemli olan unsurlar; bilinç, duygular, düşünceler ve fizyolojidir. Teori, davranış ve çevrenin karşılıklı etkileşimini açıklamaya çalışmaktadır. Teorinin temel yapısı olan içsel kişisel faktörlerin ve dışsal-çevresel faktörlerin, davranışın karşılıklı etkileşimiyle kişinin bu davranışı başarıyla ortaya koyabileceğine olan inancı yani "öz yeterlilik" duygusudur. **Öz yeterlilik**, bireyin istediği veya ümit ettiği sonuca varabilmesi için gerekli davranışlarda bulunabilecek kapasiteye sahip olduğu inancı olarak ifade edilmektedir (Baranowski vd., 1997'den Akt. Ziyagil vd., 2016).

Bandura, öğrenmenin tepkisel, edimsel koşullanma yolu ile yapıldığını kabul etmiş, hatta buna ek olarak kişilerin öğrenmelerinin büyük kısmını **model alma yoluyla** gerçekleştirdiğini savunmuştur (İnanç ve Yerlikaya, 2011). Ona göre bireyin öğrenmesi için gerekli koşul, bir başkasının gözlenmesidir. Bandura kendisinden önce ileri sürülen öğrenme kavramlarını sosyal bir ortam içinde değerlendirmektedir. Yani kişilik, başkalarının davranışlarının taklit edilmesi ve gözlemlenmesi yoluyla öğrenilmiş davranışlar örüntüsüdür (Cüceloğlu, 2003).

2.4.3.3. İnsancıl – Varoluşçu Kuramlar

2.4.3.3.1. Birey Merkezli Yaklaşım – Carl R. Rogers

Kuramın öncüsü olan Carl Rogers birey merkezli terapinin kurucusu olarak bilinir. İnsan doğasına iyimser yaklaşan psikologların başında gelir. Ona göre insanlar doğaları gereği mutluluğu aramakta ve potansiyellerini gerçekleştirmek için çaba harcamaktadır (Feist ve Feist, 2002). Bu çaba ise Rogers tarafından gerçekleştirme eğilimi olarak adlandırılmış ve bu gerçekleştirme eğiliminin insaları pozitif güçle motive ettiğini ifade etmiştir (Rogers, 1961).

Roger benlik bilinci kavramına önem vermiştir. Benlik bilinci, bir kimsenin kendisiyle ilgili algılamalarını, kanaatlerini içerir. Yani kendisini nasıl gördüğünün tam karşılığıdır. Herkes ise daha olumlu, daha gelişmiş bir benlik oluşturma çabası içerisindedir.

Olumlu bir benlik bilinci geliştirebilmenin en önemli şartı koşulsuz sevigidir (Cüceloğlu, 2003).

2.4.3.3.2. Kendini Gerçekleştirme Kuramı – Abraham H. Maslow

Maslow, kişiliğin gelişmesi için insanın bazı ihtiyaçlarının karşılanmasının gerektiğini söyler. Bu ihtiyaçları da hiyerarşik bir sıraya koymuştur;

• Fizyolojik İhtiyaçlar

• Güvenlik İhtiyacı

• Sevgi ve Ait Olma İhtiyacı

• Saygınlık İhtiyacı

• Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı

Kişi fizyolojik ihtiyaçlardan başlayarak sırayla ihtiyaçlarını karşılamaya çalışır. Alt basamaktaki ihtiyaç giderildikten sonra üst basamağa ihtiyaç duyulur. Kişinin kendini gerçekleştirebilmesi için diğer ihtiyaçlarının karşılanmış olması gerekir (Güney, 2008). Maslow'a göre insanın doğal amacı kendini gerçekleştirmektir. Kendini gerçekleştiren insan gerçeğe yönelen düşüncelere değer veren, demokratik, yaratıcı ve mizah anlayışına sahip bireylerdir (Gençoğlu, 2006).

2.4.3.4. Araştırma Odaklı Kuramlar

2.4.3.4.1. Ayırıcı Özellik Kuramı – Gordon W. Allport

Diğer adıyla "Personalistik Psikoloji" kuramının kurucusu Allport, kişiliği kapalı ve kendine özgü bir sistem olarak görür ve insanlar arasındaki ilişkinin, rollerin ve kültürün kişilik hakkında bilgi verdiğini ama kişilik üzerinde doğrudan etkili olmadığını söyler (Yanbastı, 1996). Allport kişiliğin incelenmesinde iki stratejiden bahsetmiştir. Bunlardan biri kişinin grup içerisinde, diğeri de kendi içinde incelenmesidir. Birey grup içinde incelenirken araştırma sonucunda bireyle ilgili edinilen veriler ile gruptaki diğer kişilerin verileri karşılaştırılır. Bu yaklaşıma genel ayırıcı özellik denir. Kişi kendi içinde değerlendirilirken ise bireyin kişiliğini oluşturan özellikler incelenir (Burger, 2006).

Freud'un aksine Allport, bir yetişkinin davranışlarının geçmişten bağımsız olduğunu, geçmişin geçmişte kaldığını ve bugünü etkilemediğini savunur. Ve bu duruma da işlevsel otonomi adını vermiştir. İşlevsel otonomi kavramı, ayırıcı özellik kuramının temelini

oluşturmaktadır. İki tür işlevsel otonomi vardır; ısrarlı ve kazanılmış işlevsel otonomi. Israrlı işlevsel otonomi sinir sisteminde basit nörolojik ilkelerle hareket eden geribildirim mekanizmalarıdır. Bu mekanizmaya rutinlerimizi örnek verebiliriz. Kazanılmış işlevsel otonomi ise kişinin değerlerini, tutumlarını ve amaçlarını içerir. Kişi, bu değer ve amaçları sayesinde dünyayı algılar (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

2.4.3.4.2. Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı – Raymond B. Cattel

Cattell, Eysenck ve Allport'un yaptığı gibi kişiliği bir treytler bütünü olarak kabul etmiş faktör kuramcılarının önde gelen isimlerindendir. Bu treytlerin faktör analizi yöntemi ile saptanması gerektiği üzerinde durmuştur. Kişiliği, belirli bir ortamda bireyin yapacağı şeyleri belirleyen faktörler bütünü olarak tanımlamıştır. Psikolojik araştırmalar bireylerin farklı sosyal ve genel ortamda ne şekilde davranacağını tahmin eden yasaların bulunmasını amaç edinmesi gerektiğini ifade etmiştir (Yanbastı, 1996).

2.4.3.4.3. Biyoloji Temelli Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı – H. J. Eysenck

Eysenck, faktör analizi yöntemi kullanarak kisilik boyutlarını tespit etmiştir. Çağdaş kişilik kuramlarının pek çoğunun anlaşılmaz ve karmaşık olduğunu ileri sürmüştür. Ona göre önemli olan şey açık, net ve özenle belirlenmiş boyutların saptanmasıdır. Kişilik bireyin gerçek ya da gizil davranışlarının tümünü kapsamaktadır. Bunlar kalıtım, çevre ve biribiri ile etkileşimi sonucu biçimlenir (Yanbastı, 1996).

Eysenck, kişiliği 4 düzeyde ele almaktadır. Birinci düzey kişiliğin en alt basamağı olmakla birlikte çok özel tepkileri içermektedir. Kalıtımsal açıdan bireyin bazı nitelikler taşıması bir ve takım uyarıcılara tepkiler gösterilmesi bu düzeyle yakından ilgilidir. İkinci düzey, kişinin içinde bulunduğu çevreden edindiği alışkanlıklarla ilgilidir. Toplumsal hayatta insanlar zaman içinde benzer durumlara benzer davranışlar sergilemeyi öğrenirler. Bu düzeyde kişilik devamlılık kazanmaktadır. Birey üçüncü düzeyde bazı eğilimler kazanmaktadır. Genetik özellikler ve alışılmış davranışlar neticesinde eğilimler oluşur. Süreklilik, bireysel dengesizlik, değişmezlik, heyecanlılık ve doğruluk gibi kişiliğin özellikleri bu düzeyde ortaya çıkar. Dördüncü düzey ile tip aşamasına gelinmiştir. Tip'in oluşumunda her bir düzeyin baskın faktörlerinin etkisinde oluşur. Belirgin tiplerin oluşması bu faktörlerin kişiden kişiye değişmesi sonucunda meyda gelir (Güney, 2008).

Eysenck'e göre temel kişilik özelliklerini büyük oranda genetik olarak berlirlendiği aynı zamanda davranışın biçimlenmesinde ise katılım ve çevre etkileşiminin önemini

vurgulamıştır. Bu nedenle ayırıcı özellikler ve tipler kalıtımla belirlendiği gibi çevresel ve durumsal faktörler de kişiliği şekillendirmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

2.4.3.4.4. Beş Faktör Kuramı – Robert R. McCrea ve Paul T. Costa

Kişiliğin temel boyutlarını belirlemeye çalışan Rovert McCrea ve Paul Costa kendisinden önce gelen Allport, Cattell ve Eysenck gibi faktör analizini kullanıp dışa dönüklük ve nevrotizim boyotularına odaklanmıştır. Kısa bir süre sonra ise deneyime açıklık boyutunu keşfetmişlerdir. 1985 yılına kadar üç faktörlü modeli savunan McCrea ve Costa yaptıkları çalışmalar sonucunda kişiliğin beş temel boyutu olduğu ortaya koymuş ve ölçülebilmesi için de bir ölçüm aracı geliştirmişlerdir (Costa ve McCrea, 1985,1992'den Akt. İnanç ve Yerlikaya, 2009). Şimdiye kadar gözlenebilen birçok kişilik özelliği olmasına rağmen oldukça yararlı bir sınıflama olmuştur. Bu model belli aralıklarla yapılan faktör analiz sonuçlarına göre zaman, bağlam ve kültür özellikleri gözetilerek bulunmuştur (Caliguri, 2000). 1980'ler biterken artık kişilik psikologları literatürdeki karmaşık bulguların düzenlenmesi için daha kullanışlı bir sınıflandırma sağlayabilen beş faktör kişilik kuramının beş güçlü faktörü üzerinde anlaşmaya varmışlardır (Taggar vd., 1999).

Kişilik özelliklerinin bir hiyerarşik düzenlemesi olan beş faktör kişilik modeli beş temel boyutta anlandırılmaktadır.

Duygusal Tutarsızlık (Nevrotiklik): Birinci boyutta yer alan nevrotizimde yüksek puan alan bireyler kaygılı, güvensiz, duyusal kişilik yapısı sergilemektedirler. Günlük hayatta düşük puan alan bireylere göre daha sık stres yaşarlar. Bu boyutta düşük puan alan bireyler ise sakin, rahat ve iyi uyumlu kişilik yapısına sahiptirler. **Dışa Dönüklük (Extraversion):** Burada yüksek puan alan bireyler eğlenmekten hoşlanan, şakacı, sosyal ve sevecen kimselerdir. Bu boyutun öbür tarafında yer alan içedönükler, daha çok çekingen, mesafeli, ketum, sessiz kalmayı tercih eden ve genellikle yalnız kişilerdir. **Gelişime Açıklık (Openness to Experience):** Bu boyut insanları, yeni deneyimlere açık olma ile alışkanlıklara bağlı kalma arasına konumlandırır. Bu boyutta yüksek puan alanlar sürekli olarak farklı deneyim arayışında olan, bağımsız düşünen ve geleneksel değerleri sorgulayan yapı sergilerler. Geleneksel değerli korumak isteyen, belirli bir yaşam tarzını sürdürmeye kararlı, alışık oldukları deneyimleri tercih eden kimseler ise deneyime açıklık boyutundan düşük puan alacaklardır.

Yumuşak Başlılık (Agreeableness): Bu faktör insanları uzlaşılabilirlik ve acımasızlık üzerinde bir noktaya konumlandırmaktadır. Uysal, güvenilir, yardımsever,

cömert ve kabul edici özelliğe sahip insanlar bu boyuttan yüksek puan alacaklardır. Düşük puan alanlar ise şüpheci, eleştirici, çabuk kızan, cimri ve düşmanca davranan kimseler olmakla birlikte rekabete yatkındırlar. **Öz Denetim (Conscientiousness):** Bu boyuttan yüksek puan almış olanlar çalışkan, kontrollü, disiplinli, zamanında işini yapan, iyi organize olmuş azimli insanlardır. Bu boyuttan düşük puan alanlar is dikkatsiz, ihmalkar, amaçsız, sorumluluk almaktan kaçan kişilerdir (McCrea ve Costa, 2003).

2.4.4. Kişilik Tipleri

Kişileri, özellikleri açısından sınıflandırma isteği kişilik tipi kavramının ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bireyin belli bir fiziksel veya zihinsel yönünün sınıflandırılması bir tip olarak düşünülebilir (Soysal, 2008). Birçok kuramcı kendi kişilik tipolojisini oluşturmuştur ama bu bölümde en sık kullanılan kişilik tiplerinden bahsedilecektir.

2.4.4.1. Jung'ın Kişilik Tipleri

Jung'a göre kişilik tipleri içedönük ve dışadönük olmak üzere ikiye ayrılır. Jung bu ayrımı yaparken üç varsayımdan yola çıkmıştır;

- Bireyin geçmiş yaşantıları ve gelecek beklentileri kişiliğini etkiler.
- Bireyin yaratıcı düşüncesi ve fikirleri sürekli gelişmektedir.
- Bireyin kişilik yapısı çevresiyle sürekli ilişki halindedir (Zel, 2001).

Jung'a göre içedönük insanlar kendi dünyalarında yaşayarak dış dünyanın etkisini reddeder. Dışadönük insanlar ise çevreden uyarıcı alırlar. Her insanda bu yönlerin ikisi de vardır ama biri daha ağır basar (Yanbastı, 1996).

Dışadönük Tip: Nesnelerle bağ kurarlar, onlara değer verirler ve davranışlarını nesnelere göre şekillendirirler. Özneden çok nesne önemlidir. Dış dünyaya karşı ilgilidirler ve bu dünyaya hemen uyum sağlarlar. Bu nedenle sosyal bireylerdir. Değişiklikleri, yenilikleri severler ve zorluklar karşısında kolay kolay pes etmezler.

İçedönük Tip: Nesnelerle bağlantı kuramazlar, nesneden çok özne önemlidir. Topluma ayak uydurmakta ve toplumsal değerleri benimsemekte zorlanırlar. Karar vermekte zorlanırlar. Utangaç ve çevreye karşı güvensizdirler (Köknel, 2005; Okutan, 2010).

Jung bu iki kişilik tipini de dörder tane alt tiplere ayırmıştır; düşünen içedönük, düşünen dışadönük, duygusal içedönük, duygusal dışadönük, duysal içedönük, duysal dışadönük, sezgisel içedönük ve sezgisel dışadönük.

2.4.4.2. Eysenck'in Kişilik Tipleri

Eysenck, kişilik tipolojisini oluştururken nitelik ve tip kavramlarını kullanmıştır. Nitelik, insanların belirli bir davranışta bulunma eğilimini ifade ederken tip ise niteliklerin bir araya gelerek örgütlenmesiyle oluşur (Okutan, 2010). Eysenck'in kişilik tipolojisinde kişilik yapısı iki uçlu yatay ve dikey boyutta değerlendirilir. Yatay boyutta içedönüklük ve dışadönüklük yer alırken dikey boyutta nevrotik ve normal tipler yer almaktadır (Zel, 2001). Aşağıdaki tabloda bu dört tipin ikili eşleşmeleriyle oluşan tipler gösterilmiştir. Örneğin; içedönük ve nevrotik kişiliğin melankolik özellikler taşıdığını görüyoruz.

	NEVROTİK		
İÇEDÖNÜK	Melankolik Hırçın Endişeli Katı Temkinli Kötümser Ketum Antisosyal Sessiz	Kolerik Alıngan Huzursuz Saldırgan Çabuk Heyecanlanan Hercai Atak İyimser Faal	DIŞADÖNÜK
	Flegmatik Pasif İtinalı Başkasını Düşünen Rahat Geçimli Kontröllü Güvenilir Sakin	Sengen Sosyal Dışadönük Konuşkan Hazır Cevap Pratik Canlı Tasasız Lider	
	NORMAL		

Şekil 2.3. Eysenck'in Kişilik Tipleri

Kaynak: Zel (2001)

Bu kişilik tiplerinden içedönükler; sessiz, sakin, kendini dinleyen, düzenli ve kontrollü kişilerken dışadönükler; sosyallikten geri kalmayan, insancıl, cana yakın, duygularını kontrol edemeyen kişilerdir. Nevrotikler ise kaygılı, tutarsız, psikolojik rahatsızlıklara yatkın, değişken ruh hallerine sahip kişilerdir (Cüceloğlu, 2003; Zel, 2001; Aytaç, 2000).

Eysenck, bunların dışında kişiliği dört düzeyde inceler. Kişiliğin en alt basamağı olan birinci düzey, bazı uyarıcılara verilen tepkileri ve kalıtımsal bazı özellikleri içerir. İkinci düzey ise kişinin çevresinden edindiği alışkanlıklarla ilgilidir. Bu düzeyde kişilik devamlılık kazanmaya başlar. Üçüncü düzeyde, kişinin kalıtımsal özellikler ve öğrenilmiş davranışlar sonucunda kazandığı eğilimleri vardır. Bu düzeyde kişilik, süreklilik, doğruluk, değişmezlik, dengesizlik, heyecanlılık gibi özellikler barındırmaya başlar. Dördüncü ve son düzey, artık kişilik tipinin oluştuğu evredir. Ama tipin meydana gelmesinde her düzey etkilidir. Bu düzeylerin baskınlığının bireyden bireye değişmesi de birbirinden farklı kişilik tiplerinin oluşmasını sağlamaktadır (Güney, 2008).

2.4.4.3. Kretschmer'in Kişilik Tipleri

Kretschmer, kişiliği dış görünüş, ruhsal durum ve karakter özellikleri açısından sınıflandırır. Ona göre üç tip vardır; atletik, astenik ve piknik tip. **Atletik tipli** kişiler dış görünüş olarak uzun boylu, kaslı, oval ve uzun yüzlü, geniş omuzlu, kalın kemikli, saç ve kılları bol, güçlü kişilerdir. Kişilik özelliği olarak ise sabırlı, lider olmaya yatkın, sportif, maceracı, hoşsohbet, sosyal insanlardır. **Astenik tipli** kişiler ise zayıf, uzun boylu, ufak başlı, uzun burunlu, soluk derili, kalın saçlı, kuru ciltli, dar omuzlu kişilerdir. Kişilik olarak ise soğukkanlı, inatçı, içedönük, alıngan, yalnızlığı seven, az sosyal, idealist, kindar, çekingen, utangaç, kötümser ve intikamcıdırlar. **Piknik tipli** kişiler de orta boylu, dolgun yüzlü, kısa boyunlu, geniş karınlı, kasları gevşek, ince ve seyrek saçlı, yağlı ciltli, sert sakallı, kıllı, tombul parmaklı kişilerdir. Kişilik olarak sosyal, dost canlısı, iyi kalpli, alçak gönüllü, sempatik, açık kalpli, pratik zekalı, dışadönük, insancıl, iyimser, hayatı seven insanlardır.

Kretschmer, dış görünüş açısından bu üç tipe uymayan bireyler için şekilsiz anlamına gelen **displastik tip** kavramını kullanmıştır. Bu bireylerin orantısız bir görünümü olduğu için Kretschmer'in üç tipine de uymazlar. Örneğin; aşırı uzun veya kısa, çok kilolu veya zayıf kişiler, zeka geriliği olanlar ve kişilik problemleri yaşayanlar bu gruba girer (Baymur, 1994; Köknel, 2005).

2.4.4.4. Sheldon'ın Kişilik Tipleri

Sheldon, Kretschmer' ait olan kişilik tipolojisini, çeşitli yapılara sahip bireylerin bedenlerinin fotoğraflarını çekerek onların iskelet yapısını ve beden organlarını detaylı değerlendirmek amacıyla geliştirmiştir (Baymur, 1994). Ona göre 3 vücut tipi bulunmaktadır. **Endomorflar:** Rahatına düşkün, iyi huylu, cana yakın kişilerdir. İç organları gelişmiş, çoğunluğu şişman, göbekli, yumuşak beden yapılarına sahiptirler. Beden yapıları

kareye benzer. **Ektomorflar:** sıkıntılı, çekingen, duygu yüklü, asosyal ve genellikle uyumsuz tiplerdir. Beden yapılarına bakılacak olursa uzun ve ince vücutla beraber gelişkin kas yapısı ve düşük omuzlara sahiptirler. Beden yapıları dikdörtgene benzer. **Mezomorflar:** liderlik özelliği olan, hareketli, spora ve sosyal faaliyetlere ilgili, genellikle iyi huylu kimselerdir. İskelet ve kas sistemleri gelişmiş, geniş omuzlu, ince belli bedensel özelliklere sahiptirler. Beden yapıları üçgene benzer (Uğur ve Okutan, 2018).

2.4.4.5. Freidman ve Rosenman Kişilik Tipleri

Kalp doktoru olan Freidman ve Rosenman, hastaları üzerinde gözlem yaparak kişilerin stres düzeyi ile yaşantıları arasında bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Bunun sonucunda iki kişilik tipi tanımlamışlarıdır; A ve B tipi kişilikler (Okutan, 2010). Bu iki doktor yaptıkları araştırmalar sonucunda A tipi kişiliğe sahip bireylerin kalp hastalığı açısından daha riskli durumda olduklarını belirlemiştir (İstengel, 2006).

A Tipi Kişilik Özellikleri: Hırslıdırlar ve rekabetten hoşlanırlar. Sabırsız ve telaşlıdırlar. Aynı anda birden fazla iş yaparlar. Çabuk sinirlenirler. Coşkulu mimik ve jestlerle konuşurlar. Konuşmayı severler ama başkalarını dinlemeyi sevmezler. Yüksek idealleri vardır ve kolay memnun olmazlar. Üstünlüklerini kanıtlamak isterler ve övülmeyi severler. Benmerkezcidirler, çevrelerindeki insanları ihmal ederler. Hayal güçleri geniştir. Araştırmayı severler. Dakiktirler ve bekletilmekten hoşlanmazlar. Spor yapmayı, dinç olmayı severler (İstengel, 2006; Durna, 2004; Pertev, 2006).

B Tipi Kişilik Özellikleri: Yaptıkları işi severler. Sakin ve sabırlı ve duyarlıdırlar. Rekabetten hoşlanmazlar. Kendilerini güzel ifade ederler. Yumuşak mizaçlıdırlar. Kendine ve çevresindeki insanlara zaman ayırırlar. Sosyal bir hayatları vardır (Baymur, 1994; Şimşek, 2005; Pertev, 2006).

Bir insanın tamamıyla A veya B tipi olduğunu söyleyemeyiz. Genelde insanlar her iki tipi de kişiliklerinde barındırır ama bir tip daha baskın olur. Bu iki kişilik özellikleri incelendiğinde A tipi kişiliğe sahip bireylerin daha stresli oldukları ve strese bağlı rahatsızlıklar yaşama ihtimallerinin daha yüksek olduğu görülür. Fakat yapılan araştırmalar A tipi kişiliğe sahip insanların stresle başa çıkma düzeylerinin B tipi kişiliğe sahip insanlara kıyasla daha yüksek olduğunu göstermiştir (Zel, 2001).

2.4.5. Kişilik ve Spor

Kişilik ve spor birbirlerini etkileyen ve birbirlerinden etkilenen iki faktördür. Sportif faaliyetlerde bulunmanın kişilik gelişimini etkilediği ve aynı zamanda kişilik özelliklerinin de sportif faaliyetlerdeki başarıyı etkilediği düşünülmektedir. Bu konuda yapılan araştırmalar da bu düşünceyi doğrulamaktadır.

O.Neumann spor yapan ve yapmayan bireylerin kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için yaptığı çalışmasında spor yapanların daha çalışkan, sabırlı, sosyal olduğunu ve zor şartlara daha kolay uyum sağladığını belirtmiştir. Aynı şekilde Tiryaki ve arkadaşları da 1991 yılında yaptıkları çalışmada spor yapan bireylerin daha dışadönük olduğunu ve duygularını kontrol etmede daha başarılı olduklarını görmüştür (Tiryaki, 2000). Yine Gökdoğan'ın 1988 yılında yaptığı çalışmada göstermiştir ki sporla uğraşmak kişinin bedeniyle ilgili algısını olumlu yönde etkilemektedir. Kişi beden imajından doyum sağladığı için kendine güveni artmaktadır. Efe vd., (2008) da yaptıkları araştırma sonucunda sporun kişinin girişimcilik, kendine güven, toplumda aktif rol alma becerilerinin artmasını sağladığını dile getirmişlerdir.

Bu ve benzeri birçok araştırma sporun kişilik üzerinde etkisi olduğunu göstermektedir. Araştırmacılar sporun kişilik üzerinde etkisiyle ilgili birçok sav öne sürmüşlerdir. Bunlardan bazıları şöyledir; özellikle takım sporları kişiye iş birliğini, iletişim kurmayı öğretir. Spor sayesinde bireyler disiplinli olmayı, zorluklar karşısında mücadele etmeyi, cesur olmayı öğrenir. Ayrıca spor yapmak kişinin kendini tanımasını ve kabul etmesini de kolaylaştırır ve bu sayede spor, kişinin anksiyete ve stresinin azalmasını da sağlamış olur (Singer, 1972; Özdinç, 2005).

Johnson (1982)'a göre spor sadece sportif bir faaliyet değildir, kişinin enerjisini doğru alanlara yönelten, gizli kalmış yetenekleri açığa çıkaran bir aktivitedir. Spor sayesinde kişi saldırganlık, öfke, utangaçlık ve kıskançlık gibi olumsuz duygularını kontrol etmeyi öğrenir. Ayrıca kazanılan başarılar sayesinde kişinin kendine güveni artar, bu sayede kişi sosyalleşme imkânı ve cesareti bulur.

Sporun kişilik üzerinde sadece olumlu etkisi olduğunu söylemek doğru olmayabilir. Bazı araştırmacılar sporun bazen de kişilik üzerinde olumsuz etki yaptığını düşünmektedir. Onlara göre spor bazen kişide aldatma, kibir, agresiflik, saygısızlık gibi davranışları da tetiklemektedir (Bredemeier ve Shield, 1995). Örneğin; Sezen, 2016 yılında yarışma sporlarının ahlak üzerindeki etkisini belirlemek için yaptığı çalışmasında "ne pahasına olursa

olsun kazanma" anlayışı yüzünden kişilerin aldatma, haksız kazanç gibi olumsuz davranışlar içerisine girdiğini belirtmiştir.

Sporun kişilik üzerinde olumlu veya olumsuz bir etkisinin olmasının yanı sıra sportif faaliyetlerde başarılı olabilmek adına kişilerin sahip olmaları gereken bazı kişilik özellikleri de vardır. Yani kişilik özellikleri de sporda başarıya etki etmektedir. Kişinin özelliklerinin yapacağı spora uyumlu olması gerekmektedir. Ayrıca sporda başarılı olabilmek için de bazı ruhsal ve fiziksel özelliklere sahip olunması gerekmektedir (Kuru, 2000). Örneğin; kişinin karşılaştığı zorluklarla mücadele edebilmesi için iradeli olması gerekmektedir. Ayrıca rakipleri ya da seyirciler tarafından gelen kötü davranışlara, baskılara karşı sağlam durabilecek kişilikte olmalıdır (Küçük ve Koç, 2004).

2.4.6. Kişilik ve Sosyal Kolaylaştırma

Jan Graydon ve Timothy Murphy'in deneyi, kişiliğin sosyal kolaylaştırma üzerindeki etkisini anlamak adına önemli bir deneydir. Eysenck'in teorisine (1967) göre; dışa dönük kişiler, sosyal ve ayrıca sosyal etkileşimde rahatken içe dönük kişiler, güçlü uyaranlardan ve belirli sosyal durumlardan kaçınma eğilimindedir. Graydon ve Murphy (1995), Eysenck'in teorisini kullanarak izleyicinin varlığının dışa dönük biri için rahat koşullar sağlayacağını ve böylece performansını arttıracağını ama içe dönük biri için, seyircinin çok fazla teşvik sağlayacağını ve performansını düşüreceğini varsaydılar. Graydon ve Murphy spor alanında bir deney gerçekleştirdiler ve bu deneyin bulguları hipotezlerini doğruladı. Graydon ve Murphy'nin çalışmasından etkilenen diğer araştırmacılar sosyal kolaylaştırmada kişiliğin etkisi üzerine çalışmalar yaptılar. Örneğin Uziel'in incelemesinde, iki sosyal yönelim vardır; bunlardan biri olumlu biri de olumsuzdur. Olumlu yönelim dışa dönüklüğü ve yüksek benlik saygısını yansıtırken, olumsuz yönelim nevrotikliği ve düşük benlik saygısını gösterir. Çalışma sonucunda pozitif yönelimli bireyler, izleyici varken performanslarını iyileştirmeye yatkınken, olumsuz yönelimli bireyler sosyal performans bozukluğu yaşamaya yatkın olduğu görülmüştür (Uziel, 2007).

2.5. İlgili Çalışmalar

2.5.1. Aktif Video Oyunları ile İlgili Çalışmalar

Adamo vd., (2010) yılında "İnteraktif video oyunlarının aşırı kilolu ve obez ergenler sağlığı üzerindeki etkileri" adlı çalışmayı gerçekleştirmişlerdir. 12-17 yaş aralığındaki 30 ergen çocuğu 15 deney grubu 15 kontrol grubu olarak ikiye ayırmıştır. Her iki gruba 60

dakika süren haftada 2 kere olmak üzere 4 hafta sürecek olan submaksimal yüklenme şiddetinde bisiklet sürüşleri uygulanmıştır. Bisiklet egzersizleri deney gurubuna game-bike oyunu eşliğinde, kontrol grubuna ise müzik yaptırılmıştır. Her iki gruptan 4'er kişi çalışmayı tamamlayamamıştır. Game-bike eşliğinde bisiklet süren grubun, müzik eşliğinde bisiklet süren gruba göre biraz daha mesafe kaydettiği ve daha fazla kilo verdiği görülmüştür. Game-bike oyununu oynayarak bisiklet süren grubun verileri müzik dinleyen grupla hemen hemen benzer sonuçlar aldığı görüldüğü için maliyetiyle karşılaştırıldığında o kadar ciddi bir harcama yapmanın değmeyeceği sonucuna varmışlardır.

Ocakoğlu (2020) tarafından fiziksel aktiviteye dayalı sanal gerçeklik oyunu oynayarak antrenman yapanların, egzersiz motivasyonlarının incelendiği bu çalışmaya 18 yaşını doldurmuş; Türkiye'de kapalı alanda haftada en az 1 kez sanal gerçeklik oyunu oynayarak bisiklet antrenmanı yapan 476 kişi katılmıştır. Fiziksel aktivite içeren sanal gerçeklik oyunu oynayarak antrenman yapmanın; cinsiyet ve fiziksel aktivite içeren sanal gerçeklik oyunu oynama sıklığının egzersiz motivasyonunu etkilemediği; eğitim durumu seviyesinin ise egzersiz motivasyonunu etkilediği görülmüştür. Katılımcıların öncelikli olarak; başarı duygusunu hissetmek, madalya-kupa vb. kazanarak kendisiyle gurur duymak, antrenmanla ilgili anlık geri dönüt almak, benzer hedeflere sahip diğer bireylerle zaman geçirmek, uyarıcı ve heyecan verici fiziksel aktiviteler içeren eğlenceli egzersizlerle zaman geçirmekten motive oldukları sonucuna varılmıştır.

Bleakly ve arkadaşları (2015) "sağlık için oyun: yaşlı yetişkinlerde interaktif bilgisayar oyunlarının fiziksel ve bilişsel etkilerinin sistematik olarak gözden geçirilmesi" fiziksel bileşenli interaktif bilgisayar oyunlarının fiziksel veya bilişsel sonuçlarını tanımlayan, yaşlı yetişkinleri içeren deneylerden derleyip yaptıkları çalışmada. Kriterlerine uygun 12 araştırmayı çalışma kapsamına almışlardır. İnteraktif bilgisayar oyunlarının yaşlı yetişkinler için müdahalelerini onlara göre uyarlayarak daha da geliştirilebilir olduğunu; bu yaş grubu popülasyonu için katılımcı güvenliği, motivasyonu ve keyfi optimize etmeyi amaçlaması gerektiği tespit edilmiştir. Bu tarz çalışmaların yapılması sayesinde interaktif video oyunlarının yaşlılar için umut verici olabileceği ifade edilmiştir.

Demir ve Akın (2018), 6 yaş grubu çocuklarda aktif video oyunları nintendo wii ve wobble board denge antrenmanlarının statik denge gelişimleri üzerine etkisini incelediği bu çalışmayı benzer fiziksel özelliklere sahip 3 grupla toplam 54 çocukla yapmıştır. Kontrol grubuna herhangi bir uygulama yaptırmamıştır. Denge antrenmanlarının 8 hafta boyunca,

haftada 3 gün olmak üzere wobble board' denge tahtası ve aktif video oyunları 'nintendo wii oyun konsolu ile yapılmasını sağlamıştır. Çalışmada araştırmacılar, antrenmanlar sonrası ölçümlerde dinamik denge gelişimi açısından aktif video oyunu ile wobble board denge grupları arasında anlamlı fark bulunmadığını, antrenman yapmayan kontrol grubunda ise dinamik denge gelişimi gözlendiğini ve diğer gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunduğunu ifade etmiştir. Hem wobble board hem de aktif video oyunları nintendo wii denge antrenmanlarının çocuklarda statik dengeyi geliştirdiği ortaya koymuştur. Kontrol gurubunda ise anlamlı bir gelişimin olmadığını tespit etmiştir. Bu sonucun aktif video oyunlarının 6 yaş grubu çocuklarda denge antrenmanları kadar etkili olduğunu gösterdiğini ifade etmiş; aktif video oyunlarının dengeyi geliştirmek için alternatif bir yöntem olabileceği de önermiştir.

Foley ve Maddison (2010)'da yaptığı "Çocuklarda Fiziksel Aktiviteyi Arttırmak İçin Aktif Video Oyunlarının Kullanımı: Sanal Gerçeklik" adlı araştırmada 11 çalışma için aktif video oyunları oynamakla ilişkili enerji harcama düzeyi üzerinde odaklanmışlardır. 8 çalışma da ise çocuklarda fiziksel aktiviteyi arttırmak için aktif video oyunlarının kullanımına odaklanmışlardır. Yapılan araştırmada, aktif video oyunlarının aktif olmayan geleneksel video oyunlarına göre hafif ve orta şiddette fiziksel aktiviteye benzer yoğunlukta daha fazla enerji harcaması sağladığı sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğeri ise aktif video oyunlarının çocuklarda serbest yaşam fiziksel aktiviteyi artırma ve vücut kompozisyonunu geliştirme potansiyeline sahip olabileceğini göstermiştir.

2.5.2. Sporda Sosyal Kolaylaştırma ile İlgili Çalışmalar

Bu bölümde sosyal kolaylaştırmanın yani başka bir bireyin varlığının kişinin performansı üzerindeki etkisinin belirlenmesi için yapılan çalışmalara yer vereceğiz.

Haas ve Roberts, 1975 yılında izleyici faktörünün karmaşık motor becerileri içeren bir görevin gerçekleşmesinde etkili olup olmadığını incelemek için iki deney yapmışlardır. Katılımcıların bir kısmı karmaşık motor becerisi gerektiren bir görevi izleyici olmadan, diğer kısmı ise izleyici önünde öğrenirler. Daha sonra görevi yerine getirmeleri istendiğinde izleyici eşliğinde görevi öğrenenlerin yalnız öğrenenlere göre daha iyi performans gösterdiği belirlenmiştir.

Guerin ve Innes (1982) ise 39 katılımcıya basit bir motor görevi verir ve katılımcıların bir kısmından göremedikleri bir seyirci karşısında, diğer kısmından da tek başlarına ya da ayna karşısında görevi yerine getirmelerini ister. Araştırmanın sonucunda

görevi pasif bir izleyici karşısında gerçekleştirenlerin daha iyi performans gerçekleştirdiği görülmüştür.

Worringham ve Messick'in (1983) rekreatif koşucular üzerinde yaptığı çalışmada Kaliforniya Üniversitesinin açık hava koşu parkurun da toplam 36 koşucunun yaklaşık 82 metrelik koşusunu gizlice filime aldı. Deneyindeki koşucuları 3 gruba ayırmıştır. Koşucuların ilk 12'si parkurun tamamını yalnız başına koşarken diğer 12'si parkurun yarısını yalnız başına, diğer yarısında koşucularla yüz yüze gelen kadın bir izleyici önünde koşmuştur. 12 kişilik son grup ise yine parkurun yarısını yalnız başına koşmuş kalan yarısını ise kendileriyle yüz yüze gelmeyen (sırtı dönük kitap okuyan) bir kadın izleyicinin önünde koşmuştur. Burada yüz yüze gelen izleyici "değerlendirme yapan seyirci"yi temsil ederken, kitap okuyan izleyici ise "değerlendirme yapmayan seyirci"yi temsil etti. Deneyin sonucunda değerlendirme yapan seyircinin varlığının koşucuların hızında artışa neden olduğu görüldü.

Bond ve Titus (1983) sosyal kolaylaştırma ile ilgili toplamda 24 000 katılımcı içeren 241 çalışmanın analizini yapmış ve bu analizler doğrultusunda incelenen çalışmalardan 4 farklı sonuç elde etmiştir. Sonuçlardan ilki başkalarının varlığı sadece karmaşık bir görev yerine getiriliyorsa bireyin uyarılma düzeyini yükseltir. Sonuçlardan ikincisi, başkalarının varlığın basit görevlerde performans hızını arttırdığı, karmaşık görevlerde performans hızını azalttığıdır. Üçüncü sonuç ise başkalarının varlığının karmaşık performans doğruluğunu bozduğu, basit performans doğruluğunu da biraz kolaylaştırdığıdır. Dördüncü ve son sonuç ise seyirci varlığı ile performans gösteren kişi üzerinde etkisizdir.

Ifrén (2018) sosyal kassal dayanaklılık üzerindeki etkisini araştırmak için 6 kadın 6 erkek olmak üzere 12 aktif öğrenci ile yaptığı çalışmasında, katılımcılardan sınıf arkadaşları varken ve yokken halter kaldırma performansı sergilemelerini istedi. Katılımcılar bireysel koşullardan ziyade seyircili koşullarda halter kaldırma testinde (BPT) daha iyi performans gösterdiler. Bu da seyircinin fiziksel güç gerektiren görevlerde de etkili olduğunu gösterdi.

Lau vd. (2019) 70 öğrenci ile gerçekleştirdiği deneysel çalışmasında katılımcılardan Nintendo Wii Balance Board kullanarak tahtadaki dengenin değiştirilmesiyle bir labirentten sanal mermiyi hedeflenen yere ulaştırmasını istedi. Çalışma dört evreden ve her evreye dağıtılan katılımcılardan oluşturuldu. Birinci evredeki katılımcılar önce seyircisiz sonra seyirci eşliğinde; İkinci evredeki katılımcılar, önce seyirci eşliğinde ardından bireysel performans sergilediler. Üçüncü evredeki katılımcılar ise önce bireysel sonra karşılarında

bir rakip varken; dördüncü evredeki katılımcılar da önce karşılarında bir rakip varken ardında bireysel performans sergilediler. Tüm bu evreler sonucunda sadece birey ve rakip arasındaki koşulda önemli bir fark olduğu görüldü.

Bu çalışmaların sonuçları sosyal kolaylaştırma kuramına uyumludur. Bir izleyicinin varlığı kişinin performansını etkilemektedir. İzleyicinin varlığı, eğer görev öğrenilmiş veya basit bir görevse performansı arttırırken görev öğrenilmemiş veya karmaşık ise performansta düşüşe neden olmaktadır.

2.5.3. Sporda Seyirci Etkisi ile İlgili Çalışmalar

Spor müsabakalarında seyircinin varlığının, iyi veya kötü tezahüratlarının, ev sahibi ve rakip sporculara ve hakemlere nasıl etki ettiğiyle ilgili yapılan çalışmalar bu bölümde incelenecektir.

Snyder ve Purdy (1985), yaptıkları çalışmada basketbol sporunda ev sahibi takım olmanın etkisini araştırmıştır. Araştırmaları sonucunda maçların %66'sını ev sahibi takımın kazandığı görülmüştür. Bu durumun nedeni, ev sahibi takımın daha çok seyircisi ve haliyle daha fazla destekçisi olmasına bağlanabilir.

Buna benzer bir çalışma da Koruç vd. (2007) tarafından yapılmıştır. 2002-2003 yılları ile 2003-2004 yıllarında gerçekleşen TFF Süper Lig maçları incelenerek ev sahibi takım olmanın maç galibiyeti üzerindeki etkisi belirlenmek istenmiştir. Yapılan incelemeler sonucunda takımların kendi sahalarında daha fazla galibiyet yaşadıkları ve daha fazla gol attıkları belirlenmiştir. Bu sonuçlar, Türkiye'de ev sahibi veya fazla taraftarlı bir takım olmanın futbolda bir avantaj olduğunu göstermektedir.

Bilgin (2017) ise taraftarların kötü tezahüratlarının futbolcular üzerindeki etkilerini araştırmak için 2014-2015 yılında Spor Toto Süper Liginden 10 takımdan 226 profesyonel futbolcuyla çalışmıştır. Elde edilen bulgular sayesinde futbolcuların daha çok kendi taraftarlarının kötü tezahüratından etkilendiği, yaş ve tecrübe arttıkça kötü tezahüratlardan etkilenme düzeyinin azaldığı sonucuna varılmıştır.

Erdoğan vd. (2014) da hentbol antrenörlerine göre sporcuların performansını etkileyen psikolojik faktörleri incelemişler ve sporcuların performansını etkileyen birçok faktör olduğunu ve bu faktörlerden birinin de seyirci olduğunu belirlemişlerdir.

Yapılan çalışmalar genelde seyircinin sporcuyu nasıl etkilediğiyle ilgilidir. Ama Satman (2014) bu çalışmalardan farklı olarak seyirci sesinin hakemlerin kararlarını etkileyip

etkilemediğini araştırmak istemiştir. Bu amaçla 149 hakeme futbol liginden gerçek 18 pozisyon seyirci sesiyle ve sessiz olarak izletilir. Hakemlerden pozisyonlarla ilgili 6 saniye içinde karar vermeleri istenir. Elde edilen veriler incelendiğinde sesli ve sessiz izletilen videolar için verilen kararlarda anlamlı bir fark bulunmadığı gözlenmiştir. Fakat ipuçlarının açık ve güvenilir olmadığı 16 pozisyonda videoları seyirci sesiyle izleyen hakemlerin daha fazla kart kullandığı belirlenmiştir.

Yapılan bu ve benzeri çalışmalar seyircinin sportif faaliyet içerisinde olumlu veya olumsuz bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

2.5.4. Sporda Kişiliğin Etkisi ile İlgili Çalışmalar

Kişilik kökleri eskiye dayanan bir kavram olduğu için kişilikle ilgili litaratürde oldukça fazla çalışma vardır. Bu çalışmaların büyük bir kısmı da sporla ilgilidir. Bu bölümde spor alanında kişilik özellikleriyle ilgili yapılan araştırmaların bazılarına değinilecektir.

Spor yapan ve yapmayan bireylerin kişilik özellikleri arasında bir fark olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yapılan çalışmalardan birini de Shariati ve Bakhtiari, 2011 yılında yapmıştır. Bu çalışmada Ahvez'deki Islamic Azad Üniversitesinde bulunan sporcu olan ve olamayan öğrencilerin kişilik özellikleri belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma sonucunda sporun kişilik gelişimine katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Benzer bir çalışma yapan Varma (1979), spor yapan ve yapmayan kolej ve üniversite öğrencilerine çalışmış ve çalışması sonucunda iki taraf arasında birçok yönden anlamlı farklar bulmuştur. Bu çalışma sonucunda sporun insanın sağlam bir kişilik edinmesine olanak sağladığı görülmüştür.

Sporun kişiliği etkilediği sonucuna varan çalışmalar olduğu gibi sporun kişiliği etkilemediği sonucuna varan çalışmalar da vardır. Örneğin; Ellison ve Freischlag (1975), basketbol, futbol, beyzbol oyuncuları, atletler ve spor yapmayan toplamda 84 öğrenci ile yaptıkları çalışmada öğrenciler arasında canlılık, içedönüklük, dışadönüklük, güven, konuşkanlık gibi değişkenler açısından bir fark olmadığını ortaya koymuştur.

Bayar (1983) de 100 atlet ve 100 spor yapmayan üniversite öğrencisine uyguladığı çalışmada psikotiklik, nevrotiklik, içedönüklük, dışadönüklük ve yalan faktörleri açısından aralarında bir fark bulmamıştır.

Bazı araştırmalar da spor yapan ve yapmayan bireyleri karşılaştırmak dışında hepsi sporcu olan katılımcıların kişilik özelliklerini cinsiyet, spor dalı, bireysel ya da takım sporu açısından karşılaştırmıştır.

Allen vd., (2011) yaptığı çalışmada dışadönük sporcuların yeni deneyimlere açık, duygusal olarak istikrarlı, problem çözme becerisine sahip olduklarını belirtmiştir. Çalışmadaki bir başka sonuç da kadın ve erkek sporcular ile bireysel ve takım sporuyla uğraşan sporcular arasında kişilik özellikleri açısından fark olduğudur.

Koruç ve Bayar (1989), takım ve bireysel sporla uğraşan bireyleri kişilik özellikleri açısından karşılaştırmak amacıyla takım sporu yapan 59 kadın, 68 erkek, bireysel spor yapan 87 kadın, 154 erkek olmak üzere 368 milli sporcu ve spor yapmayan 96 kadın, 75 erkek kişiyle çalışmıştır. Bireysel ve takım sporu yapan ve spor yapmayan kadınlar karşılaştırıldığında spor yapmayan kadınlara göre bireysel spor yapan kadınların daha kendine güvenen, maceracı, yaratıcı ve sosyal yeterliğe sahip oldukları, takım sporu yapan kadınların ise daha enerjik, maceracı, dengeli, kuralcı, sosyal, aktif, uyumlu, girişken ve dışadönük olduğu ortaya çıkmıştır. Aynı şekilde bireysel ve takım sporu yapan ve spor yapmayan erkekler karşılaştırıldığında ise spor yapmayan erkeklere kıyasla bireysel spor yapan erkeklerin daha saldırgan, girişken, uyumlu, meraklı, toleranslı, sorumluluk sahibi, yaratıcı olduğu ve takım sporu yapan erkeklerin de daha az saldırgan, toleranslı, estetik düşünebilen bireyler oldukları görülmüştür.

Bilge (1990), farklı spor dallarındaki 95 milli erkek sporcu ve spor yapmayan 104 erkek olmak üzere toplam 199 üniversite öğrencisine kişilik envanteri uygulamış ve çalışma sonucunda milli sporcuların karşı cinsle ilişki gereksiniminin daha fazla olduğu, spor yapmayanların kendini suçlamaya daha meyilli oldukları, takım sporu yapanların daha gösterişçi ve saldırgan olduğu, hentbolcuların duygulardan daha iyi anladığı ve dayanıklı olduğu, voleybolcuların ve atletlerin daha dayanıklı olduğu ve basketbolcuların daha saldırgan olduğu görülmüştür.

Rhea ve Martin (2010) ise geleneksel (voleybol, tenis vb.) ve alternatif (motocross, wakeboarding vb.) spor yapan toplamda 183 erkeği kişilik özellikleri açısından karşılaştırmış ve alternatif spor yapanların daha içekapanık, duyarlı ve kendine yetebilen bireyler olduğu sonucuna varmışlardır.

Bu sonuçların aksine Salar vd., (2012), bireysel ve takım sporu yapan farklı branşlardaki (futbol, basketbol, taekwondo, masa tenisi vs.) 15-18 yaş arasındaki 300 sporcu

ile yaptığı çalışmada bu sporcular arasında kişilik özellikleri açısından anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuşlardır.

Spor yapan kişilerin özelliklerini cinsiyet açısından kıyaslayan çalışmalar da mevcuttur. Örneğin; Güler (2005), artistik jimnastik yapan 100 sporcuya kişilik envanteri uygulamış ve erkeklerin kadınlara oranla daha gerçekçi, pratik, gelenekçi ve iş bitirmeye odaklı oldukları buna karşın kadınların da daha yenilikçi, işi anlayarak yapan bireyler oldukları sonucuna varmıştır. Benzer şekilde Kuru ve Baştuğ (2008) de kadın ve erkek futbolcularla çalışmış ve erkeklerin görünüşe önem vermeyen, daha düzensiz ve rahat olduklarını, buna karşılık kadınların ise görünüşe önem veren, daha kontrollü, düzenli ve ne istediğini bilen bireyler olduklarını saptamıştır. Tatar (2009) da yaptığı araştırmada sporcu kadınların sporcu erkeklere oranla daha canlı, girişken, endişeli, duyarlı, yenilikçi ve analitik düşünebilen bireyler oldukları sonucuna varmıştır. Sporcu erkeklerin de sporcu kadınlardan daha sakin ve uzlaşmacı olduğu belirlenmiştir.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu çalışmanın amacı online bisiklet kullanım performansı üzerinde online seyircinin etkisini anlamaya çalışmaktır. Ayrıca katılımcıların kişilik özelliklerinin performans değişimi üzerinde ne derece etkili olup olmadığını anlamaya çalışmakta bu araştırmanın bir diğer amacıdır. Araştırmanın amacına uygun olarak bu bölümde gereç ve uygulanan yöntem hakkında bilgi verilecektir.

3.1. Araştırmanın Evreni

Bu araştırmanın evrenini Türkiye'nin farklı bölgelerindeki Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır

3.2. Araştırmanın Örneklemi

Bu araştırmanın örneklem grubu ise Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören ve basit rastgele örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenmiş 24 katılımcıdan oluşmaktadır.

3.3. Araştırma Tekniği ve Protokol

Bu araştırma, bir saha deneyi ile katılımcıların belirli özelliklerini anlamak için bir ölçeğin kullanıldığı kesitsel bir araştırma olarak dizayn edilmiştir. Araştırmanın uygulanma kısmına geçilmeden ilk olarak kişi ve kurumların onayı alınmıştır. Öncelikle Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Başkanlığı yoluyla Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğünden gerekli izinler alınmıştır. Araştırma, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulunca 2020/251 karar numarası ile bilimsel ve etik yönden uygun bulunmuştur (Bkz. Ek-2). Araştırmanın amacına ulaşmak için kullanılacak alet ve teçhizatın teminatı için Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimine başvuruda bulunulmuş ve yapılan inceleme sonucunda TYL-2021-1231 proje numarası ile desteklenmesi uygun görülmüştür. Gerekli teçhizatın temini sonrasında araştırmanın uygulama aşamasına geçilmiştir. Uygulamalar öncesinde tüm katılımcılara araştırmanının amacı anlatılmış ve katılımcılara gönüllü onam formu imzalatılarak gönüllü katılım göstermeleri sağlanmıştır. Araştırmaya dahil edilme kriterleri 18 yaşından büyük olma ve herhangi bir kronik hastalığa sahip olmama olarak belirlenmiştir.

3.3.1. Protokol

Katılımcılara gönüllü onam formu imzalatıldıktan sonra aşağıda detayları verilmiş olan "5 Faktör Kişilik Envanteri Kısa Formu" doldurtulmuştur. Katılımcılar ev içerisinde de kullanılabilecek bir Think Rider X7 marka smart trainer bisiklet simülasyonunda sürüş gerçekleştirerek performans sergilemişleridir. Bu smart trainer sürüş deneyimini sürücüye birebir hissettirmekte ve yüzde 20'ye kadar eğimi simüle edebilmektedir. Smart trainer üzerinde Kron RC 1000 marka 28 Jant bir yol bisikleti takılmıştır. İlgili smart trainer Zwift isimli uygulamaya ANT+ teknolojisi ile tanıtılmıştır. Zwift, kullanıcıların sanal bir dünyada etkileşime girmesine, antrenman yapmasına ve rekabet etmesine olanak tanıyan çok oyunculu çevrimiçi bisiklet ve koşu fiziksel eğitim programıdır. Bisikletin üzerine katılımcıların kadans (dakikada çevrilen ortalama pedal sayısı) ortalamalarını almak için Garmin Cadence Sensor 2 marka kadans sensörü takılmış ve ANT+ yöntemi ile zwift uygulamasına tanıtılmıştır. Katılımcılar bisiklete binmeden önce kalp atım hızlarının belirlenmesi için Polar H9 marka nabız ölçüm sensörü uygun bir şekilde takılmış ve ANT+ yöntemiyle zwift uygulamasına tanıtılmıştır. Zwift uygulaması Samsung RV 520 marka bilgisayar üzerinden açılmış, katılımcıların ekranı görmesi ise Canon marka projeksiyon cihazı vasıtasıyla sağlanmıştır. Katılımcılar bisikletlere binmeden önce sele yüksekliği kendi boylarına göre ayarlanmıştır. Katılımcıların beyanları doğrultusunda kilo ve boyları zwift programına girilmiş, her bir katılımcının adı programa kullanıcı adı olarak işlenmiştir. Katılımcılar daha sonra ise ilk olarak Zwift uygulaması üzerinde Watopia Flat Route haritasında ya 5 km ya da 15 dakikalık bir ısınma sürüşü gerçekleştirmişlerdir. Isınma sürüşü boyunca bisikletin vites çalışma prensibi, ekranda ne tür parametrelerin yer aldığı (kalp atım hızları, uyguladıkları power, ortalama kadans değeri, kaç km gittikleri vs.), yokuş aşağı giderken ve yokuş çıkarken viteslerin nasıl olması gerektiği ayrıntılı bir şekilde anlatılmıştır. Katılımcılardan ısınma sırasında herhangi bir performans göstermemeleri istenmiş ve 200 watt'dan fazla power uygulamamaları sağlanmıştır. Katılımcılar ısınma turunu tamamladıktan sonra değerleri kaydedilmiştir. Isınma sonrası katılımcılar 15 dakika boyunca oturur vaziyette dinlenmişler ve mümkün olduğunca konuşmamışlardır. 15 dakika sonra erkeklerden Zwift uygulaması içinde daha önceden belirlenmiş 13,8 km uzunluğu, 48 m tırmanışı olan Beach Island Loop; 13,3 km uzunluğu, 160 m tırmanışı olan Whole Lotta Lava; 12,6 km uzunluğu 166 m tırmanışa sahip Astoria Line 8 ve son olarak 10,2 km uzunluğu, 133 m tırmanışı olan Cobbled Climbs haritalarında ve kadınlardan ise yine Zwift uygulaması içinde daha önceden belirlenmiş 11,3 km uzunluğu, 61 m tırmanışı olan Watopia

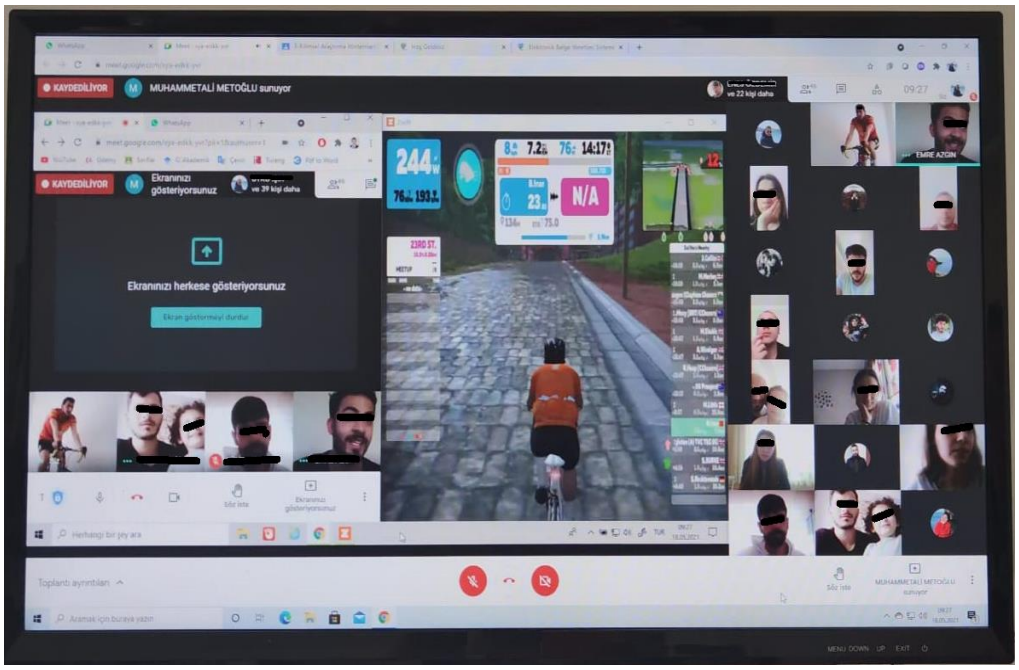
Flat Route; 6,5 km uzunluğu, 18 m tırmanışı olan London Qlassique ve 10,8 km uzunluğu, 148 tırmanışa sahip olan Park Perimeter Loop haritalarından birinde performans göstermeleri istenmiştir. Yarışlarına başlamadan önce katılımcıların gösterecekleri performansla alakalı ne kadar kaygılı olduklarını 1'den 10'a kadar puanlamaları istenmiştir. Performans sonrasında katılımcıların haritayı tamamlama dakikaları, ortalama ve maksimum kadans değerleri, ortalama ve maksimum power değerleri ve ortalama ve maksimum kalp atım hızı değişkenleri not edilmiştir. Sürüş tamamlandıktan sonra katılımcılardan gösterdikleri performanstan ne kadar memnun oldukları ve bu performansı gösterirken ne kadar çaba gösterdiklerini 1'den 10'a kadar puanlamaları istenmiş ve not edilmiştir. Katılımcıların performanslarını tamamladıktan 15 dakika sonra deney alanını terk etmelerine izin verilmiştir.

Şekil 3.1. Seyirci karşısında performans gösteren katılımcı

Katılımcıların performans ölçümleri alınırken Covid-19 salgını dolayısıyla pandemi koşullarına dikkat edilmiştir. Araştırmacılar sürekli maske takmışlar, mesafeye dikkat etmişler, her sürüşten sonra kullanılan ortak ekipmanların temizlenmesini sağlamışlardır. Katılımcılar ise sadece performansları esnasında maskelerini çıkarmış, odaya gelirken ve ayrılırken maskelerini takarak hareket etmişlerdir. Ortamda ise sürekli dezenfektan, maske

bulundurulmuş ve ortamın sürekli havalandırılması sağlanmış; odada ise aynı anda 2'den fazla kişi olmamasına dikkat edilmiştir.

Yaklaşık 4 hafta sonra aynı katılımcılara aynı prosedür uygulanarak ısınma turları gerçekleştirilmiştir. Isınmadan 15 dakika sonra daha önce performans gösterdikleri aynı haritaya tekrar bağlanmışlardır. Bu sürüşten önce araştırmacılar tarafından bir Google Meeting oturumu oluşturulmuştur. Bu oturum kodu Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi öğrenci gruplarında ve araştırmacıların farklı sosyal ağlarından paylaşılmış, deneye katılım sağlamaları istenmiştir. Her oturuma en az 10 katılımcı sağlandığında katılımcı kendi haritasında tekrar performans göstermeye başlamıştır. Deney sırasında katılımcının karşısına konulmuş olan bir kamera ile meeting oturumundaki seyircilerin katılımcıyı görmeleri sağlanmıştır, aynı şekilde katılımcılarda performans boyunca ekranın sol kısmında seyircileri görmüş ve seslerini duymuştur. Performans boyunca meeting katılımcıları performans sergileyen deneği sesli ve görüntülü olarak desteklemiş, cesaret verici telkinlerde bulunmuşlardır. Haritanın tamamlanmasına son 2 km kala tüm meeting katılımcılarının kameralarını açmaları istenmiş ve sesli olarak deneğe destek olmaları istenmiştir. Kameralarını açan ve sesli komut veren meeting katılımcılarını performans gösteren denek eş zamanlı olarak görmüş ve duymuştur. Diğer tüm prosedür 4 hafta önce yapılan deneme ile aynı şekilde uygulanmış ve değerler kayıt altına alınmıştır.



Şekil 3.2. Katılımcıyı izleyen seyircinin ekranı

3.4. Veri Toplama Araçları

3.4.1. Kadans(rpm): Sürüş boyunca dakikada çevrilen pedal sayısı. Yani sürücünün 1 dakika boyunca pedallara bastığı devir sayısını ifade eder. Ortalama bir bisikletçi genellikle 60 rpm civarı kadansla bisiklet sürerken antrenmanlı bir bisikletçi 80-90 rpm kadansla sürüş gerçekleştirir.

3.4.2. Kalp Atım Hızı (bpm): Kalbin dakikadaki atış sayısı olarak ifade edilir. Egzersiz sırasındaki zorlanmayı gösteren verilerden bir tanesidir. Örneğin koşarken hızını arttırdığında kalp atış hızı da artar. Kalbin kanı pompalamak için damar duvarına uyguladığı basınç, dışardan nabız olarak ölçülür. Bu ölçüm parmakla yapıldığı gibi birçok teknolojik ekipman kullanılarak da yapılabilir. Yetişkin ve sağlıklı insanlarda kalp atım hızı 60 saniyede 60-100 aralığında olması normal olarak kabul edilir. Uzun süre sporla ilgilenen kişilerde ise 45-60 seviyelerinde olabilir.

3.4.3. Power(watt): Bacaklarınız vasıtasıyla ürettiğiniz gücün matematiksel karşılığıdır. Hız, rüzgâr, nabız, gibi etkenlerden bağımsız, size mutlak net bir değer etmenizi sağlar. Ölçüm için kullanılan power meter ise ürettiğiniz gücü; krank kolu, pedal, aynakol göbeği, jant göbeği gibi çeşitli yöntemler yardımı ile size numerik değer ile sunan ekipmanların genel adına denir.

3.4.4. Kalori(cal): Bir enerji birimidir. İnsanlar yaşamlarını sürdürebilmek, nefes almak, hareket etmek, kan pompalamak için enerjiye ihtiyaç duyar ve bu enerjiyi de yiyeceklerden alırlar. Kalori, besinlerin dokular içinde yanarak vücudun sıcaklık ve erkesini sağlama değerlerinin ölçülmesinde de kullanılır.

3.4.5. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanmış, katılımcıların yaşlarını, cinsiyetlerini, spor dallarını, aktif lisanslı olup olmadıklarını öğrenmeye yönelik dört sorundan oluşan kişisel bilgi formu doldurtulmuştur.

3.4.6. Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Form (5FKE-KF)

5 Faktör Kişilik Envanteri, kişilik özelliklerini belirlemek amacıyla Somer vd., (2001) tarafından geliştirilmiş ve Tatar (2005) tarafından kısa formunun geçerliği ve güvenirliliği gösterilmiştir. Envanter kişilik özelliklerini, beş temel kişilik boyutu (beş faktör) ile değerlendirmektedir. Envanterde, "Dışadönüklük" faktörünü sorgulayan 14, "Yumuşak başlılık" faktörünü sorgulayan 16, "Öz Denetim" faktörünü sorgulayan 17,

“Duygusal Tutarsızlık” faktörünü sorgulayan 15, “Gelişime Açıklık” faktörünü sorgulayan 14 madde bulunmaktadır. Ayrıca envanter, kişilerin formdaki maddelerini sosyal olarak istenen beğenilen yönde çarpıtmaları ihtimalini ve kişilik değerlendirmesinden daha çok envanteri doldurma eğilimlerini değerlendirmek üzere “sosyal istenirlik” boyutuna ait 6 madde ile kişilerin envanteri gelişi güzel doldurmalarını değerlendirmek üzere de 3 tane kontrol maddesi içermektedir. Bu maddeler, kişinin kendi kendisini değerlendirdiği davranışsal, duygusal ve düşünsel özellikleri ifade eden mümkün olduğunca kısa yapılardır. Envanter maddeleri likert tipinde, Tamamen Uygun (TU), Biraz Uygun (BU), Kararsız (?), Pek Uygun Değil (PUD), Hiç Uygun Değil (HUD) olmak üzere 5 basamaklı 85 maddeden oluşmaktadır.

3.5. Verilerin Analizi

Tez yazımında Microsoft Word programı, verilerin düzenlenmesi ve grafiklerin çizilmesinde Microsoft Windows Excel tablolama programı, istatistik testlerin yapılmasında Windows SPSS 26.0 İstatistik programı kullanılmıştır.

Verilerin genel özelliklerini belirlemede tanımlayıcı istatistik, çapraz tablolama (Cross Tabulation) frekans ve yüzde dağılımlar yapılmıştır. Tüm alt boyutların çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakılmış ve referans aralığı +1,5/-1,5 olarak alınmıştır (Tabachnick vd., 2007; Bkz. Tablo 3.1). Çarpıklık ve basıklık katsayıları verilerin normal dağılım gösterdiği yönünde kanıtlar ortaya koymuştur. Katılımcıların 1. sürüş ve 2. sürüş değerlerinde elde ettikleri ortalamaları karşılaştırmak için Paired Sample t-testi analizinden faydalanılmıştır. Ortalamalar arasındaki farklılıkların etki büyüklüğü, Cohen’s d etki büyüklüğü katsayısı kullanılarak anlaşılmaya çalışılmıştır (Cohen, 1988). Katılımcıların kişilik özelliklerinden elde ettikleri ortalamalar Median (ortanca değer) değerleri referans alınarak Düşük ve Yüksek olarak ikiye bölünmüş, 1. ve 2. sürüş performanslarındaki değişimde düşük ve yüksek (dışadönüklük-yumuşak başlılık-özdenetim-duygusal tutarsızlık-gelişime açıklık-sosyal istenirlik) kişilik özelliğine sahip olmanın bir fark yaratıp yaratmadığı karışık ölçümler için iki faktörlü ANOVA analizinden faydalanılmıştır. Düşük ve yüksek kişilik özellikleri analize grup değişkeni olarak dahil edilirken, katılımcıların seyircili ve seyircisiz bir şekilde elde ettikleri değerler tekrarlı ölçüm olarak modele dahil edilmiştir.

Tablo 3.1. Parametrelerin Normal Dağılıma İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Katsayıları

	Parametreler	Çarpıklık		Basıklık	
		Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
I. Ölçüm	Sürüş Öncesi Kaygı	0,502	0,472	-0,484	0,918
	Harcanan Kalori	-0,090	0,472	-1,010	0,918
	Ortalama Power	0,399	0,472	-1,111	0,918
	Ortalama Max. Power	0,412	0,472	-0,623	0,918
	Ortalama Kadans	-0,477	0,472	-0,561	0,918
	Ortalama Max. Kadans	0,888	0,472	1,142	0,918
	Ortalama HR	-0,684	0,472	0,240	0,918
	Ortalama Max. HR	-0,805	0,472	0,766	0,918
	Algılanan Performans Ort.	-0,896	0,472	0,972	0,918
	Algılanan Çaba Ort.	-1,434	0,472	1,437	0,918
II. Ölçüm	Sürüş Öncesi Kaygı	0,438	0,472	-1,192	0,918
	Harcanan Kalori	-0,229	0,472	-0,986	0,918
	Ortalama Power	0,522	0,472	0,110	0,918
	Ortalama Max. Power	0,507	0,472	-0,946	0,918
	Ortalama Kadans	-0,439	0,472	0,174	0,918
	Ortalama Max. Kadans	1,250	0,472	1,246	0,918
	Ortalama HR	-0,542	0,472	-0,376	0,918
	Ortalama Max. HR	-0,712	0,472	0,327	0,918
	Algılanan Performans Ort.	-1,293	0,472	1,039	0,918
	Algılanan Çaba Ort.	-1,419	0,472	1,442	0,918
Kişilik	Dışadönüklük	0,359	0,472	0,034	0,918
	Yumuşakbaşlılık/Geçimlilik	0,049	0,472	-0,455	0,918
	Özdenetim/Sorumluluk	0,672	0,472	0,685	0,918
	Duygusal Tutarsızlık	-1,109	0,472	0,280	0,918
	Gelişime Açıklık	0,640	0,472	0,436	0,918
	Sosyal İstenirlik	0,312	0,472	-1,061	0,918

4. BULGULAR

4.1.Katılımcıların Demografik Özellikleri

4.1.1.Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımı

Şekil 4.1'de çalışmadaki katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımı gösterilmektedir. Analiz neticesine göre bu çalışmaya katılanların %54,2'si (N=13) Erkek, %45,8'i (N=11) Kadın katılımcılardan oluşmaktadır (Bkz. Şekil 4.1).

Şekil 4.1. Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımı

4.1.2. Katılımcıların Sporcu Lisansı Değişkenlerine Göre Dağılımı

Şekil 4.2'de çalışmadaki katılımcıların aktif sporcu lisansı olup olmamasına göre dağılımları gösterilmektedir. Analiz neticesine göre bu çalışmaya katılanların %50,0'si (N=12) aktif sporcu lisansına sahipken, %50,0'si (N=12) aktif sporcu lisansına sahip değillerdir (Bkz. Şekil 4.2).

Şekil 4.2. Katılımcıların lisans durumlarına göre dağılımı

4.2. Hipotez 1: Sürüş Süreleri Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması

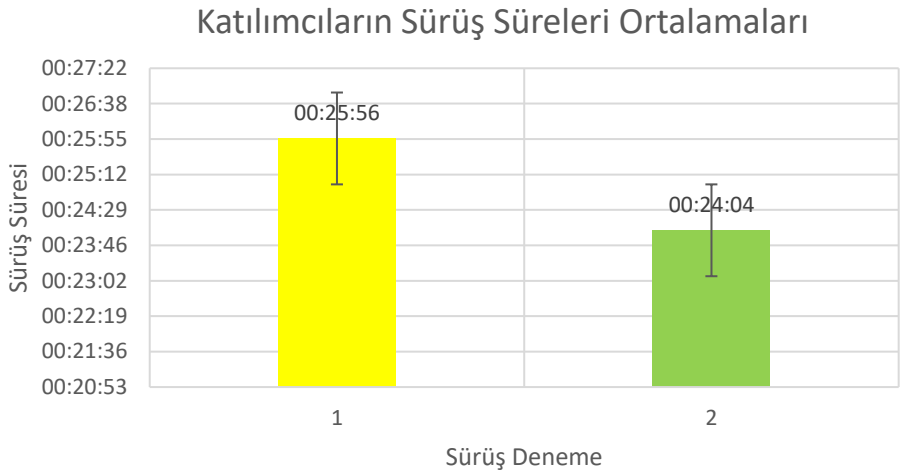
Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüş süreleri ile ikinci sürüş süreleri arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.1. Sürüş Süreleri Açısından Ortalamalar

	N	*Ort.*	*SD*	$t_{(23)}$	95% CI		*p*	Cohen's *d*
Sürüş Süresi					*LL*	*UL*		
1.Sürüş	24	00:25:56	00:07:17	2,388	00:00:15	00:03:29	*<.05*	**0.24**
2.Sürüş	24	00:24:04	00:05:33					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerinin ortalamaları (X:00:24:04+/-00:05:33) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüş ortalamalarından (X:00:25:56+/-00:07:17) anlamlı şekilde daha düşük bulundu ($t_{(23)}$=2,388;p<0,05;Cohen's d:0.24). Farklı bir ifade ile aynı haritada yalnız ve online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları iki farklı performans arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıktı. Katılımcılar online seyirci destekli sürüş performanslarında yalnız

katılım sağladıkları sürüş performansına oranla anlamlı şekilde daha kısa sürelerde aynı haritayı tamamladılar (Bkz. Şekil 4.3).



Şekil 4.3. Katılımcıların sürüş sürelerine göre ortalamaları

4.3. Hipotez 2: Harcanan Kalori Miktarına Göre Ortalamaların Karşılaştırılması

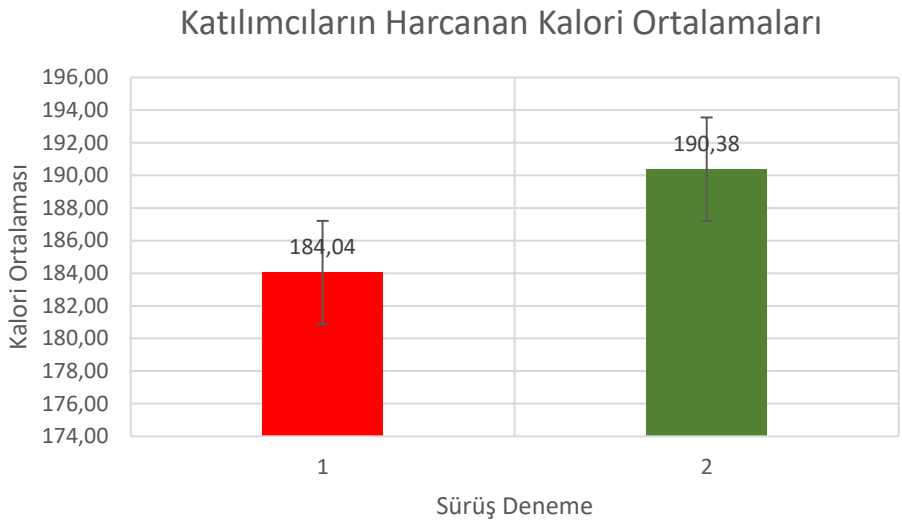
Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüşlerinde harcadıkları kalori ile ikinci sürüşlerinde harcadıkları kalori miktarlarının ortalamaları arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.2. Harcanan Kalori Açısından Ortalamalar

	N	***Ort.***	***SD***	$t_{(23)}$	**95% CI**		***p***	**Cohen's *d***
Kalori					***LL***	***UL***		
1. Sürüş	24	184,04	72,36	-2,425	-11,74	-0,93	***<.05***	**0.09**
2. Sürüş	24	190,38	70,52					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerinde harcadıkları kalori miktarlarını ortalamaları (X:190,38+/-70,52) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüşlerinde harcamış oldukları kalori miktarlarının ortalamalarından (X:184,04+/-72,36) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($t_{(23)}$=-2,425;p<0,05;Cohen's d:0.09). Farklı bir ifade ile aynı haritada yalnız ve online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları iki farklı performans arasında harcadıkları kalori

miktarı ortalamaları açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Katılımcılar online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşte daha fazla ortalama kalori harcamışlardır (Bkz. Şekil 4.4).



Şekil 4.4. Katılımcıların harcadıkları kalori miktarına göre ortalamaları

4.4. Hipotez 3: Sürüşlerde Uygulanan Powere Göre Ortalamaların Karşılaştırılması

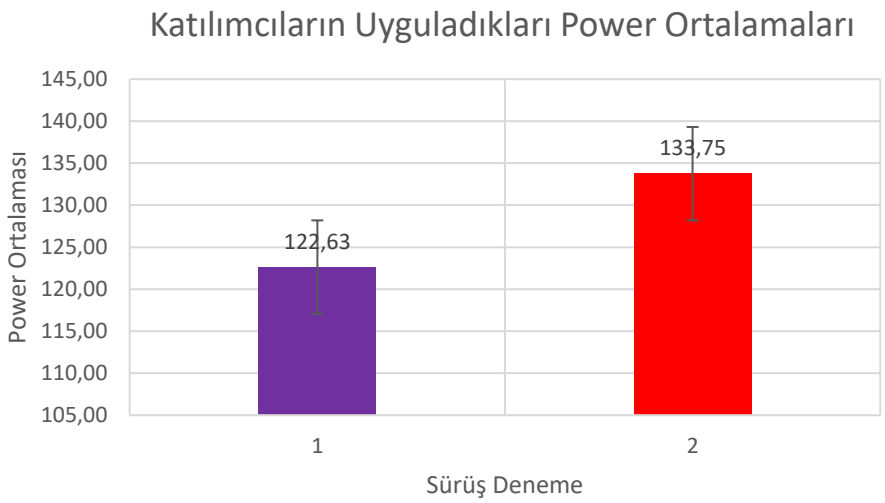
Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüşlerinde uyguladıkları power miktarlarının ortalamaları ile ikinci sürüşlerinde uyguladıkları power miktarlarının ortalamaları arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.3. Uygulanan Power Açısından Ortalamalar

	N	***Ort.***	***SD***	$t_{(23)}$	**95% CI**		***p***	**Cohen's *d***
Power					***LL***	***UL***		
1. Sürüş	24	122,63	38,68	-2,890	-19,09	-3,16	***<.05***	**0.29**
2. Sürüş	24	133,75	35,95					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerinde uyguladıkları power miktarlarının ortalamaları (X:133,75+/-35,95) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüşlerinde uygulamış oldukları power

miktarlarının ortalamalarından (X:122,63+/-38,68) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($t_{(23)}$=-2,890;p<0,05;Cohen's d:0.29). Farklı bir ifade ile aynı haritada yalnız ve online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları iki farklı performans arasında uyguladıkları power miktarı ortalamaları açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Katılımcılar online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşte daha fazla ortalama power uygulamışlardır (Bkz. Şekil 4.5).



Şekil 4.5. Katılımcıların uyguladıkları power miktarına göre ortalamaları

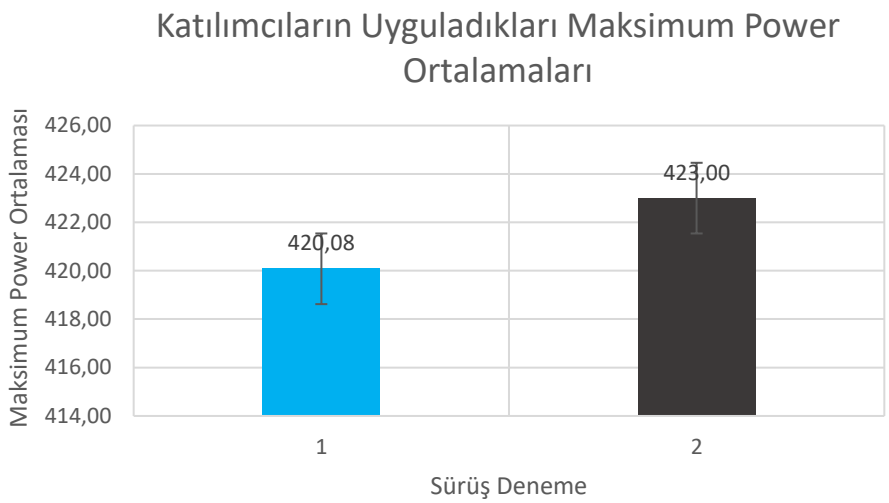
4.5. Hipotez 4: Sürüşlerde Uygulanan Maksimum Power'e Göre Ortalamaların Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüşlerinde uyguladıkları maksimum power miktarlarının ortalamaları ile ikinci sürüşlerinde uyguladıkları maksimum power miktarlarının ortalamaları arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.4. Uygulanan Maksimum Power Açısından Ortalamalar

	N	***Ort.***	***SD***	$t_{(23)}$	**95% CI**		***p***	**Cohen's *d***
Max Power					***LL***	***UL***		
1. Sürüş	24	420,08	139,09	-0,117	-54,28	48,45	***0,91***	**0.01**
2. Sürüş	24	423,00	172,30					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerinde uyguladıkları maksimum power miktarlarının ortalamaları (X:423,00/-172,30) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüşlerinde uygulamış oldukları maksimum power miktarlarının ortalamalarından (X:420,08+/-139,09) yüksek olsa da bu fark manidar bulunmadı ($t_{(23)}$=-0,117;p>0,05;Cohen's d:0.01) (Bkz. Şekil 4.6).



Şekil 4.6. Katılımcıların uyguladıkları maixmum power miktarına göre ortalamaları

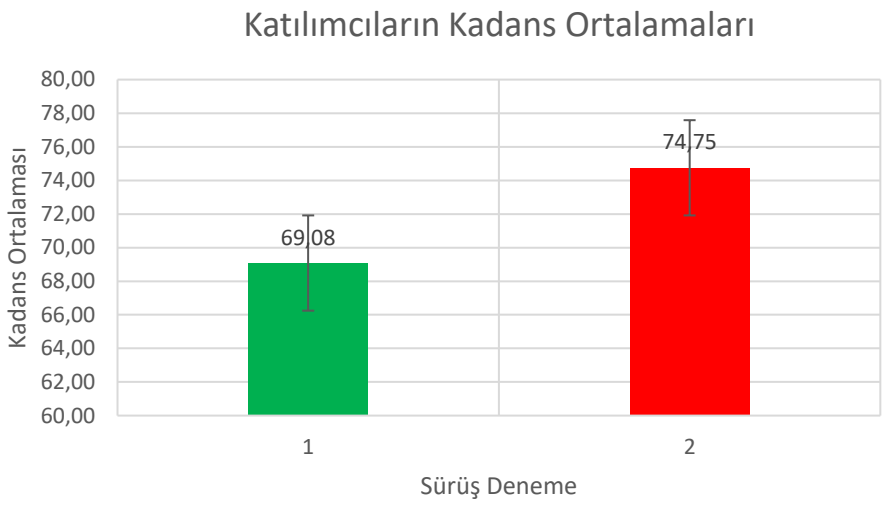
4.6. Hipotez 5: Kadans Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüşlerinde kadans ortalamaları ile ikinci sürüşlerinde kadans ortalamaları arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.5. Sürüşlerdeki Kadans Ortalamaları

	N	***Ort.***	***SD***	$t_{(23)}$	**95% CI**		***p***	**Cohen's *d***
Kadans					***LL***	***UL***		
1. Sürüş	24	69,08	8,92	-3,327	-9,19	-2,14	***<.05***	**0.59**
2. Sürüş	24	74,75	10,13					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerindeki kadans ortalamaları (X:74,75+/-10,13) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüşlerindeki kadans ortalamalarından (X:69,08+/-8,92) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($t_{(23)}$=-3,327;p<0,05;Cohen's d:0.59). Farklı bir ifade ile aynı haritada yalnız ve online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları iki farklı performans arasında kadans ortalamaları açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Katılımcılar online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşte dakikada daha fazla pedal çevirmişlerdir (Bkz. Şekil 4.7).



Şekil 4.7. Katılımcıların kadans ortalamaları

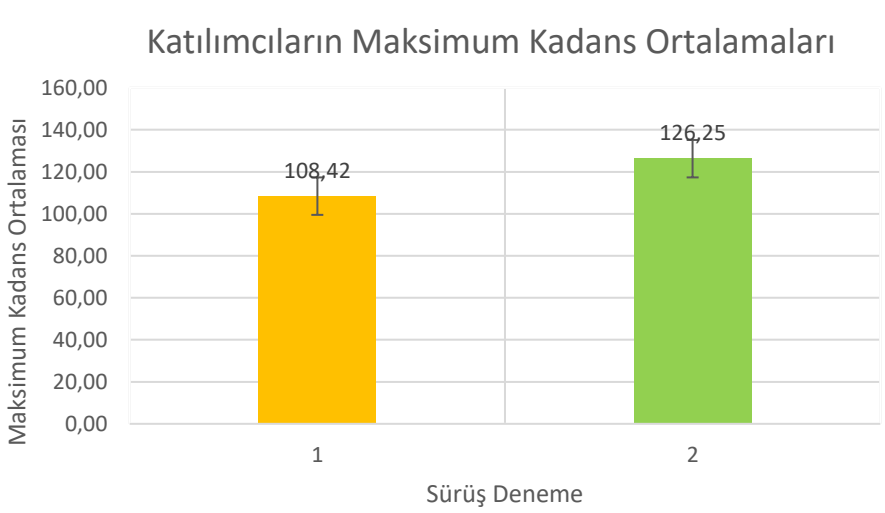
4.7. Hipotez 6: Maksimum Kadans Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüşlerinde maksimum kadans ortalamaları ile ikinci sürüşlerinde maksimum kadans ortalamaları arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.6. Sürüşlerdeki Maksimum Kadans Ortalamaları

	N	***Ort.***	***SD***	$t_{(23)}$	**95% CI**		***p***	**Cohen's *d***
Max. Kadans					***LL***	***UL***		
1. Sürüş	24	108,42	24,12	-2,200	-3,61	-1,06	***<.05***	**0.58**
2. Sürüş	24	126,25	35,64					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerindeki maksimum kadans ortalamaları (X:126,25+/-35,64) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüşlerinde uygulamış oldukları maksimum kadans ortalamalarından (X:108,42+/-24,12) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($t_{(23)}$=-2,200;p<0,05;Cohen's d:0.58). Farklı bir ifade ile aynı haritada yalnız ve online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları iki farklı performans arasında maksimum kadans ortalamaları açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Katılımcılar online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşteki maksimum kadans ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 4.8).



Şekil 4.8. Katılımcıların maksimum kadans ortalamaları

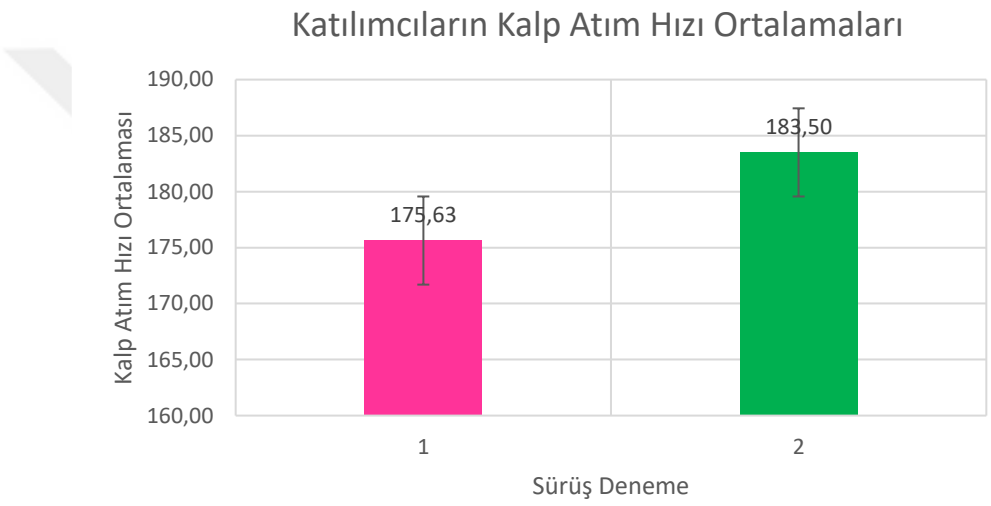
4.8. Hipotez 7: Kalp Atım Hızı Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüşlerindeki kalp atım hızı ortalamaları ile ikinci sürüşlerindeki kalp atım hızı ortalamaları arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.7. Sürüşlerdeki Kalp Atım Hızı Ortalamaları

	N	*Ort.*	*SD*	$t_{(23)}$	95% CI		*p*	Cohen's *d*
Kalp Atım Hızı					*LL*	*UL*		
1. Sürüş	24	175,63	13,02	-4,511	-11,49	-4,26	***<.05***	**0.73**
2. Sürüş	24	183,50	7,54					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerindeki kalp atım hızı ortalamaları (X:183,50+/-7,54) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüşlerindeki kalp atım hızı ortalamalarından (X:175,63+/-13,02) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($t_{(23)}$=-4,511;p<0,05;Cohen's d:0.73). Farklı bir ifade ile aynı haritada yalnız ve online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları iki farklı performans arasında kalp atım hızı ortalamaları açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşteki nabız ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 4.9).



Şekil 4.9. Katılımcıların kalp atım hızı ortalamaları

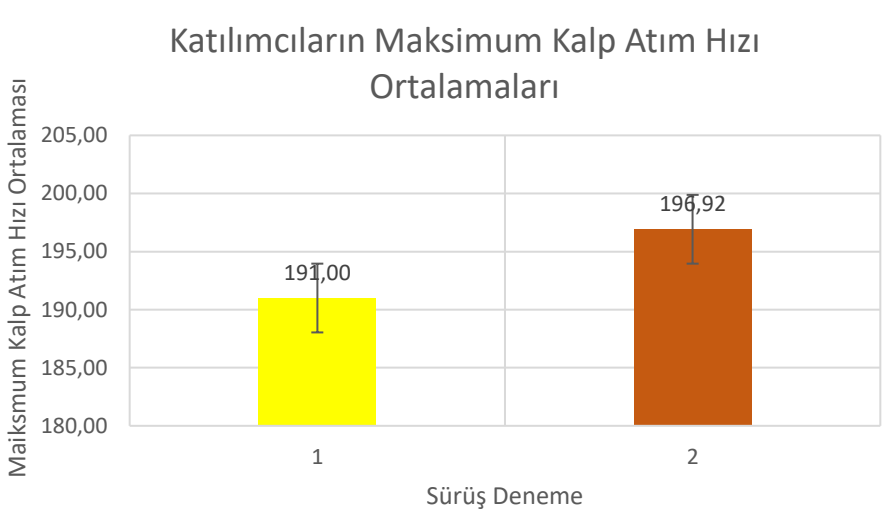
4.9. Hipotez 8: Maksimum Kalp Atım Hızı Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüşlerindeki maksimum kalp atım hızı ortalamaları ile ikinci sürüşlerindeki maksimum kalp atım hızı ortalamaları arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.8. Maksimum Kalp Atım Hızı Ortalamaları

	N	*Ort.*	*SD*	$t_{(23)}$	95% CI		*p*	Cohen's *d*
Max Kalp Atım Hızı					***LL***	***UL***		
1. Sürüş	24	191,00	9,29	-5,118	-8,31	-3,53	***<.05***	**0.71**
2. Sürüş	24	196,92	7,19					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerindeki maksimum kalp atım hızı ortalamaları (X:196,92+/-7,19) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüşlerindeki maksimum kalp atım hızı ortalamalarından (X:191,00+/-9,29) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($t_{(23)}$=-5,118;p<0,05;Cohen's d:0.71). Farklı bir ifade ile aynı haritada yalnız ve online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları iki farklı performans arasında maksimum kalp atım hızı ortalamaları açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşteki maksimum nabız ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 4.10).



Şekil 4.10. Katılımcıların maksimum kalp atım hızı ortalamaları

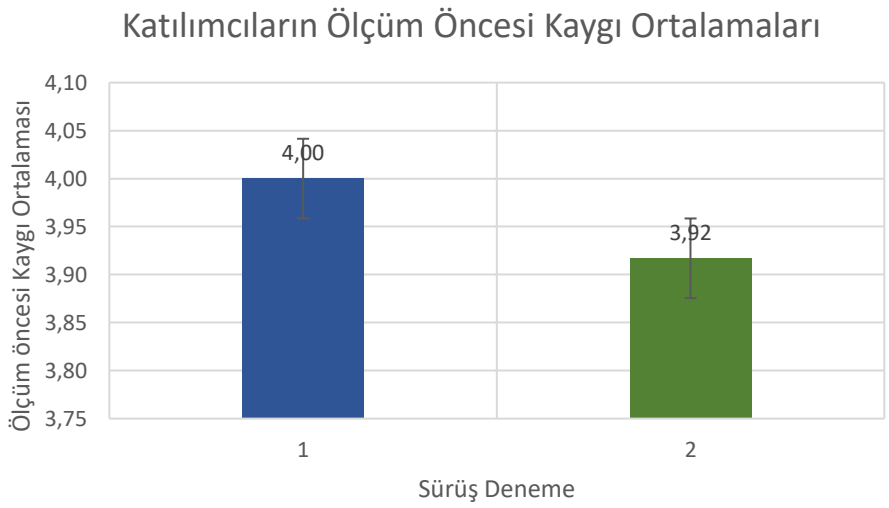
4.10. Hipotez 9: Ölçüm Öncesi Kaygı Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüşlerindeki ölçüm öncesi kaygı ortalamaları ile ikinci sürüşlerindeki ölçüm öncesi kaygı ortalamaları arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.9. Katılımcıların Ölçüm Öncesi Kaygı Ortalamaları

	N	*Ort.*	*SD*	$t_{(23)}$	95% CI		*p*	Cohen's *d*
Kaygı					*LL*	*UL*		
1. Sürüş	24	4,00	2,09	0,140	-1,15	1,32	***0,89***	**0.03**
2. Sürüş	24	3,92	2,60					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerindeki ölçüm öncesi kaygı ortalamaları (X:3,92+/-2,60) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüşlerindeki ölçüm öncesi kaygı ortalamalarından (X:4,00+/-2,09) düşük olsa da ($t_{(23)}$=0,140;p>0,05;Cohen's d:0.03) bu fark manidar bulunmadı (Bkz. Şekil 4.11).



Şekil 4.11. Katılımcıların ölçüm öncesi kaygı ortalamaları

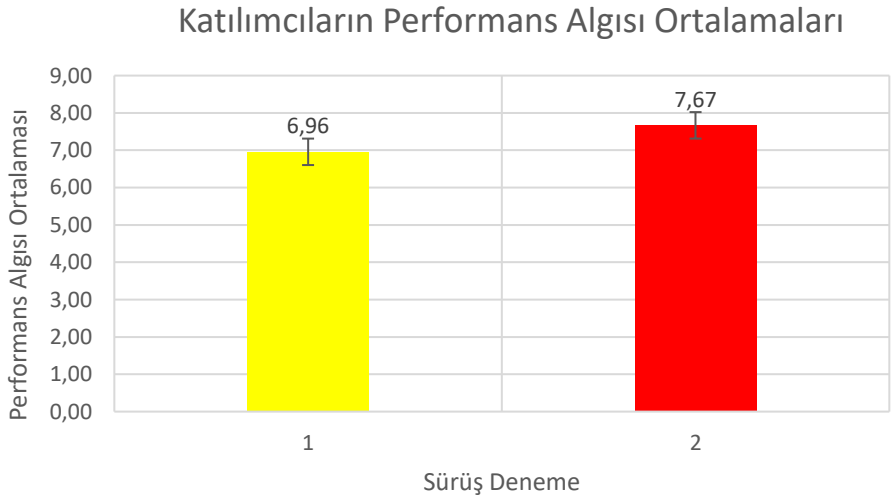
4.11. Hipotez 10: Performans Algısı Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüşlerindeki performans algısı ortalamaları ile ikinci sürüşlerindeki performans algısı ortalamaları arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.10. Katılımcıların Ölçüm Sonrası Performans Algısı Ortalamaları

	N	*Ort.*	*SD*	$t_{(23)}$	95% CI		*p*	Cohen's *d*
Performans Algısı					*LL*	*UL*		
1. Sürüş	24	6,96	1,43	-2,034	-1,43	-0,01	***0,054***	**0.41**
2. Sürüş	24	7,67	1,95					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerindeki performans algısı ortalamaları (X:7,67+/-1,95) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüşlerindeki performans algısı ortalamalarından (X:6,96+/-1,43) yüksek olsa da ($t_{(23)}$=-2,034;p>0,05;Cohen's d:0.41) bu fark manidar bulunmadı (Bkz. Şekil 4.12).



Şekil 4.12. Katılımcıların performans algısı ortalamaları

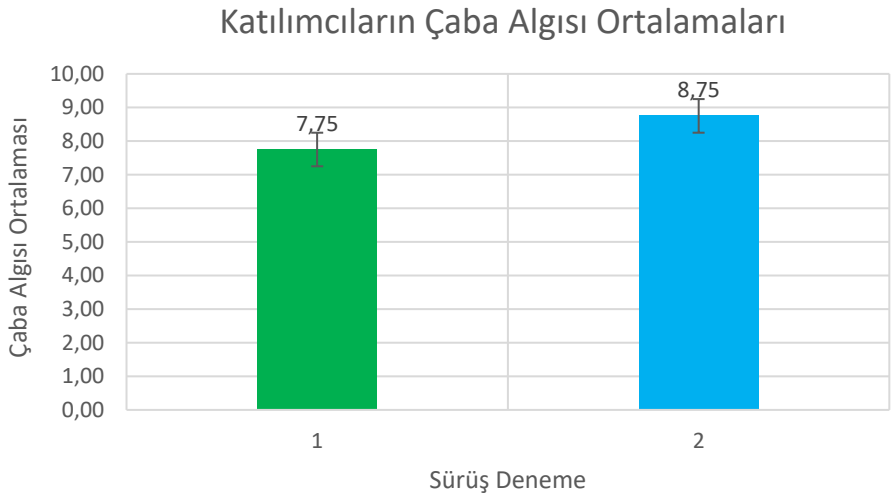
4.12. Hipotez 11: Çaba Algısı Açısından Ortalamaların Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan katılımcıların birinci sürüşlerindeki çaba algısı ortalamaları ile ikinci sürüşlerindeki çaba algısı ortalamaları arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımlı gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4.11. Sürüşlerdeki Çaba Algısı Ortalamaları

	N	*Ort.*	*SD*	$t_{(23)}$	95% CI		*p*	Cohen's *d*
Çaba Algısı					*LL*	*UL*		
1. Sürüş	24	7,75	1,78	-2,627	-1,79	-0,21	***<.05***	**0.64**
2. Sürüş	24	8,75	1,26					

Yapılan analizlere göre katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşlerindeki çaba algısı ortalamaları (X:8,75+/-1,26) yalnız olarak katılım sağladıkları ilk sürüşlerindeki çaba algısı ortalamalarından (X:7,75,00+/-1,78) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($t_{(23)}$=-2,627;p<0,05;Cohen's d:0.64). Farklı bir ifade ile aynı haritada yalnız ve online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları iki farklı performans arasında çaba algısı ortalamaları açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Katılımcıların online seyirci destekli olarak katılım sağladıkları ikinci sürüşteki çaba algısı ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Bkz. Şekil 4.13).



Şekil 4.13. Katılımcıların çaba algısı ortalamaları

4.13. Hipotez 12: Kişilik Özellikleri Açısından Ortalama Kalp Atım Hızı Değişiminin Karşılaştırılması

Katılımcılarım birinci ve ikinci sürüş sırasında elde ettikleri ortalama kalp atım hızı değişimlerinin kişilik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediğini anlamak için

α=0.05 anlamlılık düzeyinde karışık ölçümler için iki faktörlü ANOVA analizinden faydalanıldı.

Katılımcıların birinci ve ikinci sürüşleri sırasında elde ettikleri kalp atım hızı ortalamaları kişilik özelliklerine göre Tablo 4.12'de verilmiştir. Düşük ve yüksek kişilik özellikleri gruplarında yapılan ölçümlerde ikinci sürüşlerdeki kalp atım hızı ortalamalarının ilk sürüşlerdeki ortalamalara kıyasla daha yüksek olduğu görüldü.

Tablo 4.12. Katılımcıların Kişilik Özelliklerine Göre 1. ve 2. Sürüş KAHD

			1. Sürüş Kalp Atım Hızı		**2.Sürüş Kalp Atım Hızı**	
Kişilik Özelliği	**Grup**	**N**	**Ortalama**	**Ss.**	**Ortalama**	**Ss.**
Dışa Dönüklük	Düşük	14	176,14	15,32	184,29	8,49
	Yüksek	10	174,90	9,67	182,40	6,26
Yumuşak Başlılık	Düşük	13	174,62	14,73	182,92	6,97
	Yüksek	11	176,82	11,26	184,18	8,47
Öz Denetim	Düşük	12	175,58	14,39	184,58	7,63
	Yüksek	12	175,67	12,15	182,42	7,63
Duygusal Tutarsızlık	Düşük	13	176,77	10,40	183,23	6,30
	Yüksek	11	174,27	16,02	183,82	9,12
Gelişime Açıklık	Düşük	12	175,25	16,03	183,33	9,38
	Yüksek	12	176,00	9,87	183,67	5,57
Sosyal İstenirlik	Düşük	13	176,77	12,97	184,85	5,90
	Yüksek	11	174,27	13,59	181,91	9,17

Yapılan analizlere göre katılımcıların birinci sürüş ile ikinci sürüşleri arasındaki ortalama kalp atım hızı değişimi katılımcıların kişilik özelliklerinden etkilenmemektedir. Katılımcıların birinci ve ikinci sürüşleri arasındaki değişimde kalp atım hızı ortalaması açısından her ne kadar anlamlı farklılıklar ortaya çıksa da (Bkz. Tablo 4.7) kişilik özellikleri açısından herhangi anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır (Bkz. Tablo 4.13)

Tablo 4.13. Kişilik Özelliklerine Göre Kalp Atım Hızı ANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Power
Kalp Atım Hızı*Dışadönüklük	1,205	1	1,205	0,032	0,861	0,053
Kalp Atım Hızı*Yumuşak Başlılık	2,655	1	2,655	0,070	0,794	0,057
Kalp Atım Hızı*Öz Denetim	15,187	1	15,187	0,404	0,531	0,093
Kalp Atım Hızı*Duygusal Tutarsızlık	28,333	1	28,333	0,767	0,391	0,133
Kalp Atım Hızı*Gelişime Açıklık	0,521	1	0,521	0,014	0,908	0,051
Kalp Atım Hızı*Sosyal İstenirlik	0,578	1	0,578	0,015	0,903	0,052

4.14. Hipotez 13: Kişilik Özellikleri Açısından Ortalama Kadans Değişiminin Karşılaştırılması

Katılımcılarım birinci ve ikinci sürüş sırasında elde ettikleri ortalama kadans değişimlerinin kişilik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediğini anlamak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde karışık ölçümler için iki faktörlü ANOVA analizinden faydalanıldı.

Katılımcıların birinci ve ikinci sürüşleri sırasında elde ettikleri kadans ortalamaları kişilik özelliklerine göre Tablo 4.14'te verilmiştir. Düşük ve yüksek olarak gruplandırılan kişilik özellikleri açısından bakıldığında; yapılan ölçümlerde ikinci sürüşlerdeki kadans ortalamalarının ilk sürüşlerdeki ortalamalara kıyasla daha yüksek olduğu görüldü.

Tablo 4.14. Katılımcıların Kişilik Özelliklerine Göre 1. ve 2. Sürüş KD

			1. Sürüş Ortalama Kadans		2.Sürüş Ortalama Kadans	
Kişilik Özelliği	Grup	N	Ortalama	Ss.	Ortalama	Ss.
Dışa Dönüklük	Düşük	14	69,00	8,81	75,57	10,08
	Yüksek	10	69,20	9,58	73,60	10,64
Yumuşak Başlılık	Düşük	13	68,85	7,59	74,38	10,08
	Yüksek	11	69,36	10,68	75,18	10,68
Öz Denetim	Düşük	12	67,42	8,95	74,50	8,99
	Yüksek	12	70,75	8,98	75,00	11,57
Duygusal Tutarsızlık	Düşük	13	68,15	10,03	76,23	11,31
	Yüksek	11	70,18	7,76	73,00	8,75
Gelişime Açıklık	Düşük	12	71,42	9,14	76,42	10,41
	Yüksek	12	66,75	8,44	73,08	10,02
Sosyal İstenirlik	Düşük	13	67,69	8,87	72,31	7,80
	Yüksek	11	70,73	9,13	77,64	12,09

Yapılan analizlere göre katılımcıların birinci sürüş ile ikinci sürüşleri arasındaki ortalama kadans değişimi katılımcıların kişilik özelliklerinden etkilenmemektedir. Katılımcıların birinci ve ikinci sürüşleri arasındaki değişimde kadans ortalaması açısından her ne kadar anlamlı farklılıklar ortaya çıksa da (Bkz. Tablo 4.5) kişilik özellikleri açısından herhangi anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır (Bkz. Tablo 4.15)

Tablo 4.15. Kişilik Özelliklerine Göre Kadans ANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Power**
Kadans*Dışadönüklük	13,752	1	13,752	0,384	0,542	0,091
Kadans*Yumuşak Başlılık	0,233	1	0,233	0,006	0,937	0,051
Kadans*Öz Denetim	24,083	1	24,083	0,682	0,418	0,124
Kadans*Duygusal Tutarsızlık	82,387	1	82,387	2,523	0,126	0,330
Kadans*Gelişime Açıklık	5,333	1	5,333	0,148	0,705	0,066
Kadans*Sosyal İstenirlik	15,674	1	15,674	0,439	0,514	0,097

4.15. Hipotez 14: Kişilik Özellikleri Açısından Ortalama Power Değişiminin Karşılaştırılması

Katılımcılarım birinci ve ikinci sürüş sırasında elde ettikleri ortalama power değişimlerinin kişilik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediğini anlamak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde karışık ölçümler için iki faktörlü ANOVA analizinden faydalanıldı.

Katılımcıların birinci ve ikinci sürüşleri sırasında elde ettikleri power ortalamaları kişilik özelliklerine göre Tablo 4.16'da verilmiştir. Düşük ve yüksek olarak gruplandırılan kişilik özellikleri açısından bakıldığında; yapılan ölçümlerde ikinci sürüşlerdeki uygulanan power ortalamalarının ilk sürüşlerdeki ortalamalara kıyasla daha yüksek olduğu görüldü.

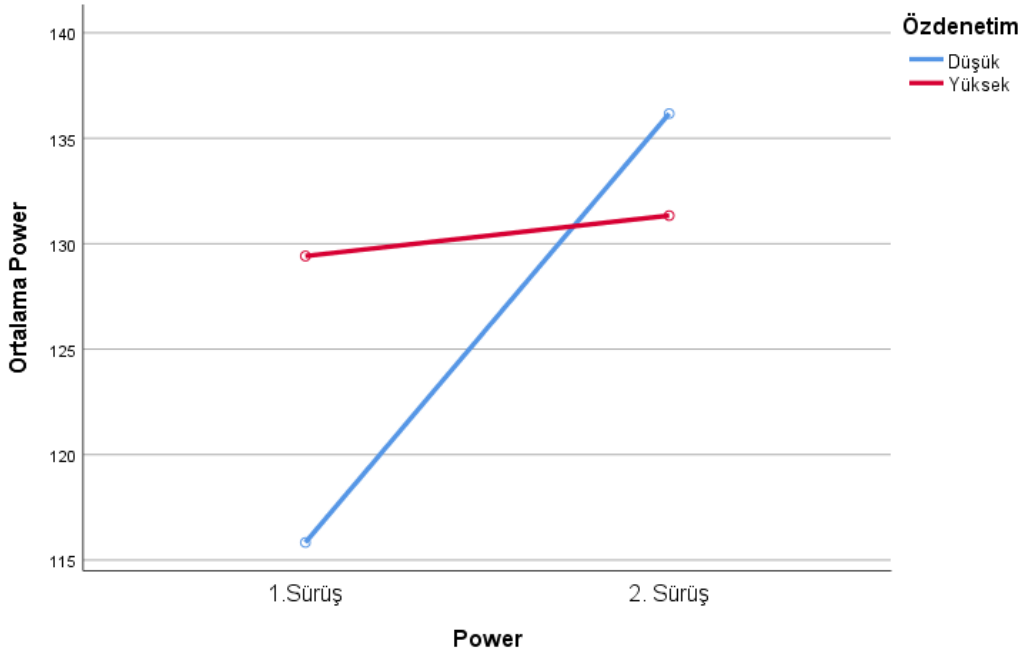
Tablo 4.16. Katılımcıların Kişilik Özelliklerine Göre 1. ve 2. Sürüş PD

			1. Sürüş Ortalama Power		**2.Sürüş Ortalama Power**	
Kişilik Özelliği	Grup	N	Ortalama	Ss.	Ortalama	Ss.
Dışa Dönüklük	Düşük	14	118,36	35,24	127,21	30,99
	Yüksek	10	128,60	44,30	142,90	41,91
Yumuşak Başlılık	Düşük	13	118,54	39,61	134,69	39,65
	Yüksek	11	127,45	38,88	132,64	32,91
Öz Denetim	Düşük	12	115,83	40,52	136,17	40,39
	Yüksek	12	129,42	37,24	131,33	32,52
Duygusal Tutarsızlık	Düşük	13	117,62	34,59	127,46	29,78
	Yüksek	11	128,55	43,99	141,18	42,38
Gelişime Açıklık	Düşük	12	133,25	38,36	140,00	28,89
	Yüksek	12	112,00	37,56	127,50	42,21
Sosyal İstenirlik	Düşük	13	133,25	38,36	136,46	38,34
	Yüksek	11	112,00	37,56	130,55	34,46

Yapılan analizlere göre katılımcıların birinci sürüş ile ikinci sürüşleri arasındaki ortalama power değişimi katılımcıların öz denetim kişilik özelliklerinden etkilenmektedir. Özdenetim kişilik özelliğinde değişimi daha net bir şekilde anlamak için Plots grafiklerinden faydalanılmıştır (Bkz. Şekil 4.14.). Çizilen plots grafiğinden de net bir şekilde anlaşıldığı gibi özdenetimi düşük olan katılımcılar seyircili yapılan 2. sürüş ortalamalarında seyircisiz yapılan 1.sürüş ortalamasına göre belirli bir düzeyde artış göstermiştir. Ancak yüksek özdenetimli katılımcılarda iki sürüş arasında ciddi bir değişim söz konusu olmamıştır. Farklı bir ifade ile özdenetimi düşük olan sporcular seyircinin desteğinden olumlu bir şekilde etkilenmiştir.

Tablo 4.17. Kişilik Özelliklerine Göre Ortalama Power ANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	Power
Power*Dışadönüklük	86,405	1	86,405	0,475	0,498	0,101
Power *Yumuşak Başlılık	358,648	1	358,648	2,114	0,160	0,285
Power *Öz Denetim	1017,521	1	1017,521	7,283	0,013*	0,732
Power *Duygusal Tutarsızlık	23,194	1	23,194	0,125	0,727	0,063
Power *Gelişime Açıklık	229,688	1	229,688	1,309	0,265	0,195
Power *Sosyal İstenirlik	82,606	1	82,606	0,453	0,508	0,099



Şekil 4.14. Özdenetim Kişilik Özelliğine Göre Ortalama Power Değişimi

4.16. Hipotez 15: Kişilik Özellikleri Açısından Ortalama Sürüş Süreleri Değişiminin Karşılaştırılması

Katılımcılarım birinci ve ikinci sürüş sırasında elde ettikleri ortalama sürüş sürelerinin değişimlerinin kişilik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediğini anlamak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde karışık ölçümler için iki faktörlü ANOVA analizinden faydalanıldı.

Katılımcıların birinci ve ikinci sürüşleri sırasında elde ettikleri sürüş süreleri ortalamaları kişilik özelliklerine göre Tablo 4.17'da verilmiştir. Düşük ve yüksek olarak gruplandırılmış olan kişilik özellikleri; yapılan ölçümlerde ikinci sürüşlerdeki sürüş süresi ortalamalarının ilk sürüşlerdeki ortalamalara kıyasla daha yüksek olduğu görüldü.

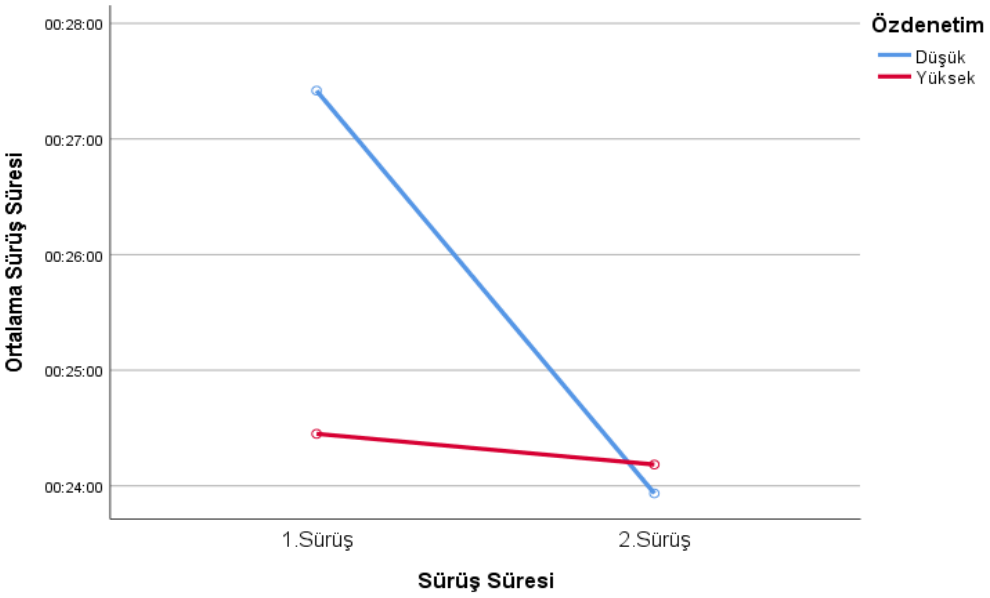
Tablo 4.18. Katılımcıların Kişilik Özelliklerine Göre 1. ve 2. Sürüş SSD

			1. Sürüş Ortalama Süre		2.Sürüş Ortalama Süre	
Kişilik Özelliği	Grup	N	Ortalama	Ss.	Ortalama	Ss.
Dışa Dönüklük	Düşük	14	00:26:27	00:07:11,292	00:24:51	00:05:34,767
	Yüksek	10	00:25:13	00:07:44,593	00:22:58	00:05:38,020
Yumuşak Başlılık	Düşük	13	00:26:12	00:07:28,587	00:23:54	00:05:30,611
	Yüksek	11	00:25:36	00:07:23,837	00:24:15	00:05:52,864
Öz Denetim	Düşük	12	00:27:25	00:07:06,268	00:23:54	00:05:30,611
	Yüksek	12	00:24:27	00:07:27,415	00:24:15	00:05:52,864
Duygusal Tutarsızlık	Düşük	13	00:24:11	00:08:50,610	00:22:31	00:06:44,520
	Yüksek	11	00:28:00	00:04:24,720	00:25:53	00:03:07,588
Gelişime Açıklık	Düşük	12	00:26:45	00:05:58,015	00:25:04	00:04:44,144
	Yüksek	12	00:25:07	00:08:35,697	00:23:03	00:06:19,483
Sosyal İstenirlik	Düşük	13	00:26:47	00:06:32,459	00:24:35	00:04:17,444
	Yüksek	11	00:24:55	00:08:16,937	00:23:27	00:06:56,713

Yapılan analizlere göre katılımcıların birinci sürüş ile ikinci sürüşleri arasındaki ortalama sürüş süreleri değişimi katılımcıların öz denetim kişilik özelliklerinden etkilenmektedir. Özdenetim kişilik özelliğinde değişimi daha net bir şekilde anlamak için Plots grafiklerinden faydalanılmıştır (Bkz. Şekil 4.15.). Çizilen plots grafiğinden de net bir şekilde anlaşıldığı gibi özdenetimi düşük olan katılımcılar seyircili yapılan 2. sürüş ortalamalarında seyircisiz yapılan 1.sürüş ortalamasına göre belirli bir düzeyde düşüş göstermiştir. Ancak yüksek özdenetimli katılımcılarda iki sürüş arasında ciddi bir değişim söz konusu olmamıştır. Farklı bir ifade ile özdenetimi düşük olan sporcular seyircinin desteğinden olumlu bir şekilde etkilenmiştir.

Tablo 4.19. Kişilik Özelliklerine Göre Ortalama Sürüş Süreleri ANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	**KT**	**sd**	**KO**	**F**	**p**	**Power**
Sürüş Süresi*Dışadönüklük	4446,005	1	4446,005	0,162	0,691	0,067
Sürüş Süresi *Yumuşak Başlılık	9608,194	1	9608,194	0,353	0,558	0,088
Sürüş Süresi *Öz Denetim	112423,521	1	112423,521	4,987	0,036*	0,570
Sürüş Süresi *Duygusal Tutarsızlık	2165,068	1	2165,068	0,079	0,782	0,058
Sürüş Süresi *Gelişime Açıklık	1575,521	1	1575,521	0,057	0,813	0,056
Sürüş Süresi *Sosyal İstenirlik	5776,837	1	5776,837	0,211	0,651	0,072



Şekil 4.15. Özdenetim Kişilik Özelliğine Göre Ortalama Sürüş Süresi Değişimi

5. TARTIŞMA

Yapılan analizler sonucunda deneklerin online bisiklet sürüşü esnasında online seyirci varlığının sürüş süresi, harcanan kalori, bisiklete uygulanan güç (power), kadans, maksimum kadans, kalp atım hızı (nabız), maksimum kalp atım hızı, kişinin çaba algısı üzerinde olumlu yönde etkisi olduğu görülmüştür. Buna karşın bisiklete uygulanan maksimum güç (power), kişinin ölçüm öncesi kaygısı ve performans algısı üzerinde online seyirci varlığının herhangi bir etkisi tespit edilememiştir. Genel olarak bakıldığında görüyoruz ki seyircinin varlığı performansı olumlu yönde etkilemektedir.

Online performans gösterilen sporlarda online seyircinin etkisi spor bilimleri ve genel literatür için oldukça yeni bir araştırma konusu olarak karşımıza çıkmaktadır. Ancak genel olarak sporda seyircinin etkisi ile ilgili birçok çalışmaya rastlamak mümkündür.

Seyircinin sporcular üzerindeki etkisini araştıran birçok çalışma da ev sahibi olmanın ve taraftar sayısının avantajları araştırılmıştır. Salminen (1993) Finlandiya'da 1984-1986 yılları arasında oynanan 56 maçın içerik analizini yapmış ve bu analizler sonucunda seyircinin ev sahibi takımı olumlu etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Koruç vd., (2007) TFF Süper Liginde 2002-2004 yılları arasında oynanan futbol maçlarını incelemiş, Türkiye geneline göre daha fazla taraftara sahip takımların kendi sahalarında diğerlerine oranla daha fazla galip geldikleri ve daha fazla gol attıklarını gözlemlemiştir. Taraftarı daha az olan takımların ise kendi sahalarında daha fazla galip gelirken deplasmanda daha fazla mağlup oldukları ve daha fazla gol yedikleri sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuçlar, Türkiye'de ev sahibi takım olmanın ve fazla taraftara sahip olmanın performansı arttırdığını göstermiştir. Özkan ve Özkan (2018) Türkiye Liglerinde yer alan 17-30 yaş arasındaki basketbolcularla yaptığı çalışmada seyircinin oyuncuların performansını etkilediği sonucuna varmıştır. Roşca (2020) ise seyirci miktarının ve kalitesinin oyuncuların performansı üzerindeki etkisini araştırmak için yaptığı çalışmasında Romanya Erkekler Ulusal Basketbol Liginin (LNBM) beş sezonunu incelemiş ve bu incelemeler sonucunda maç katılımlarının spor performansını etkilediğini ortaya koymuştur. Sors vd., (2020) seyirci gürültüsünün, ev sahibi olma avantajını ve bilinçsiz hakem yanlılığını nasıl etkilediğini araştırmak için UEFA sıralamasındaki ilk dört ülkenin COVID-19 nedeniyle seyircisiz oynanan maçlarını incelediler. Bu çalışma sonucunda seyirci gürültüsünün olmaması ev sahibi olma avantajını azalttığı ortaya koyulmuştur. Bu durum seyircinin takımların performansını etkilediğini göstermektedir. Hill ve Van Yperen (2021)'in seyircinin performans üzerinde gerçekten

etkili olup olmadığını araştırmak için COVID-19 dönemi boyunca Avrupa'nın 4 büyük liginde (Almanya, İspanya, İtalya ve İngiltere) seyircisiz olarak oynanan maçların ev sahibi takımın performansına olan etkisi incelenmiş ve daha önceki sezonlarla karşılaştırılmıştır. Çalışmada araştırmacılar seyirci olmadığında ev sahibi avantajının kaybedilebileceği sonucuna ulaşılmıştır. Scoppa (2020)'nın yaptığı çalışmada da benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır. Performans üzerinde seyircinin olumlu etkisi olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar kadar da olumsuz etkisi olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar da vardır. Örneğin; Böheim vd., (2019) yaptıkları çalışma kapsamında 2007-2016 yılları arasındaki NBA maçlarını, seyirci sayısı ve performans ilişkisi açısından incelediler. Çalışmanın sonucunda izleyici sayısı arttığında basketbolcuların daha kötü performans gösterdikleri sonucuna ulaşmışlardır. Bunun yanı sıra müsabakanın kritik olmayan zaman dilimlerinde ev sahibi takımların misafir takımlara göre daha düşük performans gösterdikleri tespit edilmiştir. Yine COVID-19 döneminde Jiménez Sánchez ve Lavín (2021) seyircinin varlığı veya yokluğunun galibiyet, puan ve goller üzerindeki etkisini araştırmak için Almanya, İspanya, İtalya, İngiltere ve Avusturya'dan 8 futbol ligini incelemişlerdir. COVID-19 öncesi seyircili maçlar ile Covid-19 sonrası seyircisiz maçlar karşılaştırıldığında, maçlardaki sporcu performanslarının seyircinin varlığı veya yokluğundan etkilenmediği sonucuna ulaşmışlardır. Aksine müsabakalarda takımların kendi sahalarında daha kötü, rakip takımların sahalarında daha iyi performans gösterdiklerini görülmüştür.

Dashiel'ın 1930'larda yaptığı seyirci ayrımı aslında bu çalışmalardaki sporcu performansı üzerindeki etkiyi anlamamıza yardımcı olmaktadır. Stadyumda sporcuları pasif olarak izleyen seyirciler ile aktif bir şekilde olumlu ya da olumsuz tezahürat yapan seyircilerin sporcu üzerindeki etkileri birbirinden farklılık göstermektedir. Yaptığımız çalışma da sporcular online seyircilerce özellikle son 2 dakikada olumlu tezahüratlarla desteklenmişlerdir. Zaman zaman seyirciler sporculara "yapabilirsin" ya da "yapabiliriz", "hadi! az kaldı" gibi sözel cesaretlendirme kelimeleri de kullanmışlardır. Literatürde Köhler etkisi olarak da bilinen bu etkiyi sporcular zaman zaman kendilerinde hissetmişlerdir. Literatürde bu tür seyircilerin (sözel cesaretlendirme yapan-olumlu tezahürat) performans üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalara da rastlamak mümkündür.

Max vd., (2018)'nin yaptığı çalışmada aktif video oyunlarında partnerin veya antrenörün sporcuya söylediği sözel cesaretlendirme kelimelerinin sporcunun performansı üzerinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Neto vd., (2015)'nin 12 genç erkek üzerinde

yaptığı farklı bir çalışmada sözel cesaretlendirici kelimelerin sporcuların 20 metre shuttle koşuları üzerindeki etkisi incelenmiş ve hem koşu süreleri hem de kalp atım hızı değişimlerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Midgley vd., (2018)'nin Wingate testi sırasında maksimal egzersiz değerlerinin sözel cesaretlendirme kelimelerinin sıklığından ne kadar etkilenip etkilenmediği araştırmıştır. Buna göre 20 saniyede bir tekrarlanan sözel cesaretlendirme kelimeleri VO_{2max} üzerinde etki yaratırken, 60 ve 180 saniye de bir yapılan sözel cesaretlendirmeler herhangi bir etki yaratmadığı ortaya koyulmuştur. Belkhiria vd., (2018)'nin 23 katılımcı ile yaptıkları farklı bir çalışmada maksimal izometrik kasılma güçleri üzerinde sözel cesaretlendiricilerin etkili olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Lee vd., (2021)'nin diz ekstensiyonu sırasında uygulanan güç seviyesini ölçtükleri çalışmalarında, sözel cesaretlendirici etkisi altında kalan grubun herhangi bir etkiye maruz kalmayan kontrol grubuna göre anlamlı şekilde daha yüksek güç uyguladıkları tespit edilmiştir. İzleyicinin pasif olduğu durumlarda da performans üzerinde belirli değişimlerin olduğunu gösteren çalışmalara rastlamakta mümkündür. Ohuruogu vd., (2020) sporcuların motor becerilerini sergilemeleri esnasındaki dikkat ve koordinasyonlarının seyirciden etkilenme düzeylerini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmada, Ibadan Üniversitesinden seçilmiş atletizm sporcularının bir demiryolu üzerinde dengede yürümeleri istenmiştir. Ölçümlerin sonucunda seyircinin, sporcuların demiryolunda yürüme performansları üzerinde önemli bir etkisi olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bowman vd,. (2012) ise video oyunlarında izleyicinin etkisini belirlemek için yaptıkları çalışmada, seyircinin video oyunu oynayan bireylerin performansını olumlu yönde arttırdığı sonucuna ulaşmışlardır.

Robert Zajonc 1965 senesinde yaptığı deneylerde sosyal kolaylaştırma etkisinin sadece sıkı pratikle geliştirilmiş, aşina olunan ustalık seviyesindeki basit işlerde olumlu bir performans artışı sağladığını ortaya koymuştur. Aşina oldukları beceri karşısında seyirci olumlu yönde performansı etkilerken; aşina olunmayan beceride seyirci performansı olumsuz bir şekilde etkilemektedir. Zajonc'un bu teorisini destekleyecek çalışmalara literatürde rastlamak da mümkündür. Örneğin Bell ve Yee (1988)'nin yaptığı çalışmada 16 vasıflı 17 vasıfsız karate öğrencisinden seyirli ve seyircisiz bir şekilde belirlenen hedefe tekme atmaları istenmiştir. Vasıflı öğrencilerin seyircinin varlığından etkilenmediği ama vasıfsız öğrencilerin seyircinin varlığından olumsuz etkilendiği sonucuna ulaşıldı. Benzer şekilde Harb-Wu ve Krumer (2019) profesyonel biatlon etkinliklerindeki 16 yılı kapsayan sprint yarışmaları incelmiştir. Biatletlerin kendi ülkelerinde yarışırken yurtdışındaki yarışlara kıyasla daha fazla şut kaçırdığını ortaya koymuştur. Bu çalışmanın sonucu

destekleyici izleyicinin beceri temelli görevlerde sporcuyu yüksek beklentiden dolayı daha fazla strese soktuğunu ve performansını düşürdüğü göstermiştir. Park ve Catrambone (2007) ise sanal izleyicilerin varlığının performansa etkisini belirlemek için Georgia Teknoloji Enstitüsünden 108 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmasında katılımcılara zorluk derecesine göre değişen anagram, labirent ve modüler aritmetik içeren farklı görevler vermiştir. Görevleri tek başlarına ve sanal seyirciler karşısında yerine getirmeleri istenmiştir. Deneyin sonucunda kolay görevlerin sanal seyirci karşısında daha iyi yapıldığı ama zor görevlerin daha kötü yapıldığı görüldü. Bu da sanal seyircinin de sosyal kolaylaştırma etkisi olduğunu gösterdi. Bilgin (2017) Spor Toto Süper Ligi 2014-2015 Sezonunda 10 farklı takımdan 226 profesyonel futbolcuyla yaptığı çalışmada, futbolcuların yaş ve deneyimlerinin artmasının olumsuz tezahüratlardan etkilenme düzeylerini azalttığı sonucuna ulaşılmıştır. Rudd (2017) ise Amerikan Kolej Atletizminde seyircilerin kolej sporcularına uyguladıkları istismar türlerini araştırmak ve sporcularda oluşan duygusal etkiyi belirlemek amacıyla yaptığı çalışmasında, kolej sporcularının seyircilerden hakaret ve taciz gördüklerini fakat sporcuların bu tacizlerden etkilenmediği sonucuna ulaşmıştır. Yapılan bu çalışmada performans sergileyen denekler spor bilimleri öğrencileridir ancak hiçbiri bisiklet spor ile daha önce profesyonel bir şekilde ilgilenmemişlerdir. Bu anlamda ortaya çıkan farklılıkların Zajonc'un sosyal kolaylaştırma etkisini anlamak için ortaya attığı durumdan etkilendiğini söylemek çok doğru bir yaklaşım olmayacaktır.

Seyircinin sporcular üzerinde değil de hakemler üzerinde nasıl bir etki yarattığını anlamak için Satman (2014) 144 futbol hakemiyle yaptığı çalışmada, hakemlere gerçek futbol maçlarındaki 18 pozisyonu seyircilerin sesi varken ve sessiz olarak izletmiş ve pozisyonlarla ilgili onlardan karar vermelerini istemiştir. Çalışmanın sonucunda sesli ve sessiz ortamlarda hakemlerin verdikleri kararlar arasında anlamlı bir fark olmadığı ama sesli ortamlarda izledikleri pozisyonlarda daha fazla kart gösterme kararı aldıkları görülmüştür.

Çalışmamızın bir başka sonucunda da farklı kişilik yapısına sahip bireylerin seyirci varlığından nasıl etkilendiği ortaya konulmuştur. Yapılan analizler sonucunda kalp atım hızı ortalamaları ve kadans ortalamalarının kişilik özellikleri açısından herhangi anlamlı bir fark yaratmadığı; ancak bisiklete uygulanan güç (power) ve sürüş süresi ortalamalarından her ikisinde de beş faktör kişilik özelliklerinden öz denetim alt boyutunda anlamlı farklılıklar ortaya çıkarttığı tespit edilmiştir. Bu farkın da düşük özdenetime sahip olan bireyler yönünde ortaya çıktığı anlaşılmıştır. Düşük özdenetime sahip olan bireylerin seyirci önündeki

performansları seyircisiz bir şekilde yaptıkları performansa oranla ciddi bir değişim göstermiştir. Yüksek öz-denetimli sporcularda ise herhangi bir değişim olmamıştır. Farklı kişilik tiplerindeki bireylerin performanslarının seyircinin varlığında nasıl etkilendiği konusu literatürde oldukça yeni bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Fakat sporcunun performansının kişilik özelliklerinden ve sözel cesaretlendiriciden nasıl etkilendiğine dair araştırmalara literatürde sıklıkla rastlamak mümkündür.

Carlson vd., (2016)'nin 30 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmada özdenetim ve gelişime açıklık ile dans ederken tempolara uyum sağlama arasında anlamlı ilişkilere rastlanmıştır. Kişilik özelliklerin sporcunun performansını etkilediği sonucuna ulaşan çalışmalardan biri olan Bell vd., (2013)'nin yaptığı araştırmada yüksek standartlı akademi kriketçilerinde oyun sırasındaki karar verme becerisi üzerinde nevrotikliğin etkisi incelenmiş ve daha az nevrotik olan katılımcıların daha hızlı ve doğru kararlar aldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde Piedmont vd., (1999) Orta Atlantik te bulunan 4 dört üniversitenin kadın futbol takımından 79 kadın futbolcuyla yaptıkları çalışmada nevrotiklik ve özdenetimin atletik performansta önemli bir etkisi olduğu sonucuna varmışlardır. Woodman vd., (2010) ise yaptıkları araştırmada 2 farklı çalışma yönetmişlerdir. Birinci çalışma, birleşik krallıktaki 93 jimnastikçi ile; ikinci çalışma ise 71 jimnastikçi ile gerçekleştirilmiştir. İki çalışma sonucunda da özdenetimin hazır bulunuşluk kalitesini olumlu yönde etkilediği, dışadönüklüğün dikkat dağınıklığını arttırdığı ve duygusal dengenin zorluklarla başa çıkmada olumlu etki gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka çalışmada ise Mirzaei vd., (2013) elit olmayan 229 futbol ve futsal oyuncusunun kişilik özellikleri ile spor performansları arasındaki ilişkiyi tespit etmeyi amaçlamışlardır. Araştırma sonucunda sadece özdenetimin performans üzerinde etkili olduğunu ve bu etkinin de pozitif yönde olduğu görülmüştür.

Hart ve Furnham (2016) yaptıkları kapsamlı çalışmada at biniciliği sporunda terbiye, kros, eventing ve atlama branşlarında beş faktör kişilik özelliklerinin etkisini belirlemek amacıyla amatör, ileri amatör ve profesyonellerden oluşan 155 katılımcıya gelişime açıklık, özdenetim, dışadönüklük, yumuşak başlılık ve nevrotizm (duygusal tutarsızlık) seviyelerinin ölçülmesi için testler uygulamışlardır. Bu testler sonucunda bireylerin özdenetim seviyesinin yüksek ve nevrotizm seviyesinin düşük olmasının performansı yükselttiği; eventing ve terbiye branşlarında içedönük kişilik özelliklerine sahip bireylerin daha avantajlı iken kros branşında dışadönük bireylerin daha avantajlı olduğu sonucuna varılmıştır. Yumuşak

başlılık ve gelişime açıklık kişilik özellikleri açısında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Stine vd., (2019)'nin 38 kürekçi ile gerçekleştirdiği çalışmada kişilik özelliklerinin performans üzerindeki etkisi ortaya konulmuştur. Sonuç olarak yüksek nevrotiklik 2000 metre performansı olumsuz etkilemiştir. Özdenetim ve yumuşak başlılık ise, performansın artmasına neden olmuştur. Piepiora (2021)'ın Polonya'da 300 takım sporcusu ile yaptığı farklı bir çalışmada, şampiyon olan takım oyunlarının kişilik özellikleri diğer takım oyuncularının kişilik özelliklerinden farklılık göstermiştir. Şampiyon olan takımların oyuncuları daha dışa dönük ve gelişime açık bireyler iken daha az nevrotik özellikler taşımaktadır.

Kişilik performansı etkilemediği sonucuna ulaşan araştırmacılardan biri olan Mallas (2019) Brezilya'daki birinci ligde oynayan bir profesyonel futbol takımının verilerini inceleyerek ve her maçtan sonra oyunculara stres ölçeği uygulayarak sporcularda stres, performans ve kişilik faktörlerinin etkileşimlerini araştırmıştır. Araştırmanın sonucunda stres ve performans arasında pozitif bir ilişki görülmüş fakat beş faktör kişilik özelliklerinin performans üzerinde etkisi bulunamamıştır. Benzer olarak Kuru (2003) ise 18-25 yaş arası 122 milli, 124 milli olmayan sporcudan oluşan 246 beden eğitimi bölümü öğrencisi ile bir çalışma yürütmüştür. Sporculara kişilik envanteri uygulanmış ve milli olan ve milli olmayan sporcular arasında kişilik özellikleri açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Seyircinin hakem üzerinde etkisiyle ilgili ortaya konan çalışmaların yanı sıra hakemlerin performansının kişilik özelliklerinden nasıl etkilendiği ile ilgili de çalışmalar yapılmıştır. Örneğin; McCarrick vd., (2019) İngiliz Futbol Federasyonu hakemlerinin bireysel farklılıkları ve performans düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla profesyonel, orta ve amatör düzeydeki 185 hakeme zihinsel dayanıklılık, kontrol odağı, atılganlık ve sosyal karşılaştırma ölçümleri yapmışlardır. Ölçümler sonucunda profesyonel hakemlerin tüm bu özellikler açısından orta ve amatör gruplardan daha yüksek ortalamalar elde ettiği, orta ve amatör grupların ise birbirine çok yakın ortalamalar elde ettiği sonucuna ulaşmıştır. Bu da göstermektedir ki profesyonel hakemler diğerlerinde olmayan bazı kritik kişilik özelliklerine sahiptir. Benzer şekilde Nurcahya vd., (2019) de PSSI Bandung Derneği'nden 11 futbol hakemi ile yaptığı çalışmada, hakemlerin performansı ile duygusal zeka ve fiziksel uygunluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve duygusal zeka ile hakem performansı arasında anlamlı ilişkiler tespit etmiştir.

Düşük ve yüksek özdenetim kişilik özelliğine sahip olan bireylerin performansları üzerindeki etkisini anlayabileceğimiz ve çalışmamızla birebir uyum halinde olan çalışmaların başında Binboğa vd., (2013)'nin yaptıkları çalışma gelir. 83 elit atlet ile gerçekleştirilen çalışmada sözel cesaretlendiricilerin maksimum istemli kasılmalar üzerindeki etkisi incelenmiştir. Buna göre sözel cesaretlendirici olduğunda ve olmadığında düşük özdenetimli bireylerin kas kasılma seviyelerine anlamlı farklılıklar ortaya çıkarken yüksek özdenetimli bireylerde anlamlı bir değişim gözlenmemiştir. Sözel cesaretlendirme sözcükleri bireylerin kas kasılma seviyelerinde olumlu bir etki yaratmıştır. Benzer şekilde Weakley vd., (2018)'nin yaptıkları farklı bir çalışmada özdenetimi düşük olan ragbi sporcularının sözel cesaretlendirici etkisi altında özdenetimi yüksek olan sporculara oranla squat setlerinde uyguladıkları ortalama güçlerin anlamlı şekilde daha yüksek değerlere sahip olduğu tespit edilmiştir. Geukes (2012) sporcuların sahip oldukları kişilik özellikleri açısından seyirci önündeki performanslarını değerlendirmiştir. 55 Hentbol sporcusunun 1500-2000 seyirci önündeki performansları kişilik özellikleri açısından incelenmiştir. Buna göre baskı altında sporcuların kişilik özellikleri performansı etkileyen önemli bir değişkendir. Özellikle özdenetimli bireylerin baskı altında performans değişimlerini iyi yönetmiş oldukları tespit edilmiştir. Graydon ve Murphy (1995) 10'u içedönük, 10'u dışadönük olmak üzere 20 kişiden tek başlarına ve izleyici karşısında masa tenisi servisi yapmaları istenmiştir. Çalışmanın sonucunda dışadönük katılımcıların izleyici karşısında içedönük katılımcılara oranda daha iyi performans sergiledikleri görüldü. Geukes vd., (2017) ise basketbolda baskı altında performansın; olumsuz değerlendirilme korkusu, yeniden yatırım yapma ve atletik kimlik faktörlerinden ne kadar etkilendiğini belirlemeye çalışmıştır. Güney Doğu Avusturalya Basketbol Liginde (SEABL) oynayan 53 basketbolcuyla yaptıkları çalışmada basketbolculardan önce tek başlarına basket atmaları istenmiş daha sonra bu basketbolcuların seyircili gerçek müsabakalardaki basket atma performansları ile karşılaştırılmıştır. Tek başına sergilenen performansın üç faktörden de etkilenmediği ama gerçek müsabakadaki performansın olumsuz değerlendirilme kaygısı faktöründen olumsuz yönde etkilendiği belirlenmiştir. Anderson-Hanley vd., (2011) ise çalışmalarında sanal gerçeklik teknolojisini kullanmış ve rekabetçilik kişilik özelliği açısından sanal rakibin varlığının performansa olan etkisini araştırmışlardır. Bu nedenle 60-99 yaşları arasında 14 bağımsız yaşlı katılımcılara 3 ay boyunca sabit bisiklette haftada 2-3 kez sürüş yaptırmışlardır. İlk ay katılımcılar sadece sabit bisikleti sürmüş, ikinci ay sanal gerçeklik gözlüğü eşlinde sanal bir parkurda sürüş yapmış ve son olarak üçüncü ay ise yine

sanal parkurda bu sefer rekabetçi ve rekabetsiz avatarlarla yarışmışlardır. Yapılan tüm bu ölçümler sonucunda rekabetçi kişilik özelliğine sahip yaşlıların avatarlarla yarıştığında daha az rekabetçi olan yaşlı katılımcılara oranla sürüş yoğunluğunun arttığı görülmüştür.

Çalışmamızdaki online seyirciler performans gösteren sporcuyu sadece pasif olarak izlememiş, aynı zamanda ona olumlu geri bildirimlerde bulunmuşlardır. Bisiklet süren katılımcıya online seyirciler meeting üzerinden hem görüntüleri hem de sesleri ile çoğu zaman sözel cesaretlendirici sözcükler kullanarak destek olmuşlardır. Bu çerçevede düşünmüş olduğumuzda bu çalışma içerisinde ortaya çıkan sonuçlar hem sosyal kolaylaştırma teorisi çerçevesinde hem de Köhler etkisi kapsamında değerlendirilmelidir. Nitekim yukarıda bir kısmına değinilen literatür ile ortaya konulan bu çalışma sonuçları arasında ciddi benzerlikler ortaya çıkmıştır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Online katılım sağlanabilen sanal bisiklet uygulamalarında online seyircinin etkisinin kişilik özellikleri açısından araştıran bu çalışma sonucunda; online seyircinin katılımcıların performansı üzerinde olumlu yönde anlamlı farklılıklar yarattığı ve kişilik özelliklerinin de bu performans değişiminde etkin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Buna göre;

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların elde ettikleri toplam sürüş süreleri ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş ve **Hipotez 1 reddedilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların harcadıkları kalori miktarı ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş ve **Hipotez 2 reddedilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların uyguladıkları power ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş ve **Hipotez 3 reddedilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların uyguladıkları maksimum power ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmemiş ve **Hipotez 4 kabul edilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kadans (dakikada çevirdikleri ortalama pedal sayısı) ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş ve **Hipotez 5 reddedilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların maksimum kadans ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş ve **Hipotez 6 reddedilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kalp atım hızı ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş ve **Hipotez 7 reddedilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların maksimum kalp atım hızı ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş ve **Hipotez 8 reddedilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların sürüş öncesi hissettikleri kaygı ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmemiş ve **Hipotez 9 kabul edilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların sürüş sonrası performanslarından memnun olmaları ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmemiş ve **Hipotez 10 kabul edilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların gösterdikleri çaba ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş ve **Hipotez 11 reddedilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kalp atım hızı ortalamaları değişimlerinde kişilik özellikleri açısından herhangi anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ve **Hipotez 12 kabul edilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların kadans ortalamaları değişimlerinde kişilik özellikleri açısından herhangi anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ve **Hipotez 13 kabul edilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların power ortalamaları değişimlerinde kişilik özellikleri açısından anlamlı farklılıklara rastlanmıştır ve **Hipotez 14 reddedilmiştir.**

- Online seyircili ve seyircisiz gerçekleştirilen bisiklet sürüş performanslarında katılımcıların sürüş süresi ortalamaları değişimlerinde kişilik özellikleri açısından anlamlı farklılıklara rastlanmıştır ve **Hipotez 15 reddedilmiştir.**

Tüm bu bulgular ve sonuçlar ışığında benzer çalışmalar yapacak araştırmacılara bazı önerilerde bulunmak faydalı olacaktır;

- Online katılım sağlanan aktif video oyunlarının egzersiz davranışlarını nasıl etkilediği deneysel araştırmalarla ortaya konulabilir.
- Sosyal kolaylaştırma teorisi çerçevesinde grup katılımlı sanal egzersizlerin performans üzerindeki etkinliği araştırılabilir.
- Farklı kişilik özelliklerine sahip olan bireylerin sanal egzersizlere katılım sırasındaki deneyimlerini anlayarak, egzersize katılımın önündeki engeller anlaşılmaya çalışılabilir.

- Online seyircinin sporcu üzerindeki etkisi antrenman planlamasında kendine yer bulabilir. Çok katılımlı saha çalışmalarıyla bu etki anlaşılmaya çalışılabilir.
- Online seyirci yönünden de değerlendirmeler yapılarak, çok değişkenli bir deneysel yapı kurulabilir.
- Bu araştırma bireyin online seyircili ve seyircisiz sürüşleri arasındaki performanslarını karşılaştırmıştır. Gelecekte yapılacak çalışmalarla online olarak gerçekleştirilecek grup aktivitelerinin performans üzerindeki etkileri araştırılabilir.
- Bu araştırma içerisinde katılımcılar online seyircili ve seyircisiz olarak kişisel performansları karşılaştırılmış, herhangi bir yarışma ortamı oluşturulmamıştır. Gelecekte yapılacak olan çalışmalarda katılımcılar online platformlarda avatarlarla ya da gerçek bireylerle yarıştırılarak elde ettikleri dereceler karşılaştırılabilir.
- Online uygulamalar ve aktif video oyunları egzersiz ve spor psikolojisi için oldukça uygun deneysel ortamlardır. Gelecek çalışmalarda bu uygulamalar sayesinde Dünya'nın farklı bölgelerinden katılım sağlanarak gerçekleştirilecek deneysel çalışmalar gerçekleştirilebilir.

7. KAYNAKLAR

Adamo, K. B., Rutherford, J. A., & Goldfield, G. S. (2010). Effects of interactive video game cycling on overweight and obese adolescent health. Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism, 805-815.

Adler, A. (2004). İnsanın Doğası, Çev. Ayşen Tekşen Kapkın. İstanbul: Payel Yayınevi.

Aiello, J. R., & Douthitt, E. A. (2001). Social Facilitation from Triplett to Electronic Performance Monitoring.Group Dynamics: Theory. Research, and Practice, 163-180.

Allen, B. P. (2002). Personality Theories. Boston: Ablongman Publication.

Allen, M. S., Greenlees, I., & Jones, M. (2011). An İnvestigation of the Five-Factor Model of Personality and Coping Behaviour in Sport. Journal of Sports Sciences, 841-850.

Allport, F. H. (1920). The influence of the group upon association and thought. Journal of experimental psychology, 159-182.

Allport, G. W. (1937). Personality: a psychological interpretation. İngiltere: Oxford.

Anderson-Hanley, C., Snyder, A. L., Nimon, J. P., & Arciero, P. J. (2011). Social facilitation in virtual reality-enhanced exercise: competitiveness moderates exercise effort of older adults. Clinical interventions in aging, 275–280.

Argan, M., & Akın, E. (2007). Elektronik spor: Özellikleri, kavram ve uygulamalarına yönelik kuramsal çerçeve. Akdeniz 4. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi. Antalya: Akdeniz Üniversitesi.

Argan, M., Özer, A., & Akın, A. (2006). Elektronik Spor: Türkiye'Deki Siber Sporcuların Tutum Ve Davranışları. Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri, 1-11.

Asian Electronic Sports Federation. (2019, Ocak 16). What is Esports? Asian Electronic Sports Federation: https://www.aesf.com/en/About-Us/What-Is-Esports.html

Atkinson, L. R., Atkinson, R. C., & Hilgard, H. R. (1995). Psiko-lojiye Giriş II. İstanbul: Sosyal Yayınlar.

Aycan, A., Polat, E., & Uçan, Y. (2009). Takım özdeşleşme düyezi ile profesyonel futbol müsabakalarına seyirci olarak katılım kararını etkileyen değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 169-174.

Aygün, C. (2016). Aktif video oyunlarının oksijen tüketimine ve enerji tüketimine etkisinin cinsiyetler arası karşılaştırılarak incelenmesi, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi . Eskişehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Aytaç, S. (2000). İnsanı Anlama Çabası. Bursa: Ezgi Kitabevi.

Bacanlı, H. (2002). Gelişim ve Öğrenme. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and actions: A socila cognitive theory. Englewood Cliff, NJ: Prentence Hall.

Bandura, A. (1997). Self-Efficay; The Exercise Of Control. New York: Freeman.

Başaran, İ. E. (2000). Örgütsel Davranış-İnsan Gücünün Üretimi. Ankara: Feryal Matbaası.

Bayar, P. (1983). Atletlerin Kişilik Özellikleri, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.

Baymur, F. (1994). Genel Psikolojisi. İstanbul: İnkilap Kitabevi.

Belkhiria, C., De Marco, G., & Driss, T. (2018). Effects of verbal encouragement on force and electromyographic activations during exercise. J. Sports Med. Phys. Fitness, 750-757.

Bell, J. J., Mawn, L., & Poynor, R. (2013). Haste makes waste, but not for all: The speed-accuracy trade-off does. Psychology of Sport and Exercise, 860-864.

Bell, P. A., & Yee, L. A. (1989). Skill level and audience effects on performance of a karate drill. The Journal of social psychology, 191-200.

Bilge, F. (1990). Sporcuların Psikolojik İhtiyaçları, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bilgin, H. (2017). Profesyonel futbolcularda kendi taraftarları ve rakip taraftarların yaptıkları kötü tezahüratın etkileri, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Kütahya.

Binboğa, E., Tok, S., Catikkas, F., Güven, Ş., & Dane, Ş. (2013). The effects of verbal encouragement and conscientiousness on maximal voluntary contraction of the triceps surae muscle in elite athletes. Journal of Sports Sciences, 982-988.

Bingjun, G., & Mingxue, L. (2007). Study on the development of e-sports and its athletes selecting. Jilin Sport Coll Journals, 23(1):70–1.

Bingöl, H., Bingöl, Ş., & Öner, İ. (2020). Covid 19'un Spor Sektörüne Etkisi. Tarih Okulu Dergisi, 1890-1909.

Bleakley, C. M., Charles, D., Porter-Armstrong, A., McNeill, M. D., McDonough, S. M., & McCormack, B. (2015). Gaming for Health: A Systematic Review of the Physical and Cognitive Effects of Interactive Computer Games in Older Adults. Journal of Applied Gerontology,, 166-189.

Bock, B. C., Dunsiger, S. I., Ciccolo, J. T., Serber, E. R., Wu, W. C., Tilkemeier, P., . . . Marcus, B. H. (2019). Exercise videogames, physical activity, and health: Wii heart fitness: A randomized clinical trial. American journal of preventive medicine, 501-511.

Bond, C. F., & Titus, L. J. (1983). Social facilitation: a meta-analysis of 241 studies. Psychological bulletin, 265-292.

Bowman, N. D., Weber, R., Tamborini, R., & Sherry, J. (2013). Facilitating game play: How others affect performance at and enjoyment of video games. Media Psychology, 39-64.

Böheim, R., Grübl, D., & Lackner, M. (2019). Choking under pressure-Evidence of causal effect of audience size on performance. Journal of Economic Behavior & Organization , 76-93.

Bredemeier, B. L., & Shield, D. L. (1995). Character development and physical activity. Champaign, IL: Human Kinetics Journal.

Burger, J. (2006). Kişilik, Çev. İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Büyükbaykal, G. N., & İli, B. (2020). E-Spor Kavramına Yönelik Araştırmaların Bibliyometrik Analizi. International Journal of Cultural and Social Studies, 572-583.

Caliguri, P. M. (2000). The Big Five Personality Characteristics As Predictors Of Expatriate's Desire To Terminate The Assignment And Supervisor-Rated Performance. Personnel Psychology, 71.

Can, Y. (2007). A Tipi ve B Tipi Kişilikler Bakımından Mobbing Kişilik. Kocaeli.

Carlson, E., Burger, B., London, J., Thompson, M. R., & Toiviainen, P. (2016). Conscientiousness and extraversion relate to responsiveness to tempo in dance. Human movement science, 315-325.

Cervone, D., & Pevin, L. A. (2016). Kişilik Psikolojisi - Kuram ve Araştırma. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Cohen, J. (1988). The effect size index: d. Statistical Power Analysis For The Behavioral Sciences, 2(1).

Cone, B. L., Levy, S. S., & Goble, D. J. (2015). Wii Fit exer-game training improves sensory weighting and dynamic balance in healthy young adults. Gait & posture, 711-715.

Connolly, L. J., Bailey, S. J., Krustrup, P., Fulford, J., Smietanka, C., & Jones, A. M. (2017). Effects of self-paced interval and continuous training on health markers in women. European journal of applied physiology, 2281-2293.

Cüceloğlu, D. (2003). İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çağlayan, H. S., & Fişekcioğlu, İ. B. (2004). Futbol seyircisini şiddete yönelten faktörler. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 127-142.

Dal, N. (2019). Sporda Sosyal Kolaylaştırma, Dal N. (Ed.). Spor Psikolojisinde Yeni Yaklaşımlar, Akademisyen Kitabevi A.Ş., Ankara, Sayfa: 1-12.

Dashiell, J. F. (1930). An experimental analysis of some group effects. The Journal of Abnormal and Social Psychology, 190-199.

Deen, G., Hammer, M., Bethencourt, J., Eiron, I., Thomas, J., & Kaufman, J. H. (2006). Running Ouake II on A Grid. IBM System Journal, 21-44.

Değirmenci, F. (2008). Örgütsel Sosyallesme ve Bireyin Kisilik Yapısı Arasındaki İlişkiler. İzmir: T.C. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demir, A., & Akın, M. (2018). 6 yaş grubu çocuklarda aktif video oyunları ve denge antrenmanların statik dengeye etkisinin incelenmesi. Journal of Human Sciences, 2376-2386.

Doğan, O. (2004). Spor psikolojisi: ders kitabı. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi.

Dorsey, P. (2014, Aralık 2). League of Legends' ratings top NBA Finals, World Series clinchers. ESPN: https://www.espn.com/espn/story/_/page/instantawesome-leagueoflegends-141201/league-legends-championships-watched-more-people-nba-finals-world-series-clinchers

Dota 2. (2016). The International Dota 2 Champoinships. Dota 2: http://www.dota2.com/international2016/overview/.

Durna, U. (2004). Stres, A ve B Tipi Kişilik Yapısı ve Bunlar Arasındaki Đlişki Üzerine Bir Araştırma. Celal Bayar Üniversitesi Đktisadi ve Đdari Bilimler Fakültesi Dergisi,, 199.

E Sports Federation of India. (2021, Nisan 10). Hakkımızda. E Sports Federation of India: http://esportsfederation.in/#about-us

Efe, M., Öztürk, F., Koparan, Ş., & Şenışık, Y. (2008). 14-16 Yaş Grubu Erkeklerde Voleybol Çalışmalarının Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Atılganlık Üzerine Etkisi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 69-77.

Ellison, K., & Freischlag, J. (1975). Pain tolerance, arousal, and personality relationships of athletes and nonathletes. Research Quarterly. American Alliance for Health, Physical Education and Recreation, 250-255.

Erden, M., & Akman, Y. (2006). Eğitim Psikolojisi. Ankara: Arkadaş Yayınevi.

Erdoğan, N., Zekioğlu, A., & Dorak, F. (2014). Hentbol Antrenörlerine Göre Sporcuların Performansını Psikolojik Yönden Etkileyen Faktörler Nelerdir? Nitel Çalışma. International Journal of Science, Culture and Sport, 194-207.

Eroğlu, F. (2015). Davranış Bilimleri. İstanbul: Beta Basım A.Ş.

Ewen, R. B. (2003). An İntroduction to Threories of Personality. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. Publishers.

Eysenck, H. J. (1967). The biological basis of personality. Springfield: C. C. Thomas.

Feist, J., & Feist, J. G. (2006). Theories Of Personality. New York: McGraw -Hill Education.

Fişek, K. (1997). İç Barışın Bütün Şartları Mevcut. Hürriyet Gazetesi, 18,23.

Foley, L., & Maddison, R. (2010). se of Active Video Games to Increase Physical Activity in Children: A (Virtual) Reality? Pediatric Exercise Science, 7-20.

Fromm, E. (1941). Escape From Freedom. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Furseth, I., & Repstad, P. (2013). Din Sosyolojisine Giriş Çev. Çapçıoğlu, İ.& Halil A., 2. Baskı. Ankara: Birleşik Yayınevi.

Gençoğlu, C. (2006). Üniversite Öğrencilerinin İyimserlik Düzeyleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

Gençtan, E. (2000). Psikanaliz ve Sonrası. İstanbul: Remzi Kitabevi.

George, A. M., Rohr, L. E., & Byrne, J. (2016). Impact of Nintendo Wii games on physical literacy in children: Motor skills, physical fitness, activity behaviors, and knowledge. Sports, 3.

Geukes, K., Harvey, J. T., Trezise, A., & Mesagno, C. (2017). Personality and performance in real-world competitions: Testing trait activation of fear of negative evaluation, dispositional reinvestment, and athletic identity in the field. Psychology of Sport and Exercise, 101-109.

Geukes, K., Mesagno, C., Hanrahan, S. J., & Kellmann, M. (2012). Testing an interactionist perspective on the relationship between personality traits and performance under public pressure. Psychology of Sport and Exercise, 243-250.

Gökdoğan, Ç. F. (1988). Ortaöğretime Devam Eden Ergenlerde Beden İmajından Hoşnut Olma Düzeyi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Graydon, J., & Murphy, T. (1995). The effect of personality on social facilitation whilst performing a sports related task. Personality and Individual Differences, 265-267.

Guerin, B., & Innes, J. M. (1982). Social facilitation and social monitoring: A new look at Zajonc's mere presence hypothesis. British Journal of Social Psychology, 7-18.

Güler, M. (2005). Artistik cimnastikle ilgilenen elit sporcuların kişilik yapısı, Yüksek lisans tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Bolu.

Güler, Z., Başpınar, N. Ö., & Gürbüz, H. (2001). İş Yaşamında Stres ve Kamu Kurumlarındaki Sekreterler Üzerine Bir Uygulama. Anadolu Üniversitesi Yayınları, 1322.

Güney, S. (2008). Davranış Bilimleri. Ankara: Nobel Yayın Dağım.

Haas, J., & Roberts, G. C. (1975). Effect of evaluative others upon learning and performance of a complex motor task. Journal of Motor Behavoir, 81-90.

Hamari, J., & Sjöblom, M. (2017). What is eSports and why do people watch it? Internet research.

Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M., & Krustrup, P. (2020). Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): specific recommendations for home-based physical training. Managing Sport and Leisure, 1-6.

Harb-Wu, K., & Krumer, A. (2019). Choking under pressure in front of a supportive audience: Evidence from professional biathlon. Journal of Economic Behavior & Organization, 246-262.

Hart, J., & Furnham, A. (2016). Personality and performance in eventing. Psychology, 1267-1275.

Hellrıiegel, D., Slocum, J. W., & Woodman, R. W. (1992). Organizationla Behavior. New York: West Publishing Company.

Hergenhahn, B. R., & Mathevw, H. O. (2003). An Introduction To Theories. Newjersay: Pearson Education.

Hill, Y., & Van Yperen, N. W. (2021). Losing the home field advantage when playing behind closed doors during COVID-19: Change or chance? Frontiers in psychology, 12.

Hollist, K. (2015). Time to be grown-ups about video gaming: the rising esports ındustry and the need for regulation. Ariz Law Rev, 57(3): 12.

Hürriyet. (2020, Ekim 12). Dota 2 International'ın Ödül Havuzu Rekor Kırdı. www.hurriyet.com.tr: https://www.hurriyet.com.tr/sporarena/dota-2-internationalin-odul-havuzu-rekor-kirdi-41633743

Ifrén, A. (2018). The influences of social facilitation on a muscular endurance bench press-test. Yüksek lisans tezi. Mittuniversitetet Mid Sweden University, Sundsvall.

İnanç, B. Y., Yerlikaya, E. E. (2009). Kişilik Kuramları. Ankara: Pegem Akademi.

İstengel, M. A. (2006). Okul Rehber Öğretmenlerinin Kişilik Özellikleri ve İş Stresleri Arasındaki İlişki Düzeyinin İncelenmesi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Ensitüsü.

Işık, U. (2017) Farklı Duyguları Tanımada Ciddi Serbest Zamana Katılımın ve İşitme Engelinin Rolü (Kişilik ve Duygusal Zeka Boyutlarıyla), Yayımlanmış Doktora Tezi. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Jiménez Sánchez, A., & Lavín, J. M. (2020). Home advantage in European soccer without crowd. Soccer & Society, 1-14.

Johnson, J. S. (1982). Sports Participation and Psychological Adjustment. International Social Science Journal, 273-276.

Kartal, M. (2020). Küreselleşme Bağlamında Türkiye'de E spor. Malatya: İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Kieran, D. (2017, Haziran 6). Why the Associated Press Stylebook went with esports, not eSports. www.espn.com: https://www.espn.com/esports/story/_/id/19860473/why-associated-press-stylebook-went-esports-not-esports

Kocadağ, M. (2017). Elektronik Spor Kariyeri ve Eğitim. Doğu Anadolu Sosyal Bilimlerde Eğilimler Dergisi, 49-63.

Kooiman, B., & Sheehan, D. D. (2015). Exergaming theories: A literature review. International Journal of Game-Based Learning, 1-14.

Kore E-Spor Birliği (KeSPA). (2020, Mayıs 26). What is the e spor? Kore E-Spor Birliği: http://e-sports.or.kr/?ckattempt=2

Korkman, H. (2003). Üniversite Öğrencilerinin Kisilik Tipleriyle Atıf Karmasıklığı Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması. İzmir: T.C. Dokuz Eylül Üniversitesi.

Koruç, Z., & Bayar, P. (1989). Sporun Kişilik Üzerine Etkileri, Araştırma Raporu. Ankara: Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü.

Koruç, Z., Koçaekşi, S., & Esenyel, C. (2007). Futbol Seyircisinin Futbolcu Üzerine Etkileri. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 11-24.

Köknel, Ö. (2005). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.

Kuru, E. (2000). Spor Psikolojisi. Ankara: Gazi Basımevi.

Kuru, E. (2003). Farklı statüdeki beden eğitimi bölümü öğrencilerinin kişilik özellikleri. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 175-191.

Kuru, E., & Baştuğ, G. (2008). Futbolcuların kişilik özellikleri ve bedenlerini algılama düzeylerinin incelenmesi. SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 95-101.

Küçük, V., & Koç, H. (2004). Psiko-Sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan Ve Spor İlişkisi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 131-142.

Laird, J., Lend, B., Mazin, A., Alex, K., & Devvan, S. (2000). Al characters and directors for ınteractive computer games. The Journal of Materials Chemistry A, 5-7.

Landers, D. M. (1980). The Arousal-Performance Relationship Revisited. Psychology Of Sport, 77-90.

Lau, A., Schwarz, J., & Stoll, O. (2019). Influence of social facilitation on learning development using a Wii Balanceboard™. German Journal of Exercise and Sport Research, 97-102.

Lee, D., & Schoenstedt, L. (2011). Comparison of eSports and Traditional Sports Consumption Motives. ICHPER-SD Journal of Research, 39-44.

Lee, H., Shin, J., Kim, D., & Park, J. (2020). Effect of verbal encouragement on quadriceps and knee joint function during three sets of knee extension exercise. Isokinetics and Exercise Science, 1-7.

Lieberman, D. A. (2006). Dance games and other exergames: what the research says? Universty of California, Santa Barbara.

Luthans, F. (1995). Organizational Behavior. New York: McGraw-Hill.

Mallas, G. R. (2019). The Relationship Between Perceive Stress,Personality, and Performance in Professional Soccer Players(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Drexel University.

Max, E. J., Feltz, D. L., Kerr, N. L., & Wittenbaum, G. M. (2018). Is silence really golden? Effect of encouragement from a partner or trainer on active video game play. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 261-275.

McCarrick, D., Wolfson, S., & Neave, N. (2019). Personality characteristics of UK Association Football referees. Journal of Sport Behavior, 493-508.

McCrea, R. R., & Costa, P. T. (2003). Personality in Adulthood. New York: Guildford Press.

Midgley, A. W., Marchant, D. C., & Levy, A. R. (2018). A call to action towards an evidence-based approach to using verbal encouragement during maximal exercise testing. Clinical physiology and functional imaging, 547-553.

Mirzaei, A., Nikbakhsh, R., & Sharififar, F. (2013). The relationship between personality traits and sport performance. European Journal of Experimental Biology, 439-442.

Morgan, C. T. (2000). Psikolojiye Giriş. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

Mustafaoğlu, R. (2018). e-Spor, Spor ve Fiziksel Aktivite. Ulusal Spor Bilimleri Dergisi, 84-96.

Neto, J. M., Silva, F. B., De Oliveira, A. L., Couto, N. L., Dantas, E. H., & de Luca Nascimento, M. A. (2015). Effects of verbal encouragement on performance of the multistage 20 m shuttle run. Acta Scientiarum. Health Sciences, 25-30.

Newzoo. (2018, Mart 1). Newzoo's Global Esports Market Report. Newzoo eSports: https://newzoo.com/wp-content/uploads/2017/06/Flagship_reports_Esports_factsheet.pdf

Newzoo. (2021, Mart 9). Viewership Engagement Continues to Skyrocket Across Games and Esports: The Global Live Streaming Audience Will Pass 700 Million This Year. https://newzoo.com/insights/articles/viewership-engagement-continues-to-skyrocket-across-games-and-esports-the-global-live-streaming-audience-will-pass-700-million-this-year/.

Norouzi, E., Hosseini, F., Vaezmosavi, M., Gerber, M., Pühse, U., & Brand, S. (2020). Zumba dancing and aerobic exercise can improve working memory, motor function, and depressive symptoms in female patients with fibromyalgia. European journal of sport science, 981-991.

Nurcahya, Y., Mulyana, D., & Sagitarius, S. (Eylül 2019). Relationship between emotional intelligence and physical fitness with football referee performance. In 3rd International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (s. 136-138). Bandung, Indonesia: Atlantis Press.

O'Donovan, C., Hirsch, E., Holohan, E., McBride, I., McManus, R., & Hussey, J. (2012). Energy expended playing Xbox Kinect™ and Wii™ games: a preliminary study comparing single and multiplayer modes. Physiotherapy, 224-229.

Ocakoğlu, O. (2020). Fiziksel Aktivite İçeren Sanal Gerçeklik Oyunu Oynayanların Egzersiz Motivasyonlarının İncelenmesi. Avrasya Spor Bilimleri Araştırmaları, 44-59.

Oh, Y., & Yang, S. (2010). Defining exergames & exergaming. Proceedings of Meaningful Play, 1-17.

Ohuruogu, B., Emeka, M., Chinyere, A. R., & Nwodeh, O. R. (2020). Effect of Audience on Concentration and Attentional Demands on the Performance of Athletes on Railwalking by Athletes of the University of Ibadan, Ibadan, Nigeria. Journal of Biology, Agriculture and Healthcare, 20-24.

Oktay, M. (2000). İletişimciler için davranış bilimlerine giriş. İstanbul: Der Yayınevi.

Okutan, E. (2010). Kişilik Özelliklerinin Tükenmişliğe Etkisi: Bir Örnek Olay İncelemesi, Doktora Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi.

Özdinç, Ö. (2005). Çukurova Üniversitesi Öğrencilerinin Sporun ve Spora Katılımın Sosyalleşme İle İlişkisi Üzerine Görüşleri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 77-24.

Özkalp, E. (2004). Davranış Billimlerine Giriş. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Özkan, E. M., & Özkan, A. (2018). A Survey on the Factors Being Affected from Spectators of Basketball Players. The Educational Review, 217-221.

Öztürk, K. F. (1998). Toplumsal Boyutlarıyla Spor. Ankara: Bağırgan Yayımevi.

Paksoy, E. (2014). Futbol fanatizmi, taraftar kimliği: beşiktaş çarşı taraftarlarının taraftarlıkla ilgili davranışlarının incelenmesi, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.

Park, S., & Catrambone, R. (2007). Social facilitation effects of virtual humans. Human factors, 1054-1060.

Pertev, E. (2006). A tipi ve B tipi kişilik özellikleri ile stres arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik bir araştırma, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Piedmont, R. L., Hill, D. C., & Blanco, S. (1999). Predicting athletic performance using the five-factormodel of personality. Personality and Individual Differences, 169-777.

Piepiora, P. (2021). Assessment of personality traits influencing the performance of men in team sports in terms of the Big Five. Frontiers in Psychology, 12.

Purewal, J., & Davies, I. (2019, Mart 4). The eSports Explosion Legal Challenges and Opportunities. American Bar Association TM: https://www.americanbar.org/groups/intellectual_property_law/publications/landslide/2016-17/november-december/esports-explosion-legal-challenges-opportunities/

Rhea, D. J., & Martin, S. (2010). Personality Trait Differences Of Traditional Sport Athletes, Bullriders, and Other Alternative Sport Athletes. International Journal Of Sports Science and Coaching, 75-85.

Rietkerk, R. (2021, Mart 9). Viewership Engagement Continues to Skyrocket AcrossGames and Esports: The Global Live Streaming Audience Will Pass 700 Million This Year. Newzoo: https://newzoo.com/insights/articles/viewership-engagement-continues-to-skyrocket-across-games-and-esports-the-global-live-streaming-audience-will-pass-700-million-this-year/

Robbins, P. A., & Judge, A. T. (2015). Örgütsel Davranış (Çev. Erdem İ.). Ankara: Nobel Yayınevi.

Robbins, S. P., Judge, T. A., Millett, B., & Jones, M. (2015). OB: the essentials. Pearson Higher Education.

Rodriguez-Morales, A. J., Gallego, V., Escalera-Antezana, J. P., Méndez, C. A., Zambrano, L. I., Franco-Paredes, C., . . . Cimerman, S. (2020). COVID-19 in Latin America: The implications of the first confirmed case in Brazil. Travel medicine and infectious disease.

Rogers, R. C. (1961). On Becoming a Person: A therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin.

Rokošný, I. (2018). Digital games as a cultural phenomenon: a brief history and current state. Acta Ludologica, 48-61.

Roşca, V. I. (2020). The Effect of Match Attendance on Team Performance in Basketball. Revista de Management Comparat International, 71-84.

Rudd, A. (2017). Sport spectator behavior as a moral issue in college sport. Journal of Amateur Sport, 96-114.

Salar, B., Hekim, M., & Tokgoz, M. (2012). To Compare Emotional State Of İndividuals Making Team And İndividual Sport 15-18 Age Group. Mehmet Akif Ersoy University Journal Of Social Sciences Institute, 123-135.

Salminen, S. (1993). The effect of audience on the home advantage. Perceptual and Motor Skills, 1123-1128.

Satman, C. (2014). Futbol Maçlarındaki Seyirci Topluluklarının Sesinin, Hakemlerin Kararları Üzerindeki Etkisi. Ankara Üniversitesi Spor Bilimleril Fakültesi, 147-154.

Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2002). Modern Psikoloji Tarihi, Çev. Yasemin Aslay. İstabul: Kanküs Yayınları.

Scoppa, V. (2021). Social pressure in the stadiums: Do agents change behavior without crowd support? Journal of economic psychology.

Seo, Y. (2013). Electronic sports: A new marketing landscape of the experience economy. Journal of Marketing Management, 13-14.

Sezen, G. B. (2016). Yarışma sporlarının ahlaksal amacı. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 47.

Shariati, M., & Bakhtiari, S. (2011). Comparison of personality characteristics athlete and non-athlete student. Islamic Azad University of Ahvaz. ProcediaSocial and Behavioral Sciences, 2312-2315.

Singer, R. N. (1972). Coaching Athletics And Psychology. Florida: McGraw-Hill.

Snyder, E. E., & Purdy, D. A. (1985). The Home Advantage in Collegiate Basketball. Sociology of sport journal.

Somer, O., Korkmaz, M., & Tatar, A. (2001). Kuramdan uygulamaya beş faktör kişilik modeli ve Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE). İzmir: Ege Üniversitesi Yay.

Somer, O., Korkmaz, M., & Tatar, A. (2002). Beş faktör kişlilik envanteri'nin gelifltirilmesi-ı: ölçek ve alt ölçeklerin oluşturulması. Türk Psikoloji Dergisi, 21-33.

Sors, F., Grassi, M., Agostini, T., & Murgia, M. (2020). The sound of silence in association football: Home advantage and referee bias decrease in matches played without spectators. European journal of sport science, 1-9.

Soysal, A. (2008). Çalışma yaşamındaki kişilik tipleri; bir literatür taraması. Çimento Endüstri İşverenleri Sendikası Dergisi, 22.

Staiano, A. E., & Calvert, S. L. (2011). Exergames for physical education courses: Physical, social, and cognitive benefits. Child development perspectives, 93-98.

Stine, K. A., Moxey, J. R., Gilbertson, N. M., Malin, S. K., & Weltman, A. L. (2019). Effects of feedback type and personality on 2,000-m ergometer performance in female varsity collegiate rowers. The Journal of Strength & Conditioning Research, 2170-2176.

Şimşek, M. (2005). Stres yönetimi programının bursa sanayi alanında çalışan personelin stres düzeyine etkisi, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Uludağ Üniversite Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

Şimşek, M., Şerif, T. A., & Çelik, A. (2008). Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış. Ankara: Gazi Kitabevi.

T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. (2017). Dijital Dünya'da Rekabet, e-Spor ve Topluluk Yönetimi Çalıştayı-Sonuç Raporu, Uluslararası Çocuk ve Bilgi Güvenliği Etkinlikleri Dijital Oyunlar Çalıştayları. http://cocukvebilgiguvenligihaftasi.com/wp-content/uploads/2017/11/BTK-espor10102017_Rapor_V2.pdf.

T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı. (2018, Nisan 6). E Spor Raporu. www.guvenlioyna.org.tr: https://www.guvenlioyna.org.tr/dosya/7UOTx.pdf

Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). Using multivariate statistics. Boston: MA: Pearson.

Taggar, S., Hackett, R., & Saha, S. (1999). Leadership Emergence in Autonomous Work Teams: Antecedents and Outcomes. Person-nel Psychology, 899-926.

Taşkıran, İ. B. (2019). Bir halkla ilişkiler aracı olarak e-spor sponsorluğu. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tatar, A. (2005). Çok boyutlu kişilik envanteri'nin madde-cevap kuramina göre kısa formunun geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi Doktora tezi. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler, İzmir.

Tatar, A. (2009). Beş Faktör Kişilik Modeline Dayalı Olarak Sporcu Kadın ve Erkeklerin Kişilik Profillerinin Karşılaştırılması. Spor Bilimleri Dergisi, 35-43.

Tate, D. F., Lyons, E. J., & Valle, C. G. (2015). High-tech tools for exercise motivation: use and role of technologies such as the internet, mobile applications, social media, and video games. Diabetes Spectrum, 45-54.

Thirer, J., & Rampey, M. S. (1979). Effects of Abusive Spectators' Behavior on Performance of Home and Visiting Intercollegiate Basketball Teams. Department of Physical Education, 1047-1053.

Tiryaki, Ş. (2000). Spor Psikolojisi. Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi.

Triplett, N. (1898). The dynamogenic factors in pacemaking and competition. the American journal of psychology, 507-533.

Türkiye E Spor Federasyonu. (2021, Nisan 4). Hakkımızda. Türkiye E Spor Federasyonu: http://tesfed.gov.tr/Sayfalar/3073/3072/Hakk%C4%B1m%C4%B1zda.aspx

Türkmen, M., & Özsarı, A. (2020). Covid-19 Salgını ve Spor Sektörüne Etkileri. International Journal of Sport Culture and Science, 55-67.

Uğur, A., Okutan, E., & .(ed). (2018). Sakarya Üniversitesi Çalışma Ekonomisi Ve Endüstri İlişkileri Seçme Yazılar-II. Sakarya: Sakarya Üniversitesi.

Uziel, L. (2007). Individual differences in the social facilitation effect: A review and meta-analysis. Journal of Research in Personality, 579-601.

Üçüncüoğlu, M., & Çakır, V. (2017). Modern spor kulüplerinin espor faaliyetlerine ilgi gösterme nedenleri üzerine bir araştırma. İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 34-47.

Varma, V. K., & Dang, R. (1979). Non Medical Use Of Drugs Amongst School And College Students. Indian Journal Of Psychiatry, 228.

Wagner, M. (2006). On the Scientific Relevance of eSports. On the Scientific Relevance of eSports, 437-442.

Weakley, J., Wilson, K., Till, K., Banyard, B., Dyson, J., Phibbs, P., . . . Jones, B. (2018). Show me, Tell me, Encourage me: The Effect of Different Forms of Feedback on. Journal of Strength and Conditioning Research, 2-22.

Wolfson, S., Wakelin, D., & Lewis, M. (2005). Football supporters' perceptions of their role in the home advantage. Journal of Sports Sciences, 365-374.

Woodman, T., Zourbanos, N., Hardy, L., Beattie, S., & McQuillan, A. (2010). Do Performance Strategies Moderate the Relationship Between Personality and Training Behaviors? An Exploratory Study. Journal of Applied Sport Psychology, 183-197.

Worringham, C. J., & Messick, D. M. (1983). Social facilitation of running: An unobtrusive study. The Journal of Social Psychology, 23-29.

Yanbastı, G. (1996). Kişilik Kuramları. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.

Yurtsever, H. (2009). Kişilik özelliklerinin stres düzeyine etkisi ve stresle başa çıkma yolları: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma, Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Yusof, A., & See, L. (2008). Sportscape Features And Team Quality: Implications On Spectators' Satisfaction And Future Attendance. The Journal Of Global Business Management, 76-82.

Yükçü, S., & Kaplanoğlu, E. (2018). E-spor Endüstrisi. Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi, 553-550.

Zajonc, R. B. (1965). Social facilitation. Science, 269–274.

Zel, U. (2001). Kişilik ve Liderlik. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Ziyagil, M. A., Tamer, K., Kabasakal, Ö., & Kayacan, Y. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel ve Sportif Etkinliklere Yönelik Eğilimleri. Ankara: Türkiye Üniversite Sporlar Federasyonu.

EKLER

EK-1. Kişisel Bilgi Formu – Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Form (5FKE-KF)

Cinsiyet: ( ) Erkek ( )Kadın Yaşınız..... Spor Dalınız..... Lisans Durumunuz ( ) Evet ( ) Hayır

Aşağıda insanların bazı özelliklerini tanımlayan cümleler verilmiştir. Lütfen dikkatlice okuyarak her ifadenin sizi tanımlamakta ne derece uygun olduğunu belirten seçeneklerden bir tanesini işaretleyiniz.

Eğer cümle sizi tanımlamakta;

Tamamen **U**ygunsa	baş harfleri olan	"**TU**" yu	(TU) BU ? PUD HUD
Biraz **U**ygunsa	baş harfleri olan	"**BU**" yu	TU (BU) ? PUD HUD
Pek **U**ygun **D**eğilse	baş harfleri olan	"**PUD**" yi	TU BU ? (PUD) HUD
Hiç **U**ygun **D**eğilse	baş harfleri olan	"**HUD**" yi	TU BU ? PUD (HUD)

daire içine alın. Eğer hiç bir seçenek size uymuyorsa veya **kararsızsanız** " **?** " ni daire içine alınız. Lütfen karar vermekte çok zorlanmadığınız sürece soru işaretini (**?**) kullanmayınız.

Bu anketteki hiç bir sorunun doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Bizim için önemli olan sizin samimi görüşünüzü almaktır. Lütfen cevaplarınızı **genel halinize göre, çoğunlukla nasıl olduğunuzu** düşünerek veriniz. Ayrıca olmak istediğinize göre değil, şu anda kendinizi nasıl görüyorsanız ona göre cevaplayınız.

Tamamen Uygun TU	Biraz Uygun BU	Kararsız ?	Pek Uygun Değil PUD	Hiç Uygun Değil HUD

1.	Çekingen bir insanım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**14.**	Emirlere uyarım.	TU	BU	?	PUD	HUD
2.	Her şeyi son dakikada yaparım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**15.**	Başkalarının göremediği güzellikleri fark ederim.	TU	BU	?	PUD	HUD
3.	Etrafımdaki insanları eğlendiririm.	TU	BU	?	PUD	HUD	**16.**	Her şeyi sorun haline getiririm.	TU	BU	?	PUD	HUD
4.	Farklı düşünen insanları anlarım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**17.**	Yabancı ortamlarda rahatımdır.	TU	BU	?	PUD	HUD
5.	Otoriteye saygı duyarım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**18.**	Zamanımı boşa harcarım.	TU	BU	?	PUD	HUD
6.	Düşüncelerimi hayata geçiremem.	TU	BU	?	PUD	HUD	**19.**	Bağışlayıp unutmaya çalışırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
7.	Coşkulu bir grupta olmaktan hoşlanırım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**20.**	Hayatımın bir yönü olmadığını hissediyorum.	TU	BU	?	PUD	HUD
8.	Başkalarını bağışlamakta güçlük çekerim.	TU	BU	?	PUD	HUD	**21.**	Çılgın hayallere dalmaktan hoşlanırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
9.	İnsanlara acı konuşurum.	TU	BU	?	PUD	HUD	**22.**	Kolayca kızmam.	TU	BU	?	PUD	HUD
10.	Değişiklik fikrinden hoşlanmam.	TU	BU	?	PUD	HUD	**23.**	Kendimi olduğumdan daha aşağıda görürüm.	TU	BU	?	PUD	HUD
11.	Çalışırken sıklıkla canım sıkılır.	TU	BU	?	PUD	HUD	**24.**	Şiddetli arzularımı kontrol edebilirim.	TU	BU	?	PUD	HUD
12.	Derin umutsuzluklara kapılırım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**25.**	Benden beklenenden fazlasını yaparım.	TU	BU	?	PUD	HUD
13.	Her şeye endişelenirim.	TU	BU	?	PUD	HUD	**26.**	Hiç okula gitmedim.	TU	BU	?	PUD	HUD

Tamamen Uygun TU	Biraz Uygun BU	Kararsız ?	Pek Uygun Değil PUD	Hiç Uygun Değil HUD

27.	Yalnız olmaktan hoşlanırım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**57.**	Kin tutarım.	TU	BU	?	PUD	HUD
28.	Başkalarına tepeden bakarım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**58.**	Kurallara sıkı sıkıya bağlıyımdır.	TU	BU	?	PUD	HUD
29.	Geçmiş hatalarımı düşünerek zaman harcarım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**59.**	Olayları analiz etmeye çalışırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
30.	Disiplinli bir insanım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**60.**	Ruh halim çok sık değişir.	TU	BU	?	PUD	HUD
31.	Rekabetten çok işbirliğine önem veririm.	TU	BU	?	PUD	HUD	**61.**	Kendi fikirlerimi oluşturmak isterim.	TU	BU	?	PUD	HUD
32.	Hayal kırıklıklarımın acısını başkalarından çıkarırım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**62.**	Aynı anda birçok şeyi idare edebilirim.	TU	BU	?	PUD	HUD
33.	Macera ararım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**63.**	Kahkahayla gülerim.	TU	BU	?	PUD	HUD
34.	Yapacağım işlerin listesini çıkarırım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**64.**	Eleştirileri kızmadan kabul edebilirim.	TU	BU	?	PUD	HUD
35.	Fırsatını buldum mu gösteriş yaparım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**65.**	Duygularımın altında ezilirim.	TU	BU	?	PUD	HUD
36.	Az konuşurum.	TU	BU	?	PUD	HUD	**66.**	Sivri dilliyim.	TU	BU	?	PUD	HUD
37.	Duygusal davranan insanları anlayamam.	TU	BU	?	PUD	HUD	**67.**	Vücut ağırlığım yüz elli kilonun altındadır.	TU	BU	?	PUD	HUD
38.	Düşünmeye iten filmleri severim.	TU	BU	?	PUD	HUD	**68.**	Göze girmek için insanlara yaranırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
39.	Kalabalıktan hoşlanmam.	TU	BU	?	PUD	HUD	**69.**	Her zaman faalimdir.	TU	BU	?	PUD	HUD
40.	Başkalarını memnun etmek isterim.	TU	BU	?	PUD	HUD	**70.**	Amaçlarıma ulaşmak için sıkı çalışırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
41.	Her zaman göründüğüm gibi değilimdir.	TU	BU	?	PUD	HUD	**71.**	Her zaman söylediğimi yapmam.	TU	BU	?	PUD	HUD
42.	Hazır cevap biriyimdir.	TU	BU	?	PUD	HUD	**72.**	Yeni hiçbir şey söylemem.	TU	BU	?	PUD	HUD
43.	Özürleri kolayca kabul ederim.	TU	BU	?	PUD	HUD	**73.**	Kolayca etki altında kalırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
44.	Arkadaşlarımı güldürürüm.	TU	BU	?	PUD	HUD	**74.**	Harekete bayılırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
45.	Başkalarına çok fazla önem veririm.	TU	BU	?	PUD	HUD	**75.**	Genellikle eşyaları yerine koymayı unuturum.	TU	BU	?	PUD	HUD
46.	Hiç baş ağrısı yaşamadım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**76.**	Okumaktan hoşlanırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
47.	Olaylara yalnız tek bir açıdan bakarım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**77.**	Kolayca kendimi baskı altında hissederim.	TU	BU	?	PUD	HUD
48.	Kendimi bir şeylere veremem.	TU	BU	?	PUD	HUD	**78.**	Duygularımı yoğun yaşarım.	TU	BU	?	PUD	HUD
49.	Kendimi anlamaya çalışırım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**79.**	Tehlikeli şeyler yaparım.	TU	BU	?	PUD	HUD
50.	İnsanları kolayca bağışlayabilirim.	TU	BU	?	PUD	HUD	**80.**	Bazen yalan söylemek zorunda kalırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
51.	İşleri planlayarak yaparım.	TU	BU	?	PUD	HUD	**81.**	Cesaretim çabuk kırılır.	TU	BU	?	PUD	HUD
52.	Yakalanmayacağımı bilsem dahi vergi kaçırmam.	TU	BU	?	PUD	HUD	**82**	Sonradan pişman olacağım şeyler yaparım.	TU	BU	?	PUD	HUD
53.	Sanata ilgi duymam.	TU	BU	?	PUD	HUD	**83.**	Konuşkan bir insanım.	TU	BU	?	PUD	HUD
54.	Sürekli aynı şeyleri yapmaktan hoşlanmam.	TU	BU	?	PUD	HUD	**84.**	Başkaları için uğraşmaktan hoşlanmam.	TU	BU	?	PUD	HUD
55.	Kolayca huzursuz olurum.	TU	BU	?	PUD	HUD	**85.**	İnsanlara güvenirim.	TU	BU	?	PUD	HUD
56.	Düzensizlikten rahatsızolma	TU	BU	?	PUD	HUD							

Ek-2 Etik Kurul Onay Yazısı

T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul Başkanlığı

Sayı : 40465587-050.01.04-296 23.12.2020
Konu : Etik Kurul

Sayın Doç. Dr. Utku IŞIK

Üniversitemiz Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kuruluna yapmış olduğunuz "**Online Bisiklet Kullanım Performansına, Online Seyircinin Etkisi: Kişilik Özelliklerinin Rolü**" isimli başvurunuz etik kurulumuz yönergesine göre 17.12.2020 tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, 2020/251 karar numarası ile bilimsel ve etik yönden uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Hüseyin Avni UYDU
Başkan

Tel :Fax : Bilgi : BURAK HANKAYA

Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanuna göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Kodu : 8485A024-B06C-4CEF-8B66-19FB42E279D8 - http://ebys.erdogan.edu.tr/EBYS/eimzadogrulam

Ek-3 Onam Formu

RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu

BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

Sizi Utku IŞIK tarafından yürütülen "Online bisiklet kullanım performansına, online seyircinin etkisi: kişilik özelliklerinin rolü" başlıklı akademik çalışmaya davet ediyoruz. Bu araştırma, bisiklet üzerinde sanal ortamda online olarak performans gösteren sporcuların kişilik özelliklerine göre yine sanal ortam da online olarak bulunan seyircinin etkisinin olup olmadığının; bir etkisi varsa bunun nasıl ve ne derece olduğu konusunda bize sunacağı ayrıntılı sonuçlar açısından önem arz etmektedir.

Araştırmada öncelikle sizden 10 dk. sürenizi alacak 1 ölçek doldurmanız istenecektir. Araştırmaya sizin dışınızda tahminen 19 kişi daha katılacaktır. Bu araştırmada katılımcılardan ilk olarak 85 soruluk beş faktör kişilik ölçeği doldurmaları istenecektir. Bu ölçekler doldurtulduktan sonra Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Spor Salonunda önceden hazırladığımız "home trainer" (ev bisikleti) makinesi üzerinden online olarak bağlanacağımız yerde uygulayacağımız programa katılmanız beklenir. Burada birinci araştırmacı Doç. Dr. Utku IŞIK, ikinci araştırmacı Muhammet Ali METOĞLU ve bir tane de bisiklet antrenörü eşliğinde ısınmanız gerçekleştirilecektir. Daha sonra home trainer ile bağlandığımız Zwift adlı program/uygulama ile 3 farklı haritada 20 şer dakika boyunca öncesinde 10'ar dakikalık ısınma yapılmak şartıyla bisiklet sürüşü yapmanız istenilecektir. Yapacağınız uygulama toplamda 100 dakika sürecektir. Aradan 2 hafta geçtikten sonra home trainer ile yine zwift adlı programa bağlanarak tekrardan bu sefer online seyirci kullanılarak gerçekleştirilecektir. Home trainer ile bisiklet sürüş performansı gösteren katılımcı online seyirciyi görebilecek; online seyirciler de katılımcının performansını çevrimiçi şeklinde takip edebileceklerdir. Ayrıca çalışma kapsamında yapılan ortaya konan performanslar kayıt altına alınacak ve araştırma kapsamında daha sonra incelenecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, sorulan sorulara samimiyetle cevap vermeniz ve çalışma programına düzenli bir şekilde katılmanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. **Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz.** Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya e-posta adresi ve numaralı telefondan ulaşabilirsiniz.

Araştırma tamamlandığında genel/size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının**:**

Adı-Soyadı: :.....

İmzası: …… Telefon: …… e-posta: ……..

İletişim bilgilerimin diğer araştırmacıların benimle iletişime geçebilmesi için "ortak araştırma havuzuna" aktarılmasını;

□ kabul ediyorum □ kabul etmiyorum (lütfen uygun seçeneği işaretleyiniz)

Velayet veya Vesayet Altında Bulunanlar İçin;

Veli veya Vasisinin

İmzası: …… Telefon: …… e-posta: ……..

Araştırmacının

Veli veya Vasisinin

İmzası: …… Telefon: …… e-posta: ……..

Ek-4 Tez Çalışma İzin Yazısı

T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 24151780-302.14-E.3 03.12.2020
Konu : Tez Çalışma İzni (Muhammet Ali METEOĞLU)

REKTÖRLÜK MAKAMINA

Enstitümüz Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Lisans Programı öğrencisi Muhammet Ali METOĞLU(Öğr. No:182807011)'nun yürütmekte olduğu "Online Bisiklet Kullanım Performansına Online Seyircinin Etkisi: Kişilik Özelliklerinin Rolü" başlıklı tez çalışması kapsamında; 2020-2021 Eğitim-Öğretim Yılında Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrencilere "5 Faktör Kişilik Envanteri" isimli anket çalışmasının uygulanması hususunda;

Gerekli izinlerin verilmesini olurlarınıza arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Hüseyin Avni UYDU
Müdür V.

OLUR

e-imzalıdır
Prof. Dr. Hüseyin KARAMAN
Rektör

Ek : Dilekçe ve Anket (3 s.)

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Zihni Derin Yerleşkesi – Fener Mahallesi 53100 Merkez/RİZE
sabe@erdogan.edu.tr
Tel :+90 (464) 2236126**Fax :**+90 (464) 213 05 33
Bilgi : ERKAN TOPAL Dahili: 1210
Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanuna göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Kodu : 6CD96B35-252D-4806-AB08-03ABDF78F032 - http://ebys.erdogan.edu.tr/EBYS/eimzadogrulam