



**SPORCULARDA BATIL İNANÇ, KENDİNE
GÜVEN VE REKABETÇİ YARIŞMA
KAYGILARININ İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Sinan SOLAK

Eskişehir 2023

**SPORCULARDA BATIL İNANÇ, KENDİNE GÜVEN VE REKABETÇİ YARIŞMA
KAYGILARININ İNCELENMESİ**

Sinan SOLAK

Yüksek Lisans Tezi

Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Erkan AKDOĞAN

(İkinci Danışman: Prof. Dr. Serdar KOCAEKŞİ)

Eskişehir

Eskişehir Teknik Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Ağustos 2023

Bu tez çalışması Eskişehir Teknik Üniversitesi BAP komisyonu tarafından kabul edilen 22LÖT259 no.lu proje kapsamında desteklenmiştir.

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Sinan SOLAK'ın "SPORCULARDA BATIL İNANÇ, KENDİNE GÜVEN VE REKABETÇİ YARIŞMA KAYGILARININ İNCELENMESİ" başlıklı tezi 18/08/2023 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından değerlendirilerek "Eskişehir Teknik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca, Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim dalında Yüksek Lisans olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

Unvanı Adı Soyadı

İmza

Üye

: Dr. Öğr. Üyesi Erkan AKDOĞAN

Üye

: Doç. Dr. İzzet KIRKAYA

Üye

: Doç. Dr. Ali Onur CERRAH

Prof. Dr. Semra KURAMA

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

15/08/2023

DANIşMAN ONAYI

Danişmanlığını yürüttüğüm Yüksek Lisans ğrencisi Sinan SOLAK, SPORCULARDA BATIL İNANÇ, KENDİNE GÜVEN VE REKABETÇİ YARIşMA KAYGILARININ İNCELENMESİ başlıklı tez çalışmasını tamamlamıştır. Hazırlamış olduğu tez tarafımda incelenmiş, ve öğrencinin tez savunma sınavına alınması bilimsel ve etik açıdan uygun görülmüştür.

Tez Danişmanı

Dr. Öğr. Üyesi Erkan AKDOğAN

ÖZET

SPORCULARDA BATIL İNANÇ, KENDİNE GÜVEN VE REKABERÇİ YARIŞMA KAYGILARININ İNCELENMESİ

SİNAN SOLAK

Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı

Eskişehir Teknik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Ağustos 2023

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Erkan AKDOĞAN

(İkinci Danışman: Prof. Dr. Serdar KOCAEKŞİ)

Bireyler hayatları boyunca, kontrol altına alamadıkları olayları, inanç sistemlerinde, sosyal hayatlarında ve zihin dünyalarında kabullenebilmek amacıyla hakikat ile ilgisi olmayan inançları sahiplenmektedirler. Bu sahiplenme bireyin tüm davranışlarını etki altına alan tutucu bir yapıya sahiptir. Esasında batıl inançlar, insanların dünyalarını daha yaşanılır kılan öte yandan akıl yoluyla açıklanamayan olayları, insanüstü güçlere yüklemeleri sonucunda ortaya çıkmaktadır. Bu açıdan batıl inançlar, insanoğlunun bilinçaltında bulunan tüm sorumluluk ve stresi ilahi mekanizmalara yüklediği bir olgudur. Kaygıları ile başa çıkamayan bireyler, batıl inanç ve davranışlara karşı daha yoğun eğilimli olmaktadır. Kuşkusuz, dinin özünde olan kaygı ve korku gibi duygular biz insanlarda asla yok edilemez. Fakat genellikle bilimsel ve dini bir dayanağı olmayan davranış ve inanışlara yönelik kaygı duygusu, bir şekilde azaltılabilir ve yönlendirilebilir.

Araştırmanın ana amacı, profesyonel futbol oyuncularının batıl inanç ve davranışlarını, yarışma durumluk kaygı düzeylerini, durumluk ve sürekli sportif güvenlerini çeşitli değişkenler açısından incelemek ve aralarındaki ilişkiyi tespit etmektir.

Anahtar Kelimeler: Batıl inanç, Kaygı, Sportif Kendine Güven

ABSTRACT

INVESTIGATION OF SUSPIRIT, SELF-CONFIDENCE, AND COMPETITIONAL CONCERNS IN ATHLETES

SİNAN SOLAK

Department of Movement and Training Sciences

Eskişehir Technical University, Institute of Graduate Programs, August 2023

Supervisor: Dr. Öğr. Üyesi Erkan AKDOĞAN

(Co-Supervisor: Prof. Dr. Serdar KOCAEKŞİ)

Individuals throughout their lives embrace beliefs that have no relation to the truth in order to accept events they cannot control in their belief systems, social lives, and minds. This adoption has a conservative structure that influences all of a person's behaviors. Superstitious beliefs actually arise as a result of attributing unexplainable events to supernatural forces, making individuals' worlds more livable. From this perspective, superstitious beliefs are a phenomenon in which humanity assigns all responsibility and stress in the subconscious to divine mechanisms. Individuals who cannot cope with their anxieties are more inclined towards superstitious beliefs and behaviors. Certainly, feelings such as anxiety and fear inherent in religion cannot be eradicated in us humans. However, the feeling of anxiety towards behaviors and beliefs that generally have no scientific or religious basis can somehow be reduced and directed.

The main purpose of the research is to examine the superstitious beliefs and behaviors of professional football players, their levels of situational anxiety, and their situational and dispositional sporting self-confidence in terms of various variables and to determine the relationship between them.

Keywords: Superstition Belief, Anxiety, Sportive Self Confidence

TEŞEKKÜR

Lisansüstü eğitimim ve tez çalışmam süresince büyük bir gayret ile bana yol gösteren, tecrübe ve referanslarını paylaşarak çalışmamı tamamlamamda büyük destek veren tez danışmanım değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Erkan AKDOĞAN'a saygılarımı ve teşekkürlerimi sunuyorum.

Tez çalışmam sırasında görüşlerini benimle paylaşan ve zaman ayıran, literatürdeki bilgilerinden faydalandığım değerli Prof. Dr. Serdar KOCAEKŞİ'e teşekkür ederim.

Çalışmalarımın analizleri aşamasında, deneyimini ve bilgisini esirgemeyen Arş. Gör. Ramazan TAŞÇIOĞLU'na teşekkür ederim.

Lisansüstü eğitimim boyunca derslerine katıldığım tüm hocalarıma, çalışmam için gönüllü olarak katılan ve destek olan tüm sporculara teşekkür ederim.

Hayatımın her alanında varlığıyla beni mutlu eden tez çalışmam sırasında desteğini esirgemeyen sevgili eşim Aysun Merve SOLAK' a teşekkür ederim.

Sinan SOLAK

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; bu çalışmanın Eskişehir Teknik Üniversitesi tarafından kullanılan “bilimsel intihal tespit programı”yla tarandığını ve hiçbir şekilde “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçları kabul ettiğimi bildiririm.

Sinan SOLAK

İÇİNDEKİLER

Sayfa

BAŞLIK SAYFASI.....	I
JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI.....	II
DANIŞMAN ONAYI.....	III
ÖZET.....	IV
ABSTRACT.....	V
TEŞEKKÜR.....	VI
ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMASI.....	VII
İÇİNDEKİLER.....	VIII
TABLolar DİZİNİ.....	XI
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Araştırmanın Amacı.....	4
1.2. Hipotezler.....	4
1.3. Araştırmanın Önemi.....	5
1.4. Varsayımlar.....	5
1.5. Sınırlılıklar.....	6
2. LİTERATÜR.....	7
2.1. Batıl İnanç Kavramı.....	7
2.2. Batıl İnanç Oluşum Nedenleri.....	8
2.2.1. Bilişsel nedenler.....	10
2.2.2. Psikososyal nedenler.....	11
2.2.2.1. Eşyanın ve olayların mahiyetini bilememek.....	11
2.2.2.2. Geleceği bilme arzusu.....	11
2.2.2.3. Korku, stres ve çaresizlik.....	12
2.2.2.4. Kutsallaştırmanın yön değiştirmesi.....	12
2.2.2.5. Güvenlik ve sosyal uyum ihtiyacı.....	12
2.2.2.6. Başarıya ulaşma ve kendinden emin olma.....	12

2.2.2.7. Belirsizlik duygusu.....	13
2.2.2.8. Sorumluluğu başka güçlere atfetme.....	13
2.3. Sporda Batıl İnanç.....	13
2.4. Sporcuların Yaptığı Batıl İnanç Davranış Örnekleri.....	15
2.4.1. Futbol ve batıl inanç.....	16
2.5. Sportif Kendine Güven Kavramı ve Özellikleri.....	18
2.6. Sportif Kendine Güven Modelleri.....	20
2.6.1. Bandura'nın öz yeterlilik kuramı.....	20
2.6.2. Harter'in öz yeterlilik kuramı.....	20
2.6.3. Vealey'in sportif kendine güven modeli.....	21
2.7. Sportif Özgüvenin Başarıya Etkisi.....	21
2.8. Kaygı Nedir.....	22
2.9. Kaygı Türleri.....	24
2.9.1. Sürekli kaygı.....	24
2.9.2. Durumluk kaygı.....	25
2.9.3. Bilişsel ve somatik kaygı.....	26
2.10. Spor Yarışmalarında Kaygı.....	27
3. YÖNTEM.....	28
3.1. Araştırmanın Modeli.....	28
3.2. Araştırmanın Katılımcıları.....	28
3.3. Veri Toplama Araçları.....	30
3.4. Kişisel Bilgi Formu.....	30
3.5. Sporda Batıl İnanç ve Davranış Envanteri.....	30
3.6. Durumluk Sportif Güven ve Sürekli Sportif Güven Envanterleri.....	31
3.7. Illinois Kendini Değerlendirme Envanteri.....	31
3.8. Verilerin Toplanması.....	32
2.9. İstatistiksel Analiz.....	32
4. BULGULAR.....	34

5. TARTIşMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	41
5.1. Tartışma.....	41
5.2. Sonuç.....	47
5.3. Öneriler.....	48
KAYNAKÇA.....	49

EKLER

ÖZGEÇMİş



TABLO DİZİNİ

Sayfa

Tablo 3.1. Çalışmaya Katılan Oyuncuların Demografik Özelliklerinin İstatistikleri.....	29
Tablo 3.2. Veri Toplama Araçlarının İç Tutarlılık Katsayıları.....	33
Tablo 4.3. Oyuncuların Oynadığı Lige Göre Karşılaştırma Sonuçları.....	35
Tablo 4.4. Oyuncuların Eğitim Düzeylerine Göre Karşılaştırma Sonuçları.....	36
Tablo 4.5. Oyuncuların Medeni Durumlarına Göre Karşılaştırma Sonuçları.....	37
Tablo 4.6. Oyuncuların Lisanslı Oynama Sürelerine Göre Karşılaştırma Sonuçları.....	38
Tablo 4.7. Oyuncuların Profesyonel Oynama Sürelerine Göre Karşılaştırma Sonuçları.....	39
Tablo 4.8. Oyuncuların Sportif Başarıya Verdikleri Öneme Göre Karşılaştırma Sonuçları.....	40
Tablo 4.9. Oyuncuların Yaşları, Batıl İnanç ve Davranışları, Yarışma Durumluk Kaygı Düzeyleri, Durumluk ve Sürekli Sportif Güvenleri Arasındaki İlişki Sonuçları.....	41

1. GİRİŞ

İnanç mekanizmaları insanların davranışlarını pek çok açıdan etkileyen önemli, unsurlardan biridir. İnanılan mefhumlar, tabii yaşamları üzerinde tam bir kontrol mekanizması kuramayan insanoğlunun psikolojik, toplumsal ve psiko-motor yönlerini düzenlemekte ve bu mefhumlar ibadet, ahlak sistemleri, çeşitli ritüeller ve batıl inançlar olarak dışa vurulmaktadır. Bu noktada batıl inançlar toplumların kültürel yaşantıları boyunca ortaya çıkmış, inanç açısından gerçekliği olmayan davranış örüntüleridir. Batıl davranışlar, temelde insanların kontrol mekanizması kurmadığı durum ve olaylara karşı aldığı bir tavır olarak bu olay ve durumları kontrol altına alma çabasından ortaya çıkan davranışlardır. Hayatlarını batıl inançlar çerçevesinde şekillendiren insanlar, genellikle karşılaştıkları olayların hayatlarına olan tesirlerini istedikleri yönde değiştirme amaçlamaktadırlar. Bu amaç için de bazı davranış örüntüleri ve uygulamaları düzenli olarak takip etmektedirler. Dolayısıyla batıl inançların çıkış noktasına baktığımızda çoğunlukla kaygı ya da endişe temelli yaşantılar karşımıza çıkmaktadır (Işık, Ağbuğa ve Elçi, 2015, s. 31-39).

Kaygı ve endişeleri sonucunda bir çıkış yolu arayan insan, batıl davranış ile bu davranışı sergilediği takdirde ortaya çıkan netice arasında mantıksal manada neden-sonuç ilişkisi kuramasa da bazı olağan olmayan, tedricen devamlılığı olan ve değişmeyen davranışları sergiler. Kişiye göre bu davranışlar pozitif etkileri barındırmaktadır. Genelde bu pozitif etkiler doğaüstü bir güç ile ilişkilendirilmektedir. Batıl davranışın tüm bu nitelikleri kaygı, endişe ve başarısızlık ihtimalinin oldukça fazla olduğu spor alanlarında da sıklıkla batıl olarak adlandırabileceğimiz hareketleri ortaya çıkarmaktadır. Bu açıdan sporcular özellikle en üst düzeyde performans sergilemeyi sağlamak amacıyla stres, endişe ve kaygı duydukları anlarda batıl inançlara başvurabilmektedirler. Bu davranışlar sayesinde sporcular, büyük oranda stres duyduğu durumlarda sportif faaliyetin anlık durumu ya da sonucu üzerinde kontrolü sağlayabilmeyi ummaktadırlar. Bu şekilde sporcunun süreç içerisindeki güven duygusu artmakta ve süreci kontrol altına aldığına inanan bireyin sakinleşmesini, korku ve endişeden uzaklaşmasını sağlamaktadır. Bu açıdan sportif mücadele düzeyinin arttığı ortamlarda sporcuların batıl uygulama ve davranışlara daha sık başvurumaktadırlar. Dünyada ve ülkemizde neredeyse tüm spor branşlarında en üst düzeyden en alt düzeye kadar pek çok sporcunun batıl davranışlar sergilediği görmekteyiz. Bu davranışlar aynı zamanda

sportif faaliyete katılım yoğunluğunu artırma açısından sporcuları güdülemektedir (Barut, A.İ. 2008).

Batıl inanç veya adına batıl davranış diyebileceğimiz inanışlar genelde olumsuz ve dini referansları olan kavramları akla getirir. Sportif anlamda, günlük hayatımızda saçma ve akla yatkın gelmeyen davranışlar, sporcular tarafından maç veya müsabaka öncesi, müsabaka sırasında veya sonrasında genelde bir ritüel havasında yapıldıklarını görebiliriz. Bu davranışları geniş mana da açıklamadan önce televizyonda bir spor müsabakası izlerken bile görüp garipsemediğimiz, sporcular tarafından adım atmaktan farkı olmayan bu davranışların pek çok farklı örnekleri göz önüne gelmektedir. Futbol maçı öncesinde sahaya giren oyuncunun çimlere dokunması, üst seviye de tenisçilerin set veya maç sayıları için servis atmadan önce aynı topla servis atma isteği, sporcuların müsabakalara ve antrenmanlara aynı spor ekipmanları ve kıyafetlerle çıkması gibi sayılabilecek batıl inanç davranışları vardır ve sporcular tarafından davranış olarak yerine getirmektedir (Kurudirek, M. İ. 2018)

Spor alanında genel olarak gösterilen batıl inanç davranışları, spor branşını icra eden ve sporu izleyen seyirciler arasında ortak bir olan totem kavramıyla da açıklanmaktadır. Totem davranışlar örneklerinde; aynı formayı giyme, aynı adımla müsabaka alanı girme, evde izleyici içinde aynı koltukta veya sürekli izlediği yerde müsabakayı takip etme gibi sayısız adına totem denen aslında batıl inanç eğilimi olan davranışlar söz konusudur (Çakmak, R. F. 2019).

Sporcular branşına özgü fiziksel hareketleri yerine getirmek ve sürekli uygun olmak adına davranışsal ve zihinsel stratejiler kurgularlar. Bu stratejiler teknik yeterlilik, gevşeme, odaklanma ve baş etme stratejileri olarak isimlendirebilir. Sporcular performanslarını en üst düzeye getirmek için kullandığı bu stratejilerinin bazı noktalarında batıl inançlar ve çeşitli ritüellerde yer almaktadır. Womack'ın sporda batıl inanç tanımlaması şöyledir; sporcuların şansı ve diğer dış faktörlerin kontrolünde kendilerini daha güçlü hissettikleri durumlarda hareketlerin devamlı, tekrarlı, biçimsel, ardışık ve teknik performanstan farklı olması durumudur (Womack, M. 1992).

Batıl inanç davranışların sıkça kullanıldığı; fiziksel becerilerin ön planda olduğu ve sportif anlamda başarısızlıkların yüksek olduğu sporlarda tercih edildiği görülmektedir. Batıl inanç ve davranışların sporcu kimliğine sahip kişilerin en iyi ve uygun performansı gösterebilmek için kaygı, stres ve riskli durumları ve duygu olarak sabit kalmayı ifade etmek

için kullanıldığı söylenmektedir. Aşırı stresli bir spor dalında mücadele eden sporcular sonucun önemli olduğu ve sonuç odaklı etkinliklerde batıl inanç yönelimleri daha yüksek olmaktadır. Batıl inanç davranışı gösteren sporcu kendine güven duygusunu artırırken yaşadığı durumu kontrol altına alma ve sabitlik hissi sayesinde sporcu sakin kalma süresini uzatarak heyecan hissini minimize ederek, kaygı durumunu üzerinden atmaya ve mümkün olduğunca yatıştırdığı açıklanmıştır (Womack, M. 1992).

Malinowski batıl inanç ve davranışlara sporcuların yönelmesinin başlıca ve en önemli nedeninin gelişen koşullarda sporcunun ve kişilerin kaygı seviyesinin yükselmesi ve sonuç hakkında belirsizlik ve yine müsabaka, mücadelenin seviyesi, baskısı ve gerilimin sporculara müsabaka ilgili kontrol hissi elde etmek için batıl inanç ve davranışları kullanmaya yönelmeye sevk ettiğini belirtmiştir (Malinowski, B. 2002).

Sporcular heyecanlarını dindirmek ve tansiyonlarını düşürmek adına bazı ritüellere başvururlar. Sporcuların yaşadığı bu gerilimler, müsabaka öncesinde veya müsabakayı icra ettiği sırada kendiliğinden geliştirdikleri yorgunluk hissiyatı, kendisinden şüphe etme gibi düşüncelerin içine düşme ve hatta titreme gibi psikolojik tepkimeler içinde olduğu duygular yaşayabilir. Bu tepkimeleri ve gerilimleri spor branşına ve rakibine göre değişkenlik gösterebilmektedir. Mücadele eden iki takım veya rakip arasında uçurum yakınsa belirsizlik önemli bir bileşen haline gelmektedir. Bir tarafın kendine güveniyor olması ve rakibini geçiyorsa olası belirsizlik düşük seviye de kalmaktadır. Yine bir takım diğer takım kadar iyi ve birbirlerine eşitse belirsizlik oranı daha yüksek olmaktadır. Genel manada rakiplerin birbirleri arasında kuvvet, güç yakınlığı belirsizliği ortaya çıkarır. Sonuç olarak belirsizliklerin yüksek olursa mücadelenin psikolojik tarafı da aşırı yüksek olmaktadır. Batıl inançlar, sonucun önemi noktasında şiddetini kendi içinde belirler. Sonucun önemli olmadığı veya bu yönde içsel kabul olması durumunda sporcu daha az gerginlik yaşayarak daha rahat performans göstermektedir. Buna karşın sporcu mücadelenin aşırı önemli olduğu sonucun kariyerini şekillendirdiği spor müsabakalarında tedirginlik, kas yorgunluğu ve mücadele ile ilgili takıntı seviyesine gelebilecek düşünceler içinde olabilmektedir. Buna en basit final olarak çıktığı mücadele de antrenman yaptığı sıradaki rahatlığından çok uzak stres altında kalmakta ve batıl inançlara yönelmektedir. Temel olarak batıl inançlara yönelim sonuçların önemi göre aşağı yukarı eğilim ve grafik göstermektedir. Batıl inanç eğilimi yüksek olan

sporcu da sonucu kontrol altına almak içinde bulunduğu stres durumunu aşağı çekmek ve kendine dayanak olması adına batıl inanca sarılır (Malinowski, B. 2002).

Bu bölümde araştırmanın amacına, hipotezlerine, önemine, varsayımlarına ve sınırlılıklarına yer verilmiştir.

1.1 Araştırmanın Amacı

Araştırmanın ana amacı, profesyonel futbol oyuncularının batıl inanç ve davranışlarını, yarışma durumluk kaygı düzeylerini, durumluk ve sürekli sportif güvenlerini çeşitli değişkenler açısından incelemek ve aralarındaki ilişkiyi tespit etmektir.

1.2 Hipotezler

Araştırmanın amacı doğrultusunda kurulan hipotezler şunlardır:

- 1- Profesyonel futbol oyuncularının oynadıkları ligler arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.
- 2- Profesyonel futbol oyuncularının eğitim düzeyleri arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.
- 3- Profesyonel futbol oyuncularının medeni durumları arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.
- 4- Profesyonel futbol oyuncularının lisanslı oynama süreleri arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.
- 5- Profesyonel futbol oyuncularının profesyonel oynama süreleri arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.

6- Profesyonel futbol oyuncularının sportif başarıya verdikleri önem düzeyleri arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.

7- Profesyonel futbol oyuncularının yaşları, batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri arasında anlamlı ilişki vardır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Bu araştırmanın önemi, Türkiye Futbol Federasyonu'nun (TFF) 2022-2023 futbol sezonunun profesyonel futbol kulüplerinde mücadele eden futbolcuların; batıl inanç, sportif kendine güven ve rekabetçi yarışmacı kaygılarının incelenmesidir. Literatürde futbolcuların batıl inanç davranışlarının eğilimlerinin tespit edildiği gözlemlendi. Çalışmamızda batıl inanç eğilimlerinin yanında futbolcuların sportif kendine güvenlerinin ve hayatlarını ikame ettikleri sporun sürekli başarı beklentisi karşısında rekabetçi yarışma kaygı durumlarının da incelenmesi amaçlandı.

1.4. Varsayımlar

Araştırma kapsamında kabul edilen varsayımlar şunlardır:

- 1- Araştırmaya katılan oyuncuların veri toplama araçlarını içtenlikle doldurdukları varsayılmıştır.
- 2- Araştırmaya katılan futbolcuların anket maddelerini doğru anlayarak cevapladıkları varsayılmıştır.
- 3- Bu araştırmada yer alan bulguların, uygulanan istatistik yöntemlerin ve değerlendirmelerin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıkları şunlardır:

- 1- Bu araştırma TFF 2022 – 2023 futbol sezonunda aktif futbol oynayan TFF lig takımlarında profesyonel sözleşmesi olan 165 futbolcularla sınırlıdır.
- 2- Çalışmanın sonuçları Sporda İnanç ve Davranış Envanteri, Sportif Güven Envanteri, Yarışma Durumluk Kaygı Envanterinin sporcular tarafından yanıtlanmasıyla sınırlıdır.
- 3- Futbolcular tarafından cevaplandırılan anketler objektif ve sınırlı zamanlar içerisinde cevaplandırılmıştır.

2. LİTERATÜR

Bu bölümde araştırmada ele alınan kavramlara dair literatür bilgisi sunulmuştur.

2.1. Batıl İnanç Kavramı

İnsanlık tarih boyunca inanmak en temel ihtiyaçlardan biri olmuştur. Yaratılışı gereğince insan, çeşitli inanç eğilimlerine sahip olmuştur. Çeşitlilik yalnızca inanç sistemi kurmuş büyük dini inançlardan ibaret değildir. Kurumsallaşmış dinler dışında büyüsel, mistik ve bilimsel verilerle desteklenen inançlarda vardır (Arslan, 2011).

İnanç kavramı, kişinin iç dünyasına ait bir algılama ve sentezleme sürecidir. Kişinin inancı, inandığı kavram hakkında öğrendiği bilgiler oranında şiddetlidir. Bu nedenle inanç kişinin günlük hayatını ve davranışlarını etkileyen, farklı öğrenme yöntemleriyle kazanılan kişinin düşünce varlığı olarak tanımlanır (Eyüpoğlu, 1987).

İnanç bir anlam mekanizmasıdır ve toplumsal bir düşün aktivitesidir. İnanç öğretiler bütünü olması yanında toplum içinde gizil öğrenmeler yoluyla da aktarılmaktadır (Eyüpoğlu, 1987).

İnanç, bireylerin ve toplumların gerçekliğine inandığı ve bunu mutlak kabul olarak gördükleri olumlu veya olumsuz düşünceler bütünüdür (Eyüpoğlu, 1987).

İnanç, kişinin hayatına anlam ve amaç katar. Zor zamanlarında güç veren ve geleceği dair umut veren bir güç mekanizmasıdır. Toplumsal düzeyde inanç, insanların bir araya gelmesini ve kendi aralarında ortak dil oluşmasını sağlar. Toplumsal birliğin oluşması ve toplumu biraya getirmesi açısından inanç önemli bir bağdır (Schüle, 2008).

Modern insan bilgiye erişmek konusunda sınırsız imkanlara sahiptir. İnsanın bilgi ve inanç ihtiyacı birbirine paralel olarak artmakta, bilginin sonsuz artışı inanç ihtiyacını arttırmaktadır (Schüle, 2008).

Batıl inanç Türk Dil Kurumu sözlüğünce ‘doğaüstü olaylara, gizli ve akıl dışı güçlere, kehanetlere aşırı derecede bağlı boş inanç’ olarak tanımlanmıştır (<http-1>).

Batıl inanç bireyin yaptığı davranışla sonucu arasında bağlantı olmamasına rağmen, bireyin yaptığı davranışın kendisi için faydalı ve olumlu olduğunu düşünme eğilimidir.

Batıl inançların ortaya çıkışı ve sahiplenilmesi değişik nedenlerle ortaya çıkmaktadır. Olayların akışı ve mantık çerçevesi içinde bir bağlantı olmayan bir nesne, obje, hareket veya şartlanmanın sonucunda değişiklik gösterebileceğine inanma durumudur (Damisch, 2010).

Batıl inanç davranışlarına başvuran bireyler, içinde bulunduğu sorunları aşamayacaklarını, gelecekte bu sorunların devam edeceği düşüncesi ve kaygısı nedeniyle sorunların çözümü ve etkisini azaltma çabası olarak batıl inançlara başvururlar (Arslan, 2004).

Skinner batıl inanç için, kazançları sürekli olmayan ve kalıcılıktan uzak davranış şartlanma süreci olarak bahseder. Bir pekiştirici, yani kişinin faydasına olan bir olgunun ortaya çıkışı ve bu davranışın ortaya çıkmasına neden olan davranış hareketini batıl inanç olarak tanımlamıştır.

Batıl inançlar bir topluluk tarafından genel geçer kabulü olan, genellikle semavi dinlerin öğretilerinden olmamasına rağmen dinlerin bir hükmü gibi düşünülen, nesilden nesile aktarılan inançlar bütünüdür (Karaoğlu, 2000).

Batıl inançlar kişinin günlük hayatını kendisi adına daha yaşanır bir hale getiren, mantık süzgecinde kendisine de abes gelen davranışları olarak kabul etse de yapmaya devam ettiği, yapmadığında kötü olayların başına geldiğini düşündüğü zihinsel tepkilerin hareket geçme halidir.

2.2. Batıl İnanç Oluşum Nedenleri

Batıl inançların oluşma nedenleri hakkında yapılan araştırmaların tarihsel süreç ve din kavramının arka planda etkinliği detaylı olarak araştırma konusu olmuştur. Batıl inançların oluşma sürecinde bilişsel ve psikososyal nedenleri vardır (Ayhan ve Yazar, 2005).

Bireyler çevresindeki uyarıcılarla sürekli etkileşim halindedir. Bu etkileşim süresince olaylar arasında bağlantılar kurmaya çalışır. Bu olaylar bazen doğruyu gösterse de yanlış yorumlara da sebep olabilmektedir. Çoğu batıl inancın temelinde de böyle bir yanlış yorum yanlıgısı söz konusudur (Ayhan ve Yazar, 2005).

İnsanlar günlük hayatında önüne çıkan maddi ve manevi sorunları aşmada çaresiz ve çözümsüz kaldıklarında batıl inanç davranışlarına yönelmektedir. İnsanların geleceği tahmin edememe ve başına gelecek olayların kontrol altına alma isteği, düşünceleri kendi kültürel değerleriyle harmanlayıp ritüel oluşturmaktadır. Bu davranışlar batıl inançların toplumsal nitelik kazanmasını sağlamaktadır (Ayhan ve Yazar, 2005).

Batıl inançlar çoğunlukla yanlışlar üzerine oluşmaktadır. Kişi deneme yanılma ve rastlantısal olaylar arasında neden sonuç ilişkisi nedeniyle batıl inanç davranışları yapmaktadır (Ayten ve Köse, 2012).

Batıl inançların kişide sürekliliğini sağlayan en önemli sebep kişinin yaptığı davranış sonrasında kendisine yarar getirdiğini düşünmesidir. Kişi davranışının mantıklı açıklamasını yapamasa da sürekli aynı sonucu bekleme isteği batıl inancı sürdürme eğilimindedir (Ayten ve Köse, 2012).

Stres ve kaygı durumları, geleceği bilme arzusu, güvende hissetme, başarılı olma isteği gibi nedenler batıl inanç rutinlerinin devamlılığını sağlamıştır (Ayten ve Köse, 2012).

Skinner batıl inanç için, kazançları sürekli olmayan ve kalıcılıktan uzak davranış şartlanma süreci olarak bahseder. Olumlu sonuç doğuran davranış, belirli bir düzenle tekrarlanması ve sonuca ulaşması tesadüfi bir pekiştirmeye neden olabilmektedir. Davranış ve olumlu sonuçların ara ara denk gelmesi sonraki süreçlerde olumlu pekiştirme olmasa bile davranışın kişide kalıcı hale gelip sürekli tekrarlanmasına neden olmaktadır.

Batıl inanç davranışlarının oluşması temelde kişinin kişisel istek ve taleplerinin, kaygı anlarında yaşadığı stresten uzaklaşma isteğinin bir parçasıdır. Kendisi için olumlu sonuçlar ortaya çıkacak davranışın çeşitli ihtimaller ve deneme yanılma yoluyla bulmaya çalışması ve olumlu sonuçlanan davranış sonrasında aynı davranışının kalıcı hale gelmesi bu sürecin bir neticesidir (Burger ve Lynn, 2005).

2.2.1. Bilişsel nedenler

İnsanın bilişsel işleyişi gereği, olaylar ve nesneler arasında çeşitli bağlantılar kurmayı ve süreci bu şekilde algılamayı ister. Neden sonuç ilişkisi içinde bazen bağlantıları yanlış oluşturabilir. Yanlış bağlantılarla oluşan davranışlar batıl inanca dönüşebilmektedir. Kişi bu süreci benzerlik ve temas kuralı adı verilen iki kalıpla tamamlamaktadır (Ayhan ve Yazar, 2005).

Benzerlik kuralının etkin olduğu batıl inanç davranışlarında, istenilen etkinin ancak davranışın taklidini yaparak ortaya çıkacağına inanır. Farklı bir ifade ile batıl inancın temelinde birbirine benzeyen uyarıcıların tıpatıp aynı olduğu yanılgısı söz konusudur. Temas kuralında ise, batıl inanç davranışı canlıya yaptığı etki ve temasın sona ermesine rağmen kişiye etkinin devam ettiğini düşünmesidir (Ayhan ve Yazar, 2005).

Davranışçı kuramın geliştiricilerinden bir olan Skinner batıl inanç davranışını ‘güvercinlerin verdikleri tepkilerin şans eseri pekiştireçlerle ilişkilendirilmesinden kaynaklı stereotipik ve tekrarlanan davranışlar olduğunu’ ifade etmiştir. Skinner tarafından 1948 yılında yapılan batıl davranış ile ilgili ilk deneydir.

Bahsi geçen deneyde, aç bir güvercin yiyecek mekanizması olan bir kutuya konmuştur. Aç olan güvercin gözüyle gördüğü yiyecekleri ulaşamamaktadır. Önceden belirlenen 30 saniyelik periyotla yiyecekler güvercine verilmektedir. Deneyin neticelenmesinden sonra Skinner, güvercine yiyecek verilmeden hemen önce aynı davranışları tekrarladığını keşfetmiştir. Bu davranışlar ise tek ayağının üstünde bekleme, zıplama ve etrafında dönmedir. Güvercinin sergilediği davranışların yiyeceğin verilme aralığıyla hiçbir ilgisi yoktur. Güvercinin zıplaması sonrasında yiyeceğin gelmesini öğrenmesi davranışı tekrar etmesine neden olmuştur. Bu rastlantı örgüsünde, güvercin yiyecek gelmesi için hep aynı davranışları yapmıştır. Skinner deney sürecini batıl davranışların yaratılması olarak tanımlamıştır.

Festinger tarafından oluşturulan ‘bilişsel çelişki’ kuramı insanın daima tutarlılık içerisinde olma eğiliminden söz eder. Kuramın özelliği davranışın ve tutumların birbiriyle aykırı haline gelmesi bilişsel çelişkiye neden olmaktadır. Kişinin davranışları ve tutumlarının uyumlu halde olması bir rutindir. Davranış ve tutumların çelişkiye düşmesi kişide aşılması gerekli olan gerilim yaratır. Gerilim ancak çelişkinin sona ermesi ortadan kalkabilir.

2.2.2. Psikososyal nedenler

Batıl inançlar karmaşık bir şekilde psikososyal etmenlerle ilişkilidir ve kişiler arasında farklılıklar göstermektedir. Batıl inançların bilimsel olarak açıklanamayan yönleri nedeniyle, bireylerin bu düşünce kalıplarını değiştirmesi veya terk etmesi zor olabilmektedir. Her batıl inancının oluşma nedeni farklı olabilmektedir. Bu sebeple batıl inanç davranışları tek boyutlu açıklama getirmek zorlaşmaktadır. Bir batıl inancın özünde birden farklı neden olabilir ve tüm davranışlar için farklılık gösterebilir. Bu açıdan batıl inançların oluşmasında sosyolojik, psikolojik ve kültürel pek çok neden bulunabilir (Ayten ve Köse, 2012).

2.2.2.1. Eşyanın ve olayların mahiyetini bilememek

Toplumbilimci araştırmacılara göre, eski ilkel uygarlıklardaki insanlar gelişen olayları kontrol edemedikleri ve yaşananların gerçek nedenleriyle açıklayamadıkları zamanlarda, çevresinde ve doğada bulunan nesnelere gizem ve kutsallık yükleyerek büyü, sihir ve çeşitli ritüellerle ortaya çıkan batıl inançlara yöneldiğini belirtmiştir. Günlük hayatlarında kullandıkları eşyaların çeşitli güçlerle donatıldığını ve bu eşyaların bu kutsallık nedeniyle kişisel ihtiyaçlarını karşıladıklarını düşünmüşlerdir (Ayten ve Köse, 2012).

Çevresindeki büyük kaya veya dağların kutsal olduğu ve saygısızlık yapılırsa başlarına uğursuzluklar geldiğine inanmışlardır. Tüm bu anlatılar çerçevesinde modern insanın da aynı zihin açıklamalarıyla günlük hayatını devam ettirdiği bilinmektedir. Nitekim günümüz bireyleri nedenini bilmedikleri ve açıklayamadıkları olayları insanüstü güçlere yorma ihtiyacını devam ettirmektedir (Ayten ve Köse, 2012).

2.2.2.2. Geleceği bilme arzusu

İnsan zaman kavramını zihinsel olarak algıladığında gelecekle ilgili olumlu olumsuz kaygılar içerisinde adım atmaktadır. Merak duygusunun baskın olduğu bireyler, geleceği bilme ve öğrenme arzusuna karşı koyamaz. Bu arzunun tüm batıl inançların temelinde olan kişisel fayda olduğu düşünülmektedir. Kişi kendisini olumlu ve olumsuz olaylara karşı hazır tutma ve bundan fayda sağlama emelindedir (Ayten ve Köse, 2012).

2.2.2.3. Korku, stres ve çaresizlik

Korku, stres ve çaresizlik batıl inanç davranışlarına zemin hazırlayan etkenlerdendir. İnsan korku ve stres anlarında kontrol duygusunu kaybeder. Zihinsel gerilimini çözebilmek için zaman zaman batıl inançlara başvurur. Başvurma nedeni ise, bir an önce bulunduğu duygudan çıkma, başına gelen talihsizlik defetme veya başına gelmemesini isteme ve en önemli neden olacaktaki kendini rahatlatma isteğidir (Tarhan, 2010).

2.2.2.4. Kutsallaştırmanın yön değiştirmesi

İnsanlık günümüz modern hayatına inanmak ve inançlarının öğretileriyle gelmiştir. İnsanlık tarihi boyunca inanma ihtiyacında hiçbir boşluğun olmadığı görülmektedir. İnsanlardaki inanma ihtiyacı, genel geçerliği kabul görmüş inanç sistemleri ile tatmin edilemediğinde yerini batıl inançlara bıraktığı görülmüştür (Tarhan, 2010).

2.2.2.5. Güvenlik ve sosyal uyum ihtiyacı

Güvende olma hissi insanın varoşundan beridir en temel ihtiyaçlarından biridir. Güvenli ortam kurma ve yaşama ihtiyacı farkında olmadan bazı batıl inançları da içerisinde barındırmıştır. Birey ancak güvende hissettiği ortamlarda kendisini rahat hissetmektedir. Kaza ve beladan korunmak için muska takması, nazar olmasın diye yaşadıkların alanlara nazar boncuğu asması güvende olma duygusunun batıl inançlara yansımadır. Sosyal uyum ihtiyacında, kişi tamamen inanmadığı veya yapmadığı bir batıl inanç davranışını gruba dahil olmak ve ait hissetmek için yapabilmektedir. Kahve falının kendisi için hiçbir ifade etmediği halde kalabalık ortamda herkesin bu davranışı yapması ve kendi sininde kahve falına

baktırması, kişinin gruba uyum adına yaptığı batıl inanç davranışı olarak örnek verilebilir (Ayten ve Köse, 2012).

2.2.2.6. Başarıya ulaşma ve kendinden emin olma

Bireyler hayatları boyunca iyi bir gelecek, yüksek maddi kazanç ve sosyal statü alanlarında yaşama isteği ve talepleri vardır. Hedeflerine ulaşma isteğinde kendi güçlerinin yetmediği yerlerde batıl inançlara başvurarak arzularına ulaşmak istemektedirler. Sporcuların yarışma öncesinde uğurlu olduğunu düşündüğü kolye ve objelere dokunması örnek olarak verilebilir (Tarhan, 2010).

2.2.2.7. Belirsizlik duygusu

Bir olayın sonuçları kişi için ne kadar mühimse, kişi yaşadığı belirsizlik durumunu daha fazla ciddiye alarak yoğun bir gerilim yaşar. Bu süreç kişiyi batıl inanç davranışları yapmaya yöneltebilir (Tarhan, 2010).

Gelecek kaygısının çok yoğun olduğu zamanlarda, insan geleceği ile ilgili bilinmezlikler yerine kötü de olsa karşılaşacağı durumu bilmeyi ister. Kişiden bağımsız çevresel faktörlere bağlı olan durumlarda batıl inanç davranışının arttığı gözlemlenmiştir. Belirsizlik duygusu, sporcular için önemli bir etmendir ve göstermiş oldukları performansları etkileyebilir. Spor doğası gereği belirsizlikle dolu bir organizasyondur. Çünkü sonuçları önceden bilinemez ve kontrol edilemezler. Tahmin edilemeyen tüm süreç nedeniyle sporcular batıl inanç davranışı gösterebilmektedir (Tarhan, 2010).

2.2.2.8. Sorumluluğu başka güçlere affetme

İnsanlar yeteneklerini, yetersizliklerini, başarı ve başarısızlık durumlarını dış etmenlerle açıklama eğilimine sahiptir. Bazen de yetenekleriyle başardıklarını şansa bağlamaktadırlar. Şanslarını arttırmak içinde batıl inanç davranış eğilimi gösterirler (Ayten ve Köse, 2012).

Batıl inanç davranışı sonrasında başarısız olan bireyler, başarısızlık nedenlerinin mazereti olarak batıl inanç davranışının göstermekte ve kendisine düşen tüm sorumluluklarını yerine getirmesine rağmen başarısız olduğunu düşünmektedir. Üzerinde olan kaygı stres yükünü bu şekilde atmaya çalışırlar (Ayten ve Köse, 2012).

Sporcu, yarışma öncesinde kendine özel bir ritüel yapmadığı veya şans getireceğine inanılan kıyafetini giymediği için kötü bir performans sergilediğinde, kendisini ve kişisel yeteneklerini suçlamak yerine, ritüeli yapmadığı veya şans getireceğine inanılan kıyafeti

giymediği için kötü sonuçları batıl inançlara bağlar. Batıl inançlar, insanların kontrol dışı faktörler üzerinden kendilerini avutmalarına ve sorumluluktan kaçmalarına neden olabilir (Ayten ve Köse, 2012).

2.3. Sporda Batıl İnanç

Sporcular branşına özgü fiziksel hareketleri yerine getirmek ve sürekli uygun olmak adına davranışsal ve zihinsel stratejiler kurgularlar. Bu stratejiler teknik yeterlilik, gevşeme, odaklanma ve baş etme stratejileri olarak tanımlanabilir. Sporcular performanslarını en üst düzeye getirmek için kullandığı bu stratejilerinin bazı noktalarında batıl inançlar ve çeşitli ritüellerde yer almaktadır (Womack, 1992).

Womack spor alanlarında yaşanan batıl inancı ‘sporcuların şansı ve diğer dış faktörlerin kontrolünde kendilerini daha güçlü hissettikleri durumlarda hareketlerin devamlı, tekrarlı, biçimsel, ardışık ve teknik performanstan farklı olması durumudur’ diye tanımlamıştır.

Batıl inanç davranışların sıkça kullanıldığı spor alanları fiziksel becerilerin ön planda olduğu ve sportif anlamda başarısızlıkların yüksek olduğu sporlarda tercih edildiği görülmektedir (Womack, 1992).

Batıl inanç ve davranışların sporcu kimliğine sahip kişilerin en iyi ve uygun performansı gösterebilmek için kaygı, stres ve riskli durumları ve duygu olarak sabit kalmayı ifade etmek için kullanıldığı söylenmektedir. Aşırı stresli bir spor dalında mücadele eden sporcular sonucun önemli olduğu ve sonuç odaklı etkinliklerde batıl inanca yönelmeleri daha yüksek olmaktadır (Barut, A.İ. 2008).

Batıl inanç davranışı gösteren sporcu kendine güven duygusunu artırırken yaşadığı durumu kontrol altına alma ve sabitlik hissi sayesinde sporcu sakin kalma süresini uzatarak heyecan hissini minimize ederek, kaygı durumunu üzerinden atmaya ve mümkün olduğunca yatıştırdığı açıklanmıştır (Kocaekşi, 2010).

Malinowski batıl inanç ve davranışlara sporcuların yönelmesinin başlıca ve en önemli nedeninin gelişen koşullarda sporcunun ve kişilerin kaygı seviyesinin yükselmesi ve sonuç hakkında belirsizlik ve yine müsabaka, mücadelenin seviyesi, baskısı ve gerilimin sporculara

müسابaka ilgili kontrol hissi elde etmek için batıl inanç ve davranışları kullanmaya yönelmeye sevk ettiğini belirtmiştir.

Sporcular heyecanlarını dindirmek ve tansiyonlarını düşürmek adına bazı ritüellere başvururlar. Sporcuların yaşadığı bu gerilimler, müسابaka öncesinde veya müسابakayı icra ettiği sırada kendiliğinden geliştirdikleri yorgunluk hissiyatı, kendisinden şüphe etme gibi düşüncelerin içine düşme ve hatta titreme gibi psikolojik tepkimeler içinde olduğu duygular yaşayabilir. Bu tepkimeleri ve gerilimleri spor branşına ve rakibine göre değişkenlik gösterebilmektedir (Kocaekşi, 2010).

Mücadele eden iki takım veya rakip arasında uçurum yakınsa belirsizlik önemli bir bileşen haline gelmektedir. Bir tarafın kendine güveniyor olması ve rakibini geçiyorsa olası belirsizlik düşük seviye de kalmaktadır. Yine bir takım diğer takım kadar iyi ve birbirlerine eşitse belirsizlik oranı daha yüksek olmaktadır. Genel manada rakiplerin birbirleri arasında kuvvet, güç yakınlığı belirsizliği ortaya çıkarır. Sonuç olarak belirsizliklerin yüksek olursa mücadelenin psikolojik tarafı da aşırı yüksek olmaktadır (Barut, A.İ. 2008).

Batıl inançlar, sonucun önemi noktasında şiddetini kendi içinde belirler. Sonucun önemli olmadığı veya bu yönde içsel kabul olması durumunda sporcu daha az gerginlik yaşayarak daha rahat performans göstermektedir. Buna karşın sporcu mücadelenin aşırı önemli olduğu sonucun kariyerini şekillendirdiği spor müسابakalarında tedirginlik, kas yorgunluğu ve mücadele ile ilgili takıntı seviyesine gelebilecek düşünceler içinde olabilmektedir. Buna en basit final olarak çıktığı mücadele de antrenman yaptığı sıradaki rahatlığından çok uzak stres altında kalmakta ve batıl inançlara yönelmektedir (Kurudirek, 2018).

Temel olarak batıl inançlara yönelim sonuçların önemi göre aşağı yukarı eğilim ve grafik göstermektedir. Batıl inanç eğilimi yüksek olan sporcu da sonucu kontrol altına almak içinde bulunduğu stres durumunu aşağı çekmek ve kendine dayanak olması adına batıl inanca sarılır (Barut, A.İ. 2008).

2.4. Sporcuların Yaptığı Batıl İnanç Davranış Örnekleri

Sporun tanımın genişlemesi ve farklılaşması, spor alanlarında ortaya çıkan davranışları da çeşitlendirmiştir. Batıl inançların günümüz teknolojisi ile takip edilen sporlarda, sporcuların her davranışın takibinin canlı olarak gözlenebilmektedir. Bazı futbolcuların sahaya çıkarken son sırada çıkmaya çalışması, sahaya girerken çime dokunması, tozluklarını

bantlamaları, uğuruna inandığı obje ve kolyelerine dokunmalarını gözlenebilmektedir (Barut, A.İ. 2008).

Sporcular üst düzey mücadele gerektiren yarışmalarda yeteneklerimin yanında şans faktöründe sonuçlara tesir ettiğini düşünmektedir. Şansların yaver gitmesi için bazı hareketleri tekrar tekrar yaparak sonuçların değişmesini temenni ederler (Womack, 1992).

Sporcuların müsabakalar öncesi yaptıkları ritüellerin, müsabaka öncesi hazırlıklarının bir parçası haline gelmektedir. Bu sayede zihinsel olarak müsabakaya hazır olduklarını hissetmektedirler (Cohn, 1990).

2.4.1. Futbol ve batıl inanç

Eduardo Galeano'nun 1997 yılında Türkçeye çevirisi yapılan 'Gölgede ve Güneşte Futbol' kitabında futbol sahalarında gözlemlediği batıl inanç davranışlarını kitabına almıştır.

Kendisinin gizli güçlerle donatıldığını düşünen Uruguaylı milli takımının yıldız futbolcularından Adhemar Canavessi, 1928 Amsterdam Olimpiyat Oyunları futbol finalinde kendisinin oynaması takıma zarar vereceğini düşünerek Arjantin ile oynanacak final maçına çıkmayı reddetmiştir. Bu duruma neden olarak sahada olduğu her maç Uruguay'ın Arjantin'e yenildiğini söylemiştir. Canavessi kendince haklı çıkarak maçı ve altın madalyayı Uruguay kazanmıştır (Galeano, 1997).

Brezilya futbol liginde mücadele eden Flamengo dokuz yıl şampiyon olmadan geçen sezonlar yaşamıştır. Bu duruma üzülen takım taraftarı Peder Goes, futbolcuların maçlardan önce kiliseye gelip ayin yapmalarını söyler. Bu ayin ritüelleri yapan Flamengo takımı üç sene üst üste şampiyon olur. Rakipler haksız rekabet olduğunu düşündükleri için durumu kardinale bildirirler. Ayinler bitirilir ve Flamengo dördüncü sene şampiyonluğu kaybeder (Galeano, 1997).

Arjantin milli futbol takımı teknik direktörü 1986 ve 1990 yılları Dünya Kupa'sında oyuncularının tavuk eti yemesini yasaklamıştır. Tavuk eti uğursuzluk ve başarısızlık getirdiğini belirtmiştir. Arjantin 1986 yılında kupayı kazanır ve 1990 yılında finalde kupayı kaybeder (Galeano, 1997).

Dünya kupalarının en renkli takımları Afrika ülkelerinden gelen takımlar olmuştur. 2002 Dünya Kupasında Senegalli büyücüler federasyonları tarafından Kore'ye getirilmiştir. Büyücü bir tavuğun sol bacağına kırar ve bazı dua sözleri söyler. Maçtan bir gün önce Zidane sol bacağından sakatlanır ve maçı Senegal kazanır (Barut, 2008).

Türkiye’de futbolun içinde de büyü kavramı gazetelerin spor magazin sayfalarını meşgul etmiştir. Galatasaray kalecisinin ‘Kara Kolombiya Büyüsü’, Fenerbahçe’de kadrolu medyum, önemli maçlardan önce büyü yapıldı gibi haberler gazetelerde basılmıştır.

Erzurumspor son lig maçında berabere kalması halinde bile ligde kalabilecektir. Taraftarlar arasında tanınan Naim Hocadan maç için dua etmesi rica edilmiş ama sonuç Erzurumspor aleyhine sonuçlanmıştır ([http-2](http://2)).

Dua sporcular ve futbol izleyiciler için müsabakanın her anında başvurdukları bir zihinsel temenni şartlamasıdır. Batıl inanç ve spor ilişkisini inceleyen tüm literatürde Türk kültüründe parçası olarak gözlemlenip incelenmiştir.

Futbol dünyasındaki diğer örneklerinde, Brezilyalı sol bek oyuncusu Roberto Carlos uğur getirmesi için maç formalarının alt kısmını kesmesi, Gheorghe Hagi çoraplarının alt kısmını kesmesi gibi örnekler ekipmanlar üzerindeki batıl inanç örnekleridir ([http-3](http://3)).

İngiliz futbolcu Frank Lampard maçlara sağ ayakla çıktığını, maçlardan önce hep aynı müziği dinlediğini, tesislere gitmek içinde hep aynı yoldan gittiğini söylemiştir. Rio Ferdinand, maçlara çıkmadan önce saha tüneline yüzüne su döktüğünü söylemiştir. Rumen Adrian Mutu, maçta aksilikler yaşamamak için atletini ters giydiğini belirtmiştir ([http-3](http://3)).

Gary Lineker, maçlardan önce topla ısınma hareketlerini attığı gollerin boşa gideceğini düşündüğü için kaleye şut çekmeden tamamlar ve ilk yarıda gol atamadığı forma ile ikinci yarıya çıkmazdı. İspanyol oyuncu Cesc Fabregas, maçlara çıkmadan önce eşinin varlığını hissetmek için yüzüğünü dört kere öperek maça çıkardı ([http-3](http://3)).

İspanya ligi takımlarından Sporting Gijon bir maçtan sonra soyunma odasına rahip çağırıp futbolcularla birlikte Hz. İsa’ya dua etmişlerdir. CD Leganes takımı da galip geldikleri maç öncesi takım kaptanlarının konuşmasının uğur getirdiğini inanarak tüm maçlar öncesinde kaptan Martin Mantovani konuşma yapmıştır ([http-3](http://3)).

1995 ile 1998 yılları arasında İspanya futbol liginde Atletico Madrid forması giyen futbolcu Milinko Pantic’in olağanüstü duran top yeteneği vardı. Özellikle köşe vuruşlarını verimli kullanırdı. Margarita adında bir kadın taraftar, Calderon’daki korner atış alanına her maç yirmi dört adet kırmızı ve beyaz karanfil koymaya başlar. Milinko Pantic futbolu bırakmasına rağmen kadın taraftar uğur getirmesi için çiçek koymaya devam edip gelenek haline getirmiştir ([http-3](http://3)).

İngiliz futbolcu John Terry, takım otobüsünde sürekli arka koltukta otururdu. İtalya Milli Takımı'nı çalıştıran Giovanni Trapattoni maçlarda sahaya 'kutsal su' atardı. Gary Neville, oynadığı takım maç kazandıkça aynı kıyafetleri giyer ve sürekli tıraş olurdu (http-3).

Alman futbolcu Mario Gomez, üç numaranın uğuruna inandığı için oynadığı takımlarda içinde üç olan sayıları seçtiği formaları giyerdi. İspanyol oyuncu Raul Gonzalez, idmanlara sarı renk antrenman formaları ile çıkardı. Portekizli futbolcu Cristiano Ronaldo, her maç öncesi mutlaka sakal tıraşı oluyor ve bu işlemi yapmadan hiçbir maça çıkmamaktadır (http-3).

İngiliz futbolcu Leighton Baines, her maç öncesi ayakkabı bağcıklarını düğüm attığını bu davranışı neden yaptığını bilmediğini alışkanlık olduğunu belirtti (http-3).

Türkiye'deki batıl inanç örneklerinde; Fenerbahçe, Başakşehir deplasmanında soyunma odasını takım afişleri ile donatıp oyuncuların daha motive olmalarını amaçlamıştır (http-3).

Fenerbahçeli eski futbolcu maçlara çıkmadan önce saha çizgisine bastıktan sonra üç kere zıplamayı alışkanlık haline getirmiştir (http-3).

2.5. Sportif Kendine Güven Kavramı ve Özellikleri

Özgüven, bireyin kendi duygularını geliştirmesi sonucunda kendisini iyi hissetme durumudur. Bireyin kendisi ile ilgili iyi olma hali ile çevresine olumlu hissettirmesidir (Şahin, 2016).

Kendine güven, kişilik özelliklerinden bireyin hayatını etkileyen sorunlara gerçekçi bakış açısıyla mücadele etmesi ve sorunların çözüme kadar dayanıklılık göstermesidir. Bireyin davranışlarıyla zihinsel yapısına egemenlik ve kontrol sağlamasını öğrenme sürecidir (Kurtuldu 2007).

Kendine güven, bir kişinin kendi yeteneklerine, bilgi birikimine ve değerine olan olumlu inancı ve inancını ifade eder. Kendine güven, bireyin yaşamda daha başarılı olma ihtimalini artırır çünkü kişi kendine olan güveni sayesinde risk alabilir, yeni deneyimlere açık olabilir ve hedeflerine ulaşmak için daha fazla çaba harcayabilir (Çelik, 2014).

Spor yarışmacı alanlarda icra edilmesi ve bireyin performans gösterme çabası sporcuların zaman zaman zihinsel baskılara neden olabilmektedir. Tüm bu baskı ve çabanın olumlu davranışa dönmesinde sportif güvenin yeri önemlidir. Odaklanma ve başarıya

ulaşmak için sporcu kararlı olmalıdır. Bedensel performansının yanında zihinsel performans ve yeteneklerin sporcunun hedeflerine ulaşmasında önemlidir (Bozkurt ve ark. 2012).

Sporcuların başarı beklentileriyle sportif güvenleri arasında ilişki söz konusudur. Sporcu başarılı olacağına inancı potansiyel becerilerini ortaya çıkarmasına yardımcı olur. Stres anlarında sporcu sakin kalabilmekte ve yeteneklerine güvenerek sonuç alacağını düşünmektedir (Yıldırım, 2013).

Sporcuların kendi beklentileri, antrenör ve ailesinin beklentilerini gerçekleştirebilme yeteneğine olan inancı olarak tanımlanan sportif kendine güven başarı beklentisidir. Sportif kendine güven, zamana, sporcu disipline, yarışma ve rakiplerin yapısına göre farklılık gösteren bir yapıdır (Kocaekşi, 2010).

Vealey sporda güvenin daha çok rekabetçi yönüne vurgu yaparak, sporda belirlenen amacın efor dönüştürme çabası olarak tanımlamıştır. Hedefin sporcu için başarı duygusuna neden oluyorsa sürecin olumlu olduğunu ifade eder (Çetinkaya, 2015).

2.6. Sportif Kendine Güven Modelleri

2.6.1. Bandura'nın öz yeterlilik kuramı

Bandura çalışmasını özellikle spor alanında yapmasa da öz yeterlilik kuramı, sporcuların kendine güvenlerinin yükselmesini farklı yöntemlerle etkinliğini açıklama da en çok kabul edilen kuramdır.

Bandura'ya göre öz yeterlilik bireyin hedefine ulaşması için gereken çalışma planı düzenlenmesi, takip edilmesi, sürecin devamlılığına ve yeteneklerine inanmasıdır (Karabulut, 2019).

Yeteneklerinden emin olmayan bireyler, kendisine verilen görevlerin üstesinden gelemeyeceği hatta tehdit olarak görmekte, sorumluktan kaçınmakta ve karar alma süreçlerinde performansları konusunda olumsuz duygular içinde olmakta ve pes etmektedir (Bandura, 1997).

Öz yeterlilik kuramı, bireyin gelişimiyle ilgili kılavuzluk yapar. Olumlu duyguların öz yeterliliği desteklediği gibi, olumsuz duygular öz yeterliliği düşürmektedir.

Bandura'ya göre performansın yükselmesi gelecek başarıları beklentilerini yükseltir, başarısız olma hissi sona erdirir. Başarının tekrar şekilde ortaya çıkarılması öz yeterlilik hissi tamamlayacaktır (Bandura, 1997).

2.6.2. Harter'in öz yeterlilik kuramı

Harter'e göre birey, ulaşmak istediği hedefler ve başarılarla motive olarak ulaşabilir. Özellikle spor alanlarında sporcunun çabasının üst düzeyde olmak zorundadır. Bireyin kendini algılama süreci pozitif ve negatif etmenlere vurgu yapmaktadır. Müsabaka ve yarışmalardaki sportif motivasyon yükseldikçe sporcunun yeterliliğe olan inancı artmakta, sporcunun olası başarısızlıkları negatif etkilere, müsabaka ve yarışma motivasyonunun da düşmesine neden olmaktadır.

2.6.3. Vealey'in sportif kendine güven modeli

Vealey'e göre sporcu yönünden özgüvenini işlevsel olarak kullanma, farklı yarışma ve müsabakalarda daha dengeli ve tutarlı özgüven sergileyeceğini belirtmiştir. Sporcunun özgüven yapısı incelenmeli ve baskın olan yeteneklerinin ayırt edilmesi gereklidir. Vealey'e göre sporun doğasında olan rekabet duygusu bireyin özgüven özelliklerini etkilemekte ve performanstan memnun olma, başarı algısı gibi kişisel sonuçlar üzerinde etkili olmaktadır (Karabulut 2019).

Yarışma ortamlarında bulunan sporcunun, sportif özgüvene ve kendinden emin olmasına hedeflerine ulaşmada yardımcı olacaktır (Cohen, 2016).

2.7. Sportif Özgüvenin Başarıya Etkisi

Sporcu kuvvetli bir özgüvene ve kişilik özelliklerine sahip olması başarıya ulaşmasını sağlayabilir. Sporcu özenli, odaklı ve motive davranışlar sergilemesi gerekmektedir. Elit düzeye ulaşmış sporcu toplum içinde de görev ve sorumluluklarına dikkat eder. Bu özenli davranışı çevresi için güven kaynağı oluşturur (Anderson, 2004).

Sporcunun sportif kimliği ve yetenekleri toplum tarafından fark edilmesi ve takip edilmesi sporcunun başarısı için motive arttırıcı olacaktır.

Başarı duygusu dış etmenlerin etkisi, psikolojik, düşünceler ve davranışlar gibi pek çok faktörün aşılması ile ortaya çıkar. Sporcuların psikolojik durumu kendisini başarıya götüren etmendir. Araştırmalarda sporcu psikolojisinin olumlu oluşu, performansı üzerinde direk etkiye sahiptir (Miçooğulları, 2010).

Bandura'ya göre kişinin kendi zihninde hissettiği güç ve becerileri öz yeterliliğinin yükselmesine ve kişinin kendine daha çok inanmasına yardımcı olacağını belirtmiştir. Yani sporcular kendilerine güvendiklerinde daha yüksek performans ve başarıya ulaşabileceklerdir.

Sporcunun başarılı olması, zihinsel ve bedensel olarak performansına hazır olması ve iki özelliğinin koordinasyonu sağlaması ile yakından ilişkilidir. Sportif başarı hem yüksek performansa hem de psikolojik iyi olma haliyle mümkündür (Miçoğulları, 2010).

2.8. Kaygı Nedir

Kaygı kelimesinin kökeni eski Yunanca ‘anxietas’dır. Kaygı kelimesinin Türkçedeki anlamı endişe, endişelenmedir. İnsanın doğumuyla içgüdüsel ve öğrenme ile geliştirdiği duygularından biri olan kaygı insanın çevresinde olan ve psikolojik olaylara karşı bir tepkidir. İnsanın bilinmeyene karşı huzursuzluk hissi kaygıyı artırır (Çakmak, 2018).

Türk Dil Kurumu’na tanımına göre kaygı ‘üzüntü, sürekli kötü bir olay olacak düşüncesi, endişe, gam’ olarak açıklanmıştır. Farklı bir tanımında ‘Sürekli kötü bir şey olacak hissinin ortaya çıkardığı rahatsızlık duygusu sebebiyle gergin olma hali’ olarak da açıklamıştır. (Http-4)

Kaygı, yaşamın içinde olan hüznün, kuruntular, gerginlik ve korku gibi insanda olumsuz duyguları çoğaltan, tehdit ve stres durumlarında insanın zihninde oluşan endişe ve gerginliği tanımlamaktadır.

‘Kaygı, üzüntü, sıkılma, korku hissi, başarısızlık duygusu, aciz olma, sonucu kestiremem ve yargılanma gibi duyguların birazını veya çoğunu hissettirir.’ (Cüceloğlu, 2011).

Kaygı kişinin karar alma süreçlerinde odaklanma problemi yaşama, sorumluluk alması gerektiği noktada çekinceler içerisinde bırakma ve karşılaşacağı potansiyel tehlikelerle baş etme yeteneğini sekteye uğratmaktadır.

Kaygı, kişinin risk alma isteğini karşı cesaret kırıcı bir etkiye sahiptir. Bu cesaret kırıcı etki kişinin sürekli hata yapma korkusu ile karşı karşıya kalmasına ve özgüvenin zedelenmesine sebep olur (Aktan, 2018).

Kaygı olumsuz olarak düşünülen ruhsal bileşenlerin bir araya gelmesi ile oluşan ruhsal his durumudur. Bilişsel, duygusal ve davranışsal unsurların birleşimi ile insanda olumsuz duygulara neden olmaktadır (Cisler, 2010).

Kaygı yaşamda olumsuz engellere neden olan, kişiyi anı yaşamaktan alıkoyarak, geçmiş yaşantılarına takıntı hale getirmeyi ve gelecek planlamalarının da ortaya çıkmasına engel olabilmektedir (Çakmak, 2018).

Freud kaygı kavramını, insanın içinde bulunduğu duruma yönelik bilinçdışı tepkilerin bir sonucu olarak ortaya çıkan bir duygusal durum olarak belirtmiştir. İnsanlar, içgüdüsel olarak belirli tehditlere karşı kaygılı hale gelebilirler. Tüm bu kaygıların ortaya çıkışını ve kökenini insanın çocukluk zamanlarındaki deneyimleri ve dürtüleri nedeniyle ortaya çıktığını söylemiştir (Manav, 2011).

Kaygı ve korku kavramları iç içe geçmesine rağmen iki farklı duygu durumlarıdır. Korku tehlike anlarında kişinin durumu bilinci ile idrak ettiği uyarılma anlarıdır. Kaygı ise nedeni ve kökeni kişi tarafından zaman zaman bilinmeyip açıklanamayan, somut olaylar dışında kalabilen durumlardır (Yenilmez ve Özbey, 2006).

Kaygı kavramıyla iç içe geçmiş olan korkunun kaygıdan üç temel farkı vardır. Birincisi korkunun kaynağıdır. Korkunun oluşumu ve ana sebebi bellidir ama kaygının kaynağını belirsizlikler oluşturur. İkincisi korkunun şiddeti kaygıya göre daha yüksektir. Üçüncü farkları ise, korku kısa süreli zaman dilimlerinde gerçekleşip sona erer ama kaygı uzun süre kişiyi etkileme özelliğine sahiptir (Cüceloğlu, 2011).

Kaygı çağrıştırdığı tüm olumsuz anlamlar ve özelliklerine rağmen bazı durumlarda kişinin davranışları üzerinde nispeten olumlu etki yaratmaktadır. Bu yönüyle olumlama yapılan kaygı, kişinin öğrenmeye karşı istekli ve heyecanlı, özellikle başarı odaklı olan sporcularda yarışma sonrasında kazanacağı ödül ve statünün hayatındaki etkisini zihinsel olarak düşünmesine ve hareket etmesine sebep olmaktadır. Bu kaygı durumu kişi tarafından dengede kalması sağlanamadığında kaygının olumsuz duyguları baskın hale gelerek sürekli bir başarısızlık duygusu hâkim olacaktır. Bu nedenle kaygının iyi şekilde kişi tarafından idare edilmesi gereken bir süreç olduğu unutulmamalıdır (Aktan,2018).

2.9. Kaygı Türleri

2.9.1. Sürekli kaygı

Sürekli kaygı, stresli durumların tehlikeli ve tehdit edici bir şekilde algılanması ve bu tehlikelere karşı kaygının sürekli artarak yoğunluğunun sürekli olma halidir. Sürekli huzursuzluk hissi, bireyin mutsuz bir yaşantısı ve değerlerinin tehdit altında olduğunu düşünmesinden kaynaklı stres yaşar (Öner, 1994).

Sürekli kaygı bireylerin yoğunluğunu yaşaması anlamında farklılık gösterebileceği bir kişilik özelliğidir. Sürekli kaygı algısı yüksek olan bireyler, başına gelen olaylar ve durumlar

karşısında reaksiyonu ve tepkisi yüksektir. Sürekli kaygı durumu bireyi ruhsal olarak bunalıma, gerginliğe ve huzursuzluğa sokabilir (Yılmaz, 2005).

Sürekli kaygı dış etmenlerden bağımsız, bireyin huzursuzluk, endişe, karamsarlık, duyarlılık ve heyecan reaksiyonları yaşaması olarak ifade edilir. Sürekli kaygının yüksek olduğu kişiler, baskı altında kaldıklarında, sürekli kaygının düşük olduğu kişilere göre daha hızlı ve sık olarak kaygı reaksiyonu göstermesi olağandır (Öner, 1994).

Farklı bir tanımlamada sürekli kaygı, çevre etkisinden uzak ve bağımsız olarak kişinin huzursuz, kuruntu içinde olma, endişe ve kötümser duygularda olma, stres kaynaklı aşırı duyarlılık göstermesi ve aşırı heyecan tepkileri verme eğilimidir (Şahin, 2006).

Sürekli kaygı halinde olan bireyler, yaşadığı ortamları ve durumları genellikle stres altında yaşadığını düşünmesi veya sürecin sürekli stres halinde olduğunu ifade etmişlerdir (Yılmaz, 2005).

Sürekli kaygının birçok nedeni olabilmektedir. Genetik yatkınlık, çevresel stres odakları, travmatik yaşantılar, kimyasal etkiler ve zihinsel faktörler sürekli kaygının oluşmasında katkı sağlayabilmektedir (Şahin, 2006).

Sürekli kaygı sporcuları da olumsuz etkileyebilmektedir. Dikkat dağınıklığı, odaklanma güçlüğü, fiziksel belirtiler ve motivasyon düşmesine neden olabilmektedir (Şahin, 2006).

2.9.2. Durumluk kaygı

Durumluk kaygı, bireylerin ortaya çıkaracağı becerileri üzerinde etkisi olan duyguları, dikkatini, koordinasyonunu ve karar verebilme yeteneğini etkileyebilmektedir (Konter, 1997).

Durumluk kaygı, yoğunluğunda farklılık, zaman zaman içeriğinde düzensizlik ve dengesiz değişimlere sahiptir. Sakinlik ve stressiz anlar durumluk kaygının oluşmadığını, gerilim, endişe, sinir yoğun korku ve korku hissi ve panik davranışlar yüksek durumluk kaygı anlamına gelmektedir (Engür, 2002)

Durumluk kaygı sinir sistemini uyarması ve tetiklemesi, bilinçli olarak algılanan korku ve gerilimin ortaya çıkan duygusal durum olarak tanımlanır. Algılanan sorun ve tehditlere göre anlık değişiklik gösterebilecektir. (Coşkun,2008).

Durumluk kaygı, her sporcu için aynı etkiye göstermemektedir. Sporcu üzerinde olumsuz etkileri yanında olumlu etkilere de sahiptir. Sporcunun fiziksel, zihinsel, sosyal ve

duygusal anlamda kendini gerçekleştirmesinde kolaylık ve engel olucu olabilmektedir. Kaygının türlere ayrılması 1950'li yıllarda dayanmaktadır. Spielberger durumluk kaygıyı tanılayan ve üzerinde çalışmalar yapan ilk bilim insanıdır.

Durumluk kaygı, çevresel faktörlerin nedeniyle oluşan sorunların nedeniyle ortaya çıkan endişe, panik ve stres hali olarak tanımlanır. Sporcular için müsabaka sahası, antrenmanlar ve sakatlıklar gibi durumları örnek olarak gösterilebilir (Ekmekçi, 2017).

Sporcular yetiştirme tarzları nedeniyle olayları farklı yönleriyle görme ve algılayabilme yeteneklerine sahiptir. Sporcu gereksinimlerini bilerek hareket etmelidir. Antrenörler de sporcunun stres sınırını bilmeli ve empati yapmalıdır (Konter, 1996).

2.9.3. Bilişsel ve somatik kaygı

Bilişsel kaygı, bireyin düşünce ve inançlarından ortaya çıkan bir tür kaygıdır. Bireyin zihnindeki düşünceler, değerlendirmeler, beklenti ve inançları etkileşimi girmektedir. Bu olumsuz düşünceler süreci bireyin kaygı düzeyini arttırmaktadır. Spordaki yansıması, sporcunun kendisini negatif olarak değerlendirmesi ve performansına etki ettiği görülmektedir (Konter, 1996).

Bilişsel kaygı, bireyin karşılaştığı tehlike anlarında, olayların kendisine zarar verme ihtimali düşük olmasına rağmen durumu abartılı şekilde gözünde büyütmektedir. Sorunun büyütülmesi, çözümü için zaman kaybına neden olabilmektedir (Başpınar, 2007).

Sakatlık sorunları olan bir futbolcu, mücadele edeceği ilk maç için oynama durumunun uygun olup olmadığı ile ilgili bilişsel kaygı yaşamaktadır. Futbolcu süreçle ilgili maçlarda mücadele etmek için güven sorunları yaşamaktadır. Futbolcu ancak spor doktorunun mücadele edebileceğini söylemesiyle bilişsel kaygının azalmasını sağlar (Konter, 1996).

Bilişsel kaygı, somatik kaygıya nazaran müsabaka öncesinde çok çabuk yükselme eğilimi göstermektedir. Yüksek bilişsel kaygı yaşandığı anda sporcular müsabaka öncesi ve müsabaka süresince kaygı yaşamaya devam eder ve kaygının şiddetinde değişme çok az yaşanır (Konter, 1996).

Somatik kaygı, istem dışı uyarılmalarla gelişen, kaygının oluşmasına ve etkili olmasına neden olan bir fizyolojik etmendir. Somatik kaygı, hızlı kalp atışı, kısa kısa ve kesik nefes alışverişi, ellerde vücutta ter ve nemlilik, karın ağrısı ve gerginliğin bütün olarak hissedilme halidir (Konter, 1996).

Somatik kaygı, vücutta şiddeti yüksek gerginlikle ortaya çıkar. Gerginlik düzeyi, kasların koordinasyonunu kaybetmesi ve dikkat kaybına sebep olabilir (Morgan, 1991).

Bilişsel ve somatik kaygının, durumluk ve sürekli kaygıyla ilişkisi bulunmaktadır. Birey olumsuz durumlar karşısında, somatik ve bilişsel kaygısının yönü negatife doğru gidebilir. Tüm bu süreç başarısızlık ve kötü deneyimlere götürebilmektedir (Morgan, 1991).

2.10. Spor Yarışmalarında Kaygı

Sporcuların yarışma ortamlarında duygusal olarak hissettikleri stres ve huzursuzluk anları yarışma kaygısı olarak tanımlanır. Yarışma ortamlarının ortaya çıkardığı bu kaygı, içinde yaşanan zaman dilimine özel bir kaygı çeşididir.

Kaygı sporcuların sportif performanslarını etkileyen bir unsurdur. Sporcular için kaygının kontrol edilir düzeyde olması yarışmada olumlu etkiler sağlarken, kaygının kontrol edilemez düzeyde ve performansı etkile ölçüsüne gelmesi sporcu için olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Şahin, 2021).

Sporcular katıldıkları yarışmalarda baskı ile karşı karşıya kalmaktadır. Bu baskı sporcu için kaygı ve stres yaşamalarını neden olmaktadır. Yarışma şartlarından uzak olunan antrenman ve egzersiz günlerinde sporcular istenilen uygun davranışları göstermektedir. Rekabetçi yarışma şartlarında sporcular baskı ve stresin performanslarını etkilediğini belirtmişlerdir (Engür, 2002).

Sporcuların günlük duygusal değişkenliklerinin yarışma performansları üzerinde etkilere sahiptir. Duygusal değişkenliklerin sporcuların kaygılarını etkilemektedir. Bu duygusal etkiler sporcuyu olumlu veya olumsuz sonuçlara götürebilir (Konter 1996).

Spor yarışmalarındaki mutlak amaç kazanmak üzerine kuruludur. Sporcu kazanabilmek için kendisi adına en iyi performansını yansıtmaya çalışmaktadır. Sporcunun çabasına ulaşamaması olumsuz kaygıya sebep olabilmektedir (Bedir, 2008).

Spor yarışmalarında ortaya çıkan kaygıyla ilgili birçok çalışmalar yapılmıştır. Yapılan çalışmaların ortak yorumlamasında araştırmacılar, “yarışma öncesinde ve anında uygun düzeyde kaygılanma olması gerektiği” sporcu için sağlıklı olduğunu belirtmişlerdir (Tiryaki 2000).

Sporcular yarışma anında her detayı düşünmesinin yanında kendisi için önemli kişilerinin beklentisini karşılamak adına da kaygı yaşamaktadır. Ailesinin, antrenörün ve takım arkadaşlarının beklentileri sporcu için kaygı nedeni oluşturmaktadır.

3. YÖNTEM

Tezin bu bölümü araştırmanın yöntemini sunmaktadır. Yöntem bölümünde, araştırmanın modeli, örnekleme, verilerin toplanması, veri toplama araçları ve veri analizi yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada, iki veya daha fazla değişkenin arasındaki ilişkileri tespit etmek ve neden-sonuç ilişkisine dair bilgi edinmeyi amaçlayan nicel bir araştırma yöntemi olan korelasyonel araştırma kullanılmıştır (Büyüköztürk vd. 2018).

3.2. Araştırmanın Katılımcıları

Katılımcılar seçkisiz olmayan örneklem yöntemlerinden amaçsal örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Katılımcıların demografik bilgileri aşağıdadır.

Tablo 3.1. Çalışmaya Katılan Oyuncuların Demografik Özelliklerinin İstatistikleri

Demografik Özellikler		n	%
Eğitim	Lise	89	53.9
	Üniversite	72	43.6
	Lisansüstü	4	2.4
Medeni Durum	Bekâr	108	65.5
	Evli	57	34.5
Oynadığı Lig	İkinci Lig	91	55.2
	Üçüncü Lig	74	44.8
Lisanslı Oynama Süresi	1-3 yıl	3	1.8

Tablo 3.1. (Devam) Çalışmaya Katılan Oyuncuların Demografik Özelliklerinin İstatistikleri

	4-7 yıl	5	3.0
	8-11 yıl	57	34.5
	12-15 yıl	63	38.2
	16 yıl ve üzeri yıl	37	22.4
	1-4 yıl	61	37.0
Profesyonel Oynama Süresi	5-9 yıl	59	35.8
	10-14 yıl	40	24.2
	15 ve üzeri yıl	5	3.0
Sportif Başarıya Verilen Önem	Önemli	53	32.1
	Çok Önemli	112	67.9
Spor Totemi	Var	72	43.6
	Yok	93	56.4
Toplam			100

Katılımcılar 2022-2023 sezonunda TFF liglerinde lisanslı olarak oynayan 91 (%55,2) ikinci lig ve 74 (%44,8) üçüncü lig olmak üzere toplam 165 erkek profesyonel futbol oyuncusudur.

Araştırmaya katılan oyuncuların yaş ortalaması 25.47 ± 4.78 'dir. 165 katılımcının 89'u (%53,9) lise, 72'si (%43,6) üniversite, 4'ü (%2,4) lisansüstü mezunu; 108'i (%65,5) bekâr, 57'si (%34,5) evlidir. Oyuncuların 3'ü (%1,8) 1-3 yıl, 5'i (%3,0) 4-7 yıl, 57'si (%34,5) 8-11 yıl, 63'ü (%38,2) 12-15 yıl, 37'si (%22,4) 16 yıl ve üzeri lisanslı olarak oynarken; 61'i (%37) 1-4 yıl, 59'u (%35,8) 5-9 yıl, 40'ı (%24,2) 10-14 yıl, 5'i (%3,0) 15 ve üzeri yıl profesyonel olarak oynamaktadır.

Bu bilgilerin yanı sıra kişisel bilgi formuna göre katılımcıların sportif başarı elde etmeye verdikleri önem için hiç önemli değil ile az önemli seçeneklerini işaretlemedikleri

tespit edilmiştir. Katılımcıların 53'ü (%32,1) sportif başarı elde etmeyi önemli olarak addederken; 112'si (%67,9) çok önemli olarak addetmiştir.

Son olarak oyunculardan 72'si (%43,6) spor totemi veya ritüeli olduğunu belirtirken; 93'ü (%56,4) spor totemi veya ritüeli olmadığını belirtmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu bölümde veri toplama araçlarına dair bilgiler sunulmuştur. Veri toplama araçları: demografik soruları içeren kişisel bilgi formu, sporda batıl inanç ve davranış envanteri, durumluk ve sürekli sportif güven envanterleri ile Illinois kendini değerlendirme envanterinden oluşmaktadır.

3.4. Kişisel Bilgi Formu

Formda, sporcuların yaşı (yıl), eğitim düzeyi, medeni durumu, lisanslı oynama süresi (yıl), profesyonel oynama süresi (yıl), oynadığı lig, sportif başarıya verdiği önem ve toteminin veya ritüelinin olup olmadığı sorulmuştur.

3.5. Sporda Batıl İnanç ve Davranış Envanteri

Batıl İnanç ve Davranış Envanteri (Superstitious Ritual Questionnaire) Buhrmann ve Zaugg (1981) tarafından 40 madde 5'li likert tipi olarak 7 kategoride geliştirilmiştir. Envanterin amacı, batıl inanç ve davranışların spor performansına yönelik kullanımını ve etkinliğini ölçmektir. Envanter, Türk kültürüne Barut (2008) tarafından 37 madde 5'li likert 6 kategori olarak uyarlanmıştır. Uyarlama sürecinde güvenilirlik için test tekrar test yöntemi kullanılmış, elde edilen .95 korelasyon katsayısı sonucunda envanterin güvenilir olduğuna karar verilmiştir. Uyarlama süreci sonunda elde edilen kategoriler sırasıyla:

- Giyim ve görünüş ile ilgili batıl inanç ve davranışlar,
- Uğurlu sayılan nesnelerle ilgili batıl inanç ve davranışlar,
- Oyun ve karşılaşma öncesi kullanılan batıl inanç ve davranışlar,
- Oyun ve karşılaşma sırasında kullanılan batıl inanç ve davranışlar,
- Takım olarak kullanılan batıl inanç ve davranışlar,
- Dua etme davranışlarıdır.

3.6. Durumluk Sportif Güven ve Sürekli Sportif Güven Envanterleri

Durumluk Sportif Güven ve Sürekli Sportif Güven envanterleri Vealey (1986) tarafından geliştirilmiştir. Envanterlerin amacı, sportif özgüveni ölçmektir. Envanterlerin Türk kültürüne uyarlanması Engür, Tok ve Tatar (2006) tarafından yapılmıştır. Uyarlama süreci sonunda envanterlerin oldukça yüksek iç tutarlık katsayılarına (Durumluk Sportif Güven=.94; Sürekli Sportif Güven=.91) sahip oldukları tespit edilmiştir. 9’lu likert tipinde 13 maddeden oluşan envanterlerde toplam 26 madde bulunmaktadır.

3.7. Illinois Kendini Değerlendirme Envanteri

Illinois Kendini Değerlendirme Envanteri (Yarışma Durumluk Kaygı Envanteri-2/Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2)) sporcuların yarışmalardan önce duygularını tanımlamalarına yardımcı olan bir dizi ifadeden oluşmaktadır. Martens ve diğ. (1990) tarafından geliştirilen Koruç (1998) tarafından Türkçeye uyarlanan envanter 3 boyut (bilişsel kaygı, bedensel kaygı ve kendine güven) olup 27 madde içermektedir. Faktör yapısının incelendiği çalışmada envanterde yer alan üç faktörün toplam varyansın %78’ini açıkladığı tespit edilmiştir (Koruç, 1998).

3.8. Verilerin Toplanması

Veri toplama süreci, 2022-2023 Türkiye profesyonel futbol sezonunda Mart ve Nisan aylarında araştırmacı tarafından yüz yüze ve çevrimiçi ortamlarda gerçekleştirilmiştir. Oyuncular, çalışmaya gönüllü olarak katılmış ve araştırmacı tarafından araştırma konusu, amacı, katılımcı hakları hakkında bilgilendirilmişlerdir.

3.9. İstatistiksel Analiz

Veri toplama sürecinin ardından veriler kontrol edilmiş ve 165 verinin analize uygun olduğuna karar verilmiştir. Sonrasında veriler SPSS 25 (Chicago, IL) programına aktarılmış ve tüm analizler bu programda gerçekleştirilmiştir.

İlk olarak güvenilirlik için veri toplama araçlarının boyutlarının bu grupta iç tutarlılık katsayıları analiz edilmiş ve 0,77 ile 0,96 arasında olduğu bulunmuştur (Tablo 2). Elde edilen katsayılar veri toplama araçlarının araştırmanın katılımcıları açısından “oldukça” ve “yüksek derece” güvenilir (Kayış, 2014) olduklarını göstermektedir. Bu sürece sporda batıl inanç ve davranış envanteri, Türk kültürüne uyarlandığı çalışma dikkate alınarak dâhil edilmemiştir.

Tablo 3.2. *Veri Toplama Araçlarının İç Tutarlılık Katsayıları*

Boyutlar	İç Tutarlılık Katsayıları
Bilişsel Kaygı	.79
Bedensel Kaygı	.77
Kendine Güven	.85
Durumluk Güven	.95
Sürekli Güven	.96

İç tutarlık katsayılarının güvenilirlik için hesaplanmasının yanı sıra verilerin yorumlanmasında yüzde (%), aritmetik ortalama ($\bar{x}$) ve standart sapma (SS) gibi betimleyici değerler kullanılmıştır. İlişki ve fark testleri öncesinde verilerin parametrik varsayımları sağlayıp sağlamadığı test edilmiştir. Varsayımların kontrolü esnasında basıklık ve çarpıklık değerleri ± 1 aralığında (Can, 2016) olmadığı için verilerin normal dağılım sağlamadığı tespit edilmiştir. Bu sebeple analizlerde parametrik olmayan testlerden bağımsız iki grubun karşılaştırılmasında kullanılan Mann Whitney U testi, Kolmogorow Smirnow ile Spearman korelasyonu kullanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmaya katılan oyunculardan elde edilen verilerin analiz bulguları sunulmuştur.

Tablo 4.3. *Oyuncuların Oynadığı Lige Göre Karşılaştırma Sonuçları*

Veri Toplama Aracı	Lig Seviyesi	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	U	p
Sporda Batıl İnanç ve Davranış	2. Lig	91	84.65	7703.00	-.49	3217.00	.62
	3. Lig	74	80.97	5992.00			
Bilişsel Kaygı	2. Lig	91	86.35	7857.50	-1.01	3062.00	.31
	3. Lig	74	78.89	5837.50			
Bedensel Kaygı	2. Lig	91	86.63	7883.50	-1.09	3036.50	.28
	3. Lig	74	78.53	5811.50			
Kendine Güven	2. Lig	91	81.81	7444.00	-.36	3258.50	.72
	3. Lig	74	84.47	6250.50			
Durumluk Sportif Güven	2. Lig	91	82.30	7489.00	-.21	3003.00	.83
	3. Lig	74	83.86	6206.00			
Sürekli Sportif Güven	2. Lig	91	80.69	7343.00	-.69	3157.00	.49
	3. Lig	74	58.84	6352.00			

Tablo 3'te görüldüğü üzere yapılan analiz sonucu ligler arasında tüm değişkenler açısından anlamlı bir fark yoktur ($p>.05$).

Tablo 4.4. Oyuncuların Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırma Sonuçları

Veri Toplama Aracı	Eğitim Seviyesi	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	U	p
Sporda Batıl İnanç ve Davranış	Lise	89	81.35	8240.50	-.48	3235.50	.632
	Lisans	76	84.93	6454.50			
Bilişsel Kaygı	Lise	89	83.66	7446.00	-.20	3323.00	.846
	Lisans	76	82.22	6249.00			
Bedensel Kaygı	Lise	89	81.81	7281.50	-.35	3276.50	.728
	Lisans	76	84.39	6413.50			
Kendine Güven	Lise	89	80.11	7129.50	-.85	3124.50	.398
	Lisans	76	86.39	6565.50			
Durumluk Sportif Güven	Lise	89	77.31	6880.50	-1.66	2875.50	.980
	Lisans	76	89.66	6814.50			
Sürekli Sportif Güven	Lise	89	74.47	6628.00	-2.48	2623.00	.013
	Lisans	76	92.99	7067.00			

Tablo 4'te görüldüğü üzere yapılan analiz sonucu eğitim seviyeleri arasında sürekli sportif güven açısından anlamlı bir fark varken ($p < .05$); diğer tüm değişkenler açısından anlamlı bir fark yoktur ($p > .05$). Analiz sonucu sürekli sportif güven açısından lisans mezunu olan oyuncuların, lise mezunu olan oyunculardan anlamlı olarak daha yüksek skorlara sahip olduğunu göstermiştir.

Tablo 4.5. Oyuncuların Medeni Durumuna Göre Karşılaştırma Sonuçları

Veri Toplama Aracı	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	U	p
Sporda Batıl İnanç ve Davranış	Bekâr	108	87.57	9458.00	-1.70	2584.00	.090
	Evli	57	74.33	4237.00			
Bilişsel Kaygı	Bekâr	108	85.69	9255.00	-1.01	2787.00	.315
	Evli	57	77.89	4440.00			
Bedensel Kaygı	Bekâr	108	83.53	9021.50	-.20	3020.50	.843
	Evli	57	81.99	4673.50			
Kendine Güven	Bekâr	108	82.41	8900.50	-.21	3014.50	.827
	Evli	57	84.11	4794.50			
Durumluk Sportif Güven	Bekâr	108	81.00	8748.50	-.74	2862.50	.460
	Evli	57	86.78	4946.50			
Sürekli Sportif Güven	Bekâr	108	81.59	8811.50	-.52	2925.50	.601
	Evli	57	85.68	4883.50			

Tablo 5’te görüldüğü üzere yapılan analiz sonucu evli ve bekâr oyuncular arasında tüm değişkenler açısından anlamlı bir fark yoktur ($p>.05$).

Tablo 4.6. Oyuncuların Lisanslı Oynama Sürelerine Göre Karşılaştırma Sonuçları

Veri Toplama Aracı	Lisanslı Oynama Süresi	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	U	p
Sporda Batıl İnanç ve Davranış	1-11 yıl	65	85.10	5531.50	-.46	3113.50	.649
	12 yıl ve üzeri	100	81.64	8163.50			
Bilişsel Kaygı	1-11 yıl	65	93.07	6049.50	-2.20	2595.50	.028
	12 yıl ve üzeri	100	76.46	7645.50			
Bedensel Kaygı	1-11 yıl	65	83.45	5424.50	-.10	3220.50	.921
	12 yıl ve üzeri	100	82.71	8270.50			
Kendine Güven	1-11 yıl	65	82.71	5376.00	-.06	3231.00	.949
	12 yıl ve üzeri	100	83.19	8319.00			
Durumluk Sportif Güven	1-11 yıl	65	83.56	5431.50	-.12	3213.50	.903
	12 yıl ve üzeri	100	82.64	8263.50			
Sürekli Sportif Güven	1-11 yıl	65	83.84	5449.50	-.18	3195.50	.856
	12 yıl ve üzeri	100	82.46	8245.50			

Tablo 6’da görüldüğü üzere yapılan analiz sonucu lisanslı oynama süreleri arasında bilişsel kaygı açısından anlamlı bir fark varken ($p<.05$); diğer tüm değişkenler açısından anlamlı bir fark yoktur ($p>.05$). Analiz sonucu bilişsel kaygı açısından 1-11 yıl lisanslı oynama süresine sahip olan oyuncuların, 12 yıl ve üzeri lisanslı oynama süresine sahip olan oyunculardan anlamlı olarak daha yüksek skorlara sahip olduğunu göstermiştir.

Tablo 4.7. Oyuncuların Profesyonel Oynama Sürelerine Göre Karşılaştırma Sonuçları

Veri Toplama Aracı	Profesyonel Oynama Süresi	n	Sıra Ortalaması	Z	p
Sporda Batıl İnanç ve Davranış	1-4 yıl	61	89.81	2.15	.341
	5-9 yıl	59	80.75		
	10 yıl ve üzeri	45	76.71		
Bilişsel Kaygı	1-4 yıl	61	87.60	.93	.629
	5-9 yıl	59	80.80		
	10 yıl ve üzeri	45	79.66		
Bedensel Kaygı	1-4 yıl	61	82.88	.38	.829
	5-9 yıl	59	80.58		
	10 yıl ve üzeri	45	86.33		
Kendine Güven	1-4 yıl	61	85.75	2.83	.243
	5-9 yıl	59	74.94		
	10 yıl ve üzeri	45	89.84		
Durumluk Sportif Güven	1-4 yıl	61	81.89	4.05	.132
	5-9 yıl	59	75.47		
	10 yıl ve üzeri	45	94.37		
Sürekli Sportif Güven	1-4 yıl	61	80.26	1.63	.443
	5-9 yıl	59	79.92		
	10 yıl ve üzeri	45	90.74		

Tablo 7’de görüldüğü üzere yapılan analiz sonucu oyuncuların profesyonel oynama süreleri arasında tüm değişkenler açısından anlamlı bir fark yoktur ($p>.05$).

Tablo 4.8. Oyuncuların Sportif Başarıya Verdikleri Öneme Göre Karşılaştırma Sonuçları

Veri Toplama Aracı	Sportif Başarıya Verilen Önem	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	U	p
Sporda Batıl İnanç ve Davranış	Önemli	53	68.57	3634.00	-2.67	2203.00	.008
	Çok Önemli	112	89.83	10061.00			
Bilişsel Kaygı	Önemli	53	74.73	3960.50	-1.54	2529.50	.123
	Çok Önemli	112	86.92	9734.50			
Bedensel Kaygı	Önemli	53	80.71	4277.50	-.43	2846.50	.669
	Çok Önemli	112	84.08	9417.50			
Kendine Güven	Önemli	53	67.72	3589.00	-2.84	2158.00	.005
	Çok Önemli	112	90.23	10106.00			
Durumluk Sportif Güven	Önemli	53	73.05	3871.50	-1.84	2440.50	.065
	Çok Önemli	112	87.71	9823.50			
Sürekli Sportif Güven	Önemli	53	69.46	3681.50	-2.51	2250.50	.012
	Çok Önemli	112	89.41	10013.50			

Tablo 8’de görüldüğü üzere yapılan analiz sonucu sportif başarıya verilen önem arasında sporda batıl inanç ve davranış, kendine güven ve sürekli sportif güven açısından anlamlı bir fark varken ($p < .05$); bilişsel kaygı, bedensel kaygı ve durumluk sportif güven açısından anlamlı bir fark yoktur ($p > .05$).

Analiz sonucu sporda batıl inanç ve davranış açısından sportif başarıyı çok önemli gören oyuncuların, sportif başarıyı önemli gören oyunculardan anlamlı olarak daha yüksek

skorlara sahip olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde analiz sonucunda kendine güven ve sürekli sportif güven açısından sportif başarıyı çok önemli gören oyuncuların, sportif başarıyı önemli gören oyunculardan anlamlı olarak daha yüksek skorlara sahip olduğu bulunmuştur.

Tablo 4.9. Oyuncuların Yaşları, Batıl İnanç ve Davranışları, Yarışma Durumluk Kaygı Düzeyleri, Durumluk ve Sürekli Sportif Güvenleri Arasındaki İlişki Sonuçları (n=165)

Team Scores	1	2	3	4	5	6	7
1. Yaş	-						
2. Sporda Batıl İnanç ve Davranış	-.13	-					
3. Bilişsel Kaygı	-.09	-.00	-				
4. Bedensel Kaygı	.00	.02	.63***	-			
5. Kendine Güven	-.04	.26**	-.34***	-.33***	-		
6. Durumluk Sportif Güven	.05	.05	-.32***	-.30***	.45***	-	
7. Sürekli Sportif Güven	-.00	.20**	-.26**	-.18*	.58***	.79***	-

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

Tablo 9’da görüldüğü üzere yapılan analiz sonucu oyuncuların yaşları ile batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>.05$). Analiz sonucunda oyuncuların batıl inanç ve davranışları ile kendine güvenleri ($r=.26$; $p=.001$) ve sürekli sportif güvenleri ($r=.20$; $p=.009$) arasında anlamlı düşük pozitif korelasyon tespit edilirken; oyuncuların yaşları, batıl inanç ve davranışları ile bilişsel kaygıları, bedensel kaygıları ve durumluk sportif güvenleri arasında anlamlı bir korelasyon tespit edilmemiştir ($p>.05$).

5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma

Tartışma, araştırmanın amacı doğrultusunda kurulan hipotezlere dair alt kısımlara ayrılarak sunulmuştur.

Hipotez 1: Profesyonel futbol oyuncularının oynadıkları ligler arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.

Çalışmaya katılan profesyonel futbol oyuncularının oynadıkları ligler arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı fark yoktur. Elde edilen bu sonuca göre birinci hipotez reddedilmiştir. Bir başka deyişle TFF 2. Lig oyuncuları ile TFF 3. Lig oyuncuları ilgili değişkenler açısından benzer özelliklere sahiptir. İlgili literatür incelendiğinde Spor Toto 1. Lig ve TFF 2. Lig oyuncusu olan katılımcılarla yapılan bir araştırmada da büyük ölçüde benzer sonuçlar elde edildiği görülmüştür (Çakmak, 2019). Her bir batıl inanç ve davranış ifadesinin ayrı ayrı ele alındığı araştırmada 29 ifade de anlamlı fark bulunmazken; 8 ifade de anlamlı fark bulunmuştur. Araştırmada anlamlı fark bulunan ifadelerdeki bulgular istatistiksel olarak TFF 2. Lig lehine iken; anlamlı fark olmayan ifadelerde aritmetiksel olarak TFF 2. Lig lehinedir. Bu araştırmada sporda batıl inanç ve davranışlar açısından üst ligde forma giyen oyuncular daha yüksek skorlara sahipken; ilgili araştırmada alt ligde oynayan oyuncular daha yüksek skorlara sahiptir.

Farklı bir araştırmada (Kavi, 2019), batıl inanç ve davranış envanterinin toplam puanları üzerinden yapılan hesaplamada aritmetiksel olarak 2. Lig seviyesindeki oyuncuların puanları daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bu araştırmalar, TFF 2. Ligde oynayan ve mücadele eden sporcuların diğer liglere göre sporda batıl inanç ve davranışlara daha çok kullandıklarını göstermektedir.

Hipotez 2: Profesyonel futbol oyuncularının eğitim düzeyleri arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.

Çalışmaya katılan profesyonel futbol oyuncularının eğitim düzeyleri; 89'u (%53,9) lise, 72'si (%43,6) üniversite, 4'ü (%2,4) lisansüstü mezunu olduğu görüldü. Sporcular arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk sportif güvenleri açısından anlamlı fark yokken; sürekli sportif güvenleri açısından lisans mezunu olan oyuncular lehine anlamlı fark vardır. Elde edilen bu sonuca göre ikinci hipotez reddedilmemiştir.

Buz hokeyi sporcuları arasında yapılan araştırmada (Kurudirek, 2018), 218 sporcunun eğitim düzeyleri değişkeni açısından istatistiksel anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Batıl inanç envanterinin bölüm başlıklarının ayrı ayrı analiz edildiği araştırmada lisansüstü eğitim düzeyine sahip sporcuların puanlarının anlamlı ölçüde daha düşük olduğu görülmüştür. Aynı araştırmada sürekli kaygı puanlarında lisans düzeyi eğitime sahip sporcuların, ön lisans eğitim düzeyinde olan sporculara göre anlamlı düzeyde daha yüksek puanlara sahip olduğu gözlemlenmiştir.

Literatürde futbolcular üzerinde yapılan diğer araştırmada da batıl inanç ve davranışların eğitim düzeyleri değişkeni açısından istatistiksel anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir (Kavi, 2019).

Batıl inanç davranışı ile eğitim düzeyi arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmaya çalışan çalışmalarda, eğitim durumunun batıl inanç eğilimi engellediği veya eğitim düzeyi yüksek bireylerin batıl inanç davranışı yapması azalacağına dair anlamlı bulgular tespit edilememiştir. Bazı araştırmalarda eğitim düzeyi arttıkça batıl inanç azalacağını savunan bir araştırmada, üniversite eğitim görevlisi hocaların öğrencilere göre daha az batıl inanç eğilimi olduğu ortaya çıkarılmıştır (Laura, O. ve James, A. 1982).

Futbolcular üzerinden yapılan farklı bir araştırmada sportif kendine güven açısından sporcuların eğitim durumlarının kendine güven puanları üzerinde anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir (Ferhatoğlu, 2022).

Güreş sporcuları üzerinden yapılan bir çalışmada, güreş sporcularının sürekli sportif kendine güven ve durumluk kendine güven puanları üzerinden eğitim durumları arasında anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir (Yıldırım, 2019).

Tüm bu literatür çalışmalarında futbol ve futbol dışında olan sporlarda, sporcuların eğitim durumları ile batıl inanç davranışları arasında farklılık olmadığı gözlemlenmiştir.

Hipotez 3: Profesyonel futbol oyuncularının medeni durumları arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.

Çalışmaya katılan profesyonel futbol oyuncularının medeni durumları açısından batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk sportif güvenleri açısından anlamlı fark yoktur. Elde edilen bu sonuca göre üçüncü hipotez reddedilmemiştir.

Literatür araştırmalarında batıl inanç ve medeni durum arasında anlamlı farklılıklar olmasın dair bulguların saptanmadığı gözlemlenmiştir. Kaygı düzeyi değişimleri açısından yapılan bir araştırmada (Önlü, 2022), bekar sporcuların evli sporculara göre kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Amatör futbolcular üzerinden yapılan araştırmada evli sporcuların futbolu profesyonel olmadıkları için ek iş, hobi ve eğlence olarak görmeleri, bekar sporcuların ise futbolu meslek edinmeye çalışması ve profesyonel olma çabaları nedeniyle kaygı durumlarına artırıcı bir etken olduğu açıklanmaya çalışılmıştır.

Hipotez 4: Profesyonel futbol oyuncularının lisanslı oynama süreleri arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.

Çalışmaya katılan profesyonel futbol oyuncularının lisanslı oynama süreleri açısından batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk sportif güvenleri açısından anlamlı fark yokken; bilişsel kaygı açısından anlamlı fark vardır. Analiz sonucu bilişsel kaygı açısından 1-11 yıl lisanslı oynama süresine sahip olan oyuncuların, 12 yıl ve üzeri lisanslı oynama süresine sahip olan oyunculardan anlamlı olarak daha yüksek skorlara sahip olduğunu görülmüştür. Elde edilen bu sonuca göre dördüncü hipotez reddedilmemiştir.

Batıl inanç ve davranış envanteri ile ilgili literatürde yapılan ilk çalışmada (Barut, 2008), aktif spor yaşaması başlığı altında sporcunun spor geçmişi üzerinden yapılan analizde 10-15 yıl spor yaşamı olanlar ile 15 yıl ve üstü spor yaşamı olanlar arasında batıl inanç davranışı kullanım sıklığı bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu gözlemlenmiştir.

Batıl inanç ve davranış envanterinin alt boyutlarının tek tek analiz edildiği toplamda 230 profesyonel futbolcu ile yapılan araştırmada (Kavi, 2019), futbolcuların lisanslı oynadığı

süreler açısında gösterdikleri batıl inanç ve davranışlarında anlamlı bir farklılık ve değişimler olmadığı görülmüştür.

Futbolcular üzerinden yapılan farklı bir araştırmada sportif kendine güven açısından sporcuların lisanslı oynama geçmişi durumlarında anlamlı bir fark bulunup, 11-15 yıl lisanslı oynama geçmişi olan futbolcuların sportif kendine güven düzeylerinin, 5 yıl ve altında lisanslı oynama geçmişi olan futbolculara göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Ferhatoglu, 2022).

Sporcuların sportif tecrübeleri üzerinden yapılan bir araştırmada, sportif kendine güven puanları açısından 1-5 yıl ile 11 ve üzeri yıl sportif tecrübe geçmişi olan sporcular karşılaştırıldığında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Sportif tecrübenin artması sürekli sportif kendine güven duygusunun da artması sonucuna neden olduğu yorumlanmıştır (Karakaş, 2017).

Yapılan literatür araştırmalarında batıl inanç davranışları, kaygı ve sportif kendine güven durumlarının sporcunun lisanslı olma süresi, spor geçmişi ve spor tecrübesi gibi başlıklar altında toplanarak değerlendirilmeye çalışılmış ve çalışmamızda da görüldüğü gibi sporcunun lisanslı oynama süresi ve spor geçmişinin artması sporcunun kaygı durumunu düşürmesine ve sportif kendine güven duygusunun da arttığı gözlemlenmiştir.

Hipotez 5: Profesyonel futbol oyuncularının profesyonel oynama süreleri arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.

Çalışmaya katılan profesyonel futbol oyuncularının profesyonel futbol oynama açısından batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk sportif güvenleri açısından anlamlı fark yoktur. Elde edilen bu sonuca göre beşinci hipotez reddedilmemiştir.

Batıl inanç ve davranış envanterinin alt boyutlarının tek tek analiz edildiği toplamda 230 profesyonel futbolcu ile yapılan araştırmada (Kavi, 2019), futbolcuların profesyonel oynadığı süreler açısında gösterdikleri batıl inanç ve davranışlarında beş alt başlıkta anlamlı bir farklılık ve değişimler olmadığı görülmüştür. ‘Dua Etme’ alt başlığında ise 5-9 yıl profesyonel lisanslı oynayan sporcular açısında anlamlı bir fark bulunmuştur. Batıl inanç ve davranış envanterinin bu çalışmada altı alt başlık puanları dışında toplam batıl inanç puanına

göre ise sporcular arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilip gözlemlenmiştir (Kavi, 2019).

Profesyonel futbolcular üzerinde yapılan farklı araştırmada sporcuların spor kaygı değerlendirmesinde 0-4 yıl, 5-9 yıl, 10-14 yıl ve 15 yıl ve üstü profesyonel futbol oynamış sporcular arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. (Bilgin, 2023)

Literatür araştırmalarında kendi çalışmamızdaki gibi profesyonel oynama süresinin sporcu üzerinde batıl inanç ve davranış, kaygı ve sportif kendine güven durumlarında farklılık gözlemlenmemiştir.

Hipotez 6: Profesyonel futbol oyuncularının sportif başarıya verdikleri önem düzeyleri arasında batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri açısından anlamlı farklılık vardır.

Çalışmaya katılan profesyonel futbol oyuncularının sportif başarıya verilen önem açısından batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk sportif güvenleri açısından anlamlı fark yoktur. Elde edilen bu sonuca göre altıncı hipotez reddedilmemiştir.

Batıl inanç ve davranışların ilk yapıldığı çalışmada da sportif başarının önemi ve batıl inanç kullanımı ifadeleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır (Barut, 2008).

İlgili literatür incelendiğinde, profesyonel futbolcuların katılımcı olduğu çalışmada, her bir batıl inanç ve davranış ifadesinin ayrı ayrı ele alındığı araştırmada 31 ifade de anlamlı fark bulunmazken; 6 ifade de anlamlı fark bulunmuştur (Çakmak, 2019).

İlgili çalışmada değerlendirilen altı ifadenin batıl inanç ve davranışının sportif başarının önemi konusunda ilgili hipotezi desteklediği tespit edilmiştir. Çalışmamızda anlamlı fark olmaması nedeniyle sonraki çalışmalar için karşılaştırmacı bir fikir verici olacaktır.

Hipotez 7: Profesyonel futbol oyuncularının yaşları, batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri arasında anlamlı ilişki vardır.

Çalışmaya katılan profesyonel futbol oyuncularının yaşları ile batıl inanç ve davranışları, yarışma durumluk kaygı düzeyleri, durumluk ve sürekli sportif güvenleri arasında anlamlı ilişki yokken; batıl inanç ve davranışları ile kendine güvenleri ve sürekli

sportif güvenleri arasında anlamlı düşük pozitif korelasyon tespit edilmiştir. Elde edilen bu sonuca göre yedinci hipotez reddedilmemiştir. Bir başka deyişle, profesyonel futbol oyuncularının sporda batıl inanç ve davranışlarının artış oyuncuların kendine güvenleri ve sürekli sportif güvenlerindeki artış ile karakterizedir.

Buz hokeyi sporcuları arasında yapılan araştırmada (Kurudirek, 2018), 218 sporcunun yaş değişkenine göre, çalışmamızdaki gibi batıl inanç davranışı ve kaygı düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Batıl inanç davranışların envanterinin altı alt boyutta ve toplam puanı üzerinden incelenen çalışmada yaşın batıl inanç davranışı eğilimi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Kavi, 2019)

Profesyonel futbolcular üzerinden yapılan diğer çalışmada batıl inanç davranış envanterinin 31 alt maddesinden sadece 3 madde üzerinde anlamlı fark bulunduğu ve kabul edildiği tespit edilmiş ve çalışmamıza görüş sunmuştur. (Çakmak, 2019).

Takım sporu ve bireysel spor yapan sporcuların batıl inanç davranışlarının motivasyonlarına etkilerini inceleyen çalışmada batıl inanç davranışların yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir (Cirit, 2021).

Profesyonel futbolcuların kaygı durumları üzerinde yapılan bir çalışmada, yaş değişkeninin kaygı durumları üzerinde etkisinin olmadığı ve çalışmamızla paralel sonuçlar ortaya koyduğu gözlemlenmiştir (Bilgin, 2023).

Literatürde batıl inanç ve davranışların sportif kendine güven olan etkisi üzerinde çok fazla çalışmaya rastlanmamıştır. Çalışmamızın sonuçları literatürdeki araştırmalara sonuçları açısından paralellik göstermesinin yanında ilerleyen yıllarda yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

5.2. Sonuç

Bu tez, korelasyonel araştırma modelini kullanarak profesyonel futbol oyuncularının batıl inanç ve davranışlarını, yarışma durumluk kaygı düzeylerini, durumluk ve sürekli sportif güvenlerini çeşitli değişkenler açısından incelemeyi ve aralarındaki ilişkiyi tespit etmeyi amaçlamıştır. Bu amaç kapsamında yapılan analizler, oyuncuların oynadıkları ligler arasında, medeni durumları arasında ve profesyonel oynama süreleri arasında batıl inanç ve davranışlarının, yarışma durumluk kaygı düzeylerinin, durumluk ve sürekli sportif güvenlerinin benzer olduğunu göstermiştir. Bunlara ek olarak analizler sonucunda, sürekli

sportif güven açısından lisans mezunu olan oyuncular lehine; bilişsel kaygı açısından 12 yıl ve üzeri oynayan oyuncular lehine; sporda batıl inanç ve davranış, kendine güven ve sürekli sportif güven açısından ise sportif başarıyı çok önemli gören oyuncular lehine bulgular elde edilmiştir. Son olarak, yapılan korelasyon analizi oyuncuların batıl inanç ve davranışları ile kendine güvenleri ve sürekli sportif güvenleri arasında anlamlı ilişkiler gösterirken; oyuncuların batıl inanç ve davranışları ile yaşları, bilişsel kaygıları, bedensel kaygıları ve durumluk sportif güvenleri arasında anlamlı ilişkiler göstermemiştir.

5.3. Öneriler

Batıl inanç davranışları spor alanlarında bireylerin kaygılarını azaltma, özgüvenlerini yükseltme, rutinlerinin bozulmadan ve en önemlisi başarıya ulaşma aracıdır. İlerleyen yıllarda farklı spor alanlarında sporcuların batıl inanç davranışları inceleyen çalışmalar yapılarak, batıl inancın sporcular üstünde farklı etmenleri araştırılabilir.

KAYNAKÇA

- Akarçeşme, C. (2004). *Voleybolda müsabaka öncesi durumluk kaygı ile performans ölçütleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Aktan, E. (2018). *Sosyal Medya ve Sosyal Kaygı: Sosyal Medya Kullanıcıları Üzerine Bir Araştırma*. İstanbul: Selçuk İletişim.
- Anderson, C.B. (2004). Athletic identity and its relation to exercise behavior: Scale development and initial validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, pp.39-56.
- Arslan, M. (2004). Kişilerin Batıl İnanç Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 2 (6), 7-34.
- Arslan, M. (2011). *Paranormalizm ve Din, Paranormal İnancın Sosyolojisi*. İstanbul: İstanbul Matbaacılık.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., & Nolen-Hoeksema, S. (2002). *Psikolojiye Giriş* (Çev: Y. Alogan). Ankara: Arkadaş Yayınları.
- Aydın, B. (1990). Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düzeyleri ile Ders Çalışma ve Alışkanlıklarının İncelenmesi. *Psikoloji Dergisi*, 1 (7), 25.
- Ayhan, İ. ve Yarar, F. (2005). Batıl inançların psikolojisi. *Pivolka*, 4 (17), 15-20.
- Ayten, A. ve Köse, A. (2012). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Bandura A. Self-Efficacy, The Exercise of Control. New York: W.H. Freeman and Company, 1997.
- Barut, A. İ. (2008). *Sporda Batıl Davranış ve Öz-Yeterlik İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Başpınar, P. (2007). *Kaygının Bilişsel ve Fizyolojik Bileşenlerine Yönelik Tedavilerin Etkinliği*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Bedir, R. (2008). *Taekwondo Milli Takım Sporcularının Durumluk Kaygı Düzeylerinin Başarıya Etkisi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,
- Bilgin, H. (2023). *Profesyonel Futbolcularda Müsabaka Öncesi Kaygı Düzeyleri İle Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Bozkurt, O., Koruç, Z., Arslan, N., Kocaekşi, S. (202). A Comparison of Football Players' Sport Confidence and Self-Efficacy Beliefs According to Their League Level in Turkey. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6 (3), 349-52.
- Bronislaw, M. (2000). *Büyük, Bilim ve Din*. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Budak, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burger, J.M. and Lynn, A.L. (2005). Superstitious Behavior Among American And Japanese Baseball Players, *Basic and Applied Social Psychology*, 27(1), 71-76.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2018). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Cirit, Ö. (2021). *Takım sporu ve bireysel spor yapan sporcuların batıl inanç düzeylerinin başarı motivasyonuna olan etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Aydın: Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Cisler, J.M., Olatunji, B.O., Feldner, M.T., Forsyth, J.P. (2010). Emotion regulation and the anxiety disorders: An integrative review. *Jurnal of psychopathology and behavioral assessment*. 32 (1), 68-82.
- Cohen, R. (2016). *Sport Psychlogy: The Basics Optimising Human Performance*. Bloomsbury Sport, London-New York. pp.14-16.
- Cohn, P. J. (1990). Performance routines in sport: Theoretical support and pratical applications. *The Sport Psychologist*, 4 (3), 301-312.
- Cüceloğlu, D. (2011). *İnsan ve davranış: Psikolojinin Temel Kavramları*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Çakmak, R. F. (2019). *Profesyonel Futbolcularda Antrenman, Müsabaka Öncesi Veya Sırasındaki İnanç, Batıl İnanç ve Farklı Davranış Eğilimlerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Afyon: Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Çakmak, V. (2018). *İletişim Kaygısı Ve Sosyal Medya*. Konya: Eğitim Yayınevi.
- Çelik, İ. (2014). *Ortaokul Öğrencilerinin Öz güven Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi. Afyonkarahisar Örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Türk Hava Kurumu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Damisch, L., Stoberock, B. ve Mussweiler, T. (2010). Keep your fingers crossed! How superstition improves performance. *Association for Psychological Science*. 21 (7), 1014-1020.

- Develi, H. (2019). *Modern Toplumda Batıl İnanç ve New Age Akımı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eklund, R. C., Gould D. and Jackson S.A. (1993). Psychological foundations of Olympic wrestling excellence. Reconciling individual differences and nomothetic characterization. *Journal of Applied Sport Psychology*, 5 (1), 35-47.
- Engür, M. (2002). *Elit Sporcularda Başarı Motivasyonunun, Durumluk Kaygı Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Erbaş, M. (2000). *Türkiye Basketbol II. Ligindeki Oyuncuların Bazı Kişisel Değişkenlerinin Durumluk Kaygı Üzerine Etkileri ve Durumluk Kaygının Takım İçi İlişkilerine Etkisinin Araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Edirne: Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eyuboğlu, İ. Z. (1987). *Anadolu İnançları Anadolu Mitolojisi: İnanç Söylence Bağlantısı*. İstanbul: Geçit Kitabevi.
- Festinger L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*, California: Stanford University Press.
- Frankl, V. E. (1985). *The Unconscious God: Psychotherapy and Theology*. New York: Washington Square Press.
- Freud, S. (1984). *Psikanalize Giriş* (Çev: G. Koptagel-İlal). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Galeano, E. (1997). *Gölgede ve Güneşte Futbol* (Çev: E. Önalp ve M. N. Kutlu). İstanbul: Can Yayınları.
- Gümüş, M. (2002). *Profesyonel Futbol Takımlarında Puan Sıralamasına Göre Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Harter S. Effectance Motivation Reconsidered: Toward a Developmental Model. *Human Development*, 1978: 21, 34-64.
- İnce, B. (2021). *12-18 Yaş Arası Lisanslı Sporcularda Batıl İnançların Stresle Baş Edebilme Becerilerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- İsen, G. ve Batmaz, V. (2002). *Ben ve Toplum: Sosyal Psikoloji*. İstanbul: Om Yayınevi.

- Işık, U., Ağbuğa, B. ve Elçi, G. (2015). Aktif Spor Yapan Üniversite Öğrencilerinde Sporda Batıl İnanç Eğilimi İle Sürekli Kaygı Seviyeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sportif Bakış: Spor Ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2 (1), 31-39.
- Karaoğlu, H. (2000). Kahramanmaraş Nurhak İlçesinde Yaşayan Halk İnanışları. *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1 (5), 150-156.
- Kavi, O. (2019). *İstanbul İli Anadolu Yakası Futbol Kulüplerinde Oynayan Profesyonel Futbolcuların; Takıntı, Batıl İnanç ve Düşünce Kontrollerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kılıçbay, M. (1999). Uygarlığın Ödülü Olarak Kaygı. *Doğu Batı Dergisi*, 2 (6), 45.
- Kocaekşi, S. (2010). *Hentbol Bayan Milli Takımında Zaman Değişimi ve Performansın Grup Sargınlığı, Sportif Kendine Güven, Öz-Yeterlik, Hedef Yönelimi ve Yarışma Kaygısı Üzerine Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Konter, E. (1996). *Sporda Stres ve Performans*. İzmir: Saray Medikal Yayıncılık.
- Konter, E. (1996). *Sporda stres ve performans*. İzmir: Saray Tıp Kitapevleri.
- Konter, E. (1997). Profesyonel futbolcuların yaş gruplarının durumluk kaygı düzeylerine etkisi. *1. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu*, Mersin.
- Kurtuldu, P. S. (2007). *İlköğretim Okul Yöneticilerinin Özgüven Düzeyleri İle Liderlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kurudirek, M. İ. (2018). *Buz Hokeyi Oyuncularında Batıl İnanç ve Kaygı İlişkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Kış ve Spor Bilimleri Enstitüsü,
- Kuşat, A. (2004). *Türk Toplumunda Nazar ve Psikolojik Bir Yaklaşım*. Kayseri: Laçın Yayınları.
- LAURA, P. O., JAMES, E. A., (1982) Factors Affecting Extraordinary Belief, *The Journal of Social Psychology*, 118:1, 77-85,
- Lévi-Bruhl, L. (2006). *İlkel İnsanda Ruh Anlayışı* (Çev. O. Adanır). İstanbul: Doğu Batı Yayınları.
- Malinowski, B. (2002). *Coral Gardens and Their Magic: A Study of the Methods of Tilling the Soil and of Agricultural Rites in the Trobriand Islands. The language of magic and gardening (Vol II)*. London: Routledge Taylor and Francis Group

- Manav, F. (2011). Kaygı Kavramı, *Toplum Bilimleri Dergisi*, 5 (9), 201-211.
- Martens. R., Vealey, R.S., Burton, D. (1990). *Competitive Anxiety in Sports*. Champaign: Human Kinetics Books.
- Miçooğulları BO. Kirazcı S. Sporda Kendine Güven Kaynakları Ölçeğinin Türk Popülasyonuna Uyarlanması. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi* 2010, 21 (4): 154-63
- Morgan, C. T. (1991). *Psikolojiye Giriş* (Çev: H. Arıcı, O. Aydın, R. Bayraktar, O. İmamoğlu, S. Karakaş, I. Savaşır, S. Topçu, P. Uçman, S. Hovardaoğlu, D. Şahin, B. Tegin, R. Eski, A. Gülerce, G. Acar, R. Coştur, İ. Dinç, G. Uraz,). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları.
- Öner, N. ve Le Comte, A. (1983). *Durumluk - sürekli kaygı envanteri el kitabı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Öner, N. (1994). *Türkiye’de kullanılan psikolojik testler*. İstanbul: Boğaziçi Yayınları.
- Önlü, İ. (2022). *Amatör Olarak Futbol Oynayan Sporcuların Sürekli Kaygı Ve Zihinsel Dayanıklılıklarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Paşaoğlu, M. (2022). *E-spor oyuncularının problem çözme becerileri, katılım motivasyonu ve yarışma kaygılarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Schüle, C. (2008). Neden İnanırsınız? *Geo Dergisi*, 1 (12), 42-64.
- Sekmenli, T. (2000). *Lise I. sınıf öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeyleri ile sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Malatya: İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Skinner, B.F. (1948). Superstition in the pigeon. *Journal of Experimental Psychology*, 38, 168-172.
- Skinner B.F. (1992). Superstition in the pigeon. *Journal of Experimental Psychology*, 121 (3), 273.
- Spielberger, C. D. (1989). *State - Trait Anxiety Inventory: Bibliography*. California: Consulting Psychologists Press, Palo Alto.
- Şahin B. (2021). *11-12 Yaş Grubu Yüzücülerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Malatya: İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Şahin, H.M. (2006). *Beden Eğitimi ve Spor Sözlüğü*. İstanbul: Morpa Yayınları.
- Şahin, Z. (2016). *İlkokul Öğrencilerinde Dil Ve Konuşma Bozukluğunun Öğrencilerin Özgüveni Üzerine Etkisi: 50.Yıl Ortaokulu Ve Dilkonmer Örneği*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tarhan, N. (2010). *İnanç Psikolojisi: Ruh Beyin ve Akıl Üçgeninde İnsanoğlu*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tatlılıoğlu, D. (2000). Türkmen ırımları (halk inançları). *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 4 (1), 1-15.
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor psikolojisi, kavramlar, kuramlar ve uygulama*. Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi.
- Türk Dil Kurumu (1992). *Türkçe Sözlük*. Ankara,
- Vealey RS. Conceptualization of Sport-Confidence and Competitive Orientation: Preliminary Investigation and Instrument Development. *Journal of Sport Psychology*, 1986, 8(3): 221-46.
- Womack M. (1992). Why athletes need ritual: A study of magic among professional athletes. *Sport and Religion*, 191-202.
- Yenilmez, K. ve Özbey, N. (2006). Özel Okul ve Devlet Okulu Öğrencilerinin Matematik Kaygı Düzeyleri Üzerine bir Araştırma. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19 (2), 431-448.
- Yıldırım, I. Ö. (2019). *Güreşçilerde Zihinsel Dayanıklılık, Öz Yeterlik ve Sportif Kendine Güven Düzeylerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yıldırım, F. (2013). *Sportif Sürekli Kendine Güven Alt Ölçeğinin Uyarlanması ve Ortaöğretim Kurumlarındaki Öğrencilerde Sportif Sürekli Kendine Güvenin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yılmaz, V. (2005). *Çocuk sporcularda durumluk yarışma kaygısı bileşenleri ve durumluk kaygının optimal fonksiyon aralıkları (IZOF) ile karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- http-1 : <https://sozluk.gov.tr> (Erişim Tarihi: 24.05.2023)
- http-2: <http://www.erkurumgazetesi.com.tr/yazar/Naim-Hoca-boyle-bir-gunde-durun%20demisti/3064/> (Erişim Tarihi: 24.04.2023)

http-3: <https://www.goal.com/tr/galeriler/futbol-duenyasinin-en-uenlue-totemleri/3/hgodfzobrdvglibct7p235ozg> (29.05.2023)

http-4: <https://sozluk.gov.tr> (Erişim Tarihi: 06.06.2023)



EKLER

Ek-1: Sporda Batıl İnanç ve Davranış Envanteri, Durumluk Sportif Güven ve Sürekli Sportif Güven Envanterleri ve Illinois Kendini Değerlendirme Envanteri.

Sporcu Tanıma Formu

Değerli katılımcılar,
Lütfen maddeleri dikkatlice okuyunuz ve kendi durumunuzu dikkate alarak ölçeği cevaplayınız.
Cevaplarınız bizim için önemlidir ve araştırmamıza katkı sağlayacaktır.
Bize zaman ayırdığınız için teşekkür ederiz.

Yaşınız :.....

Eğitim Düzeyi : () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisans Üstü

Medeni Durumunuz : () Evli () Bekâr () Dul/Boşanmış

Kaç Yıldır Lisanslı olarak Futbol : () 1-3 yıl () 4-7 yıl () 8-11 yıl () 12-15 yıl () 16 yıl ve üzeri
Oynuyorsunuz?

Kaç Yıldır Profesyonel Oynamaktasınız?: () 1-4 yıl () 5-9 yıl () 10-14 yıl () 15 yıl ve üzeri

Lig Seviyeniz : () Süper Lig () 1.Lig () 2.Lig () 3.Lig

Sportif Başarı Sizin İçin Ne Kadar Önemlidir?

() HİÇ ÖNEMLİ DEĞİL () AZ ÖNEMLİ () ÖNEMLİ () ÇOK ÖNEMLİ

İnanmış olduğunuz bir toteminiz, ritüeliniz var mı? : () Var () Yok

Varsa Yazınız (Dua Etme, Eşya, Aynı Müzik vb.).....

	EĞER BU DAVRANIMI KULLANYORSANIZ 'X' İŞARETİ KOYUNUZ	EĞER BU DAVRANIMI KULLANYORSANIZ SPORİF PERFORMANSA YARDAIM ETMEDE NE KADAR ETKİLİ OLDUĞUNU İŞARETLEYİN				
A. BÖLÜM GİYİM VE GÖRÜNÜŞ	DAVRANIMLAR	1	2	3	4	5
		HİÇ ETKİLİ DEĞİL	AZ ETKİLİ	ARA SIRA ETKİLİ	ETKİLİ	ÇOK ETKİLİ
1- Ayakkabılara şans getiren işaretler koymak						
2- Isınma giysisinin altını veya üstünü aynı tarzda giymek						
3- Oyuna daha iyi hazırladığını hissetmek için pasaklı/düzensiz giymek						
4- Şans için çorapları ters-yüz giymek						
5- Oyun/karşılaşma gününde saç tıraşı olmak						
6- Oyun/karşılaşma gününde duş almamak						
7- Yüz boyamak (tır. göz altına siyah boya çekme)						
8- Sezon öncesi dövme yaptırmak						
9- Bodentine forma numarasını işlemek						
10- Ayakkabıların içine çorap giymemek						
B. UĞURLU SAYILAN NESNELER						
11- Oyun günlerinde uğurlu bir muska/holye takmak						
12- Oyundan önce uğurlu nesneyi öpmek,ona dokunmak						
13- Ayakkabı üzerine nazar boncuğu takmak						
14- Uğurlu bileklik takmak						
15- Spora ilk başladığı ayakkabının ipini kullanmak						
16- İlk kazandığı madalyanın ipiyle saçını bağlamak						

	EĞER BU DAVRANIMI KULLANIYORSANIZ 'Y' İŞARETİ KOYUNUZ	EĞER BU DAVRANIMI KULLANIYORSANIZ SPORİF PERFORMANZA YARDIM ETMEDE NE KADAR ETKİLİ OLDUĞUNU İŞARETLEYİN				
C. OYUN VE KARŞILAŞMA ÖNCESİ	DAVRANIMLAR	1	2	3	4	5
		HİÇ ETKİLİ DEĞİL	AZ ETKİLİ	ARA SIRA ETKİLİ	ETKİLİ	ÇOK ETKİLİ
17- Sakatlık olmasa da vücudu veya bir kısmını kullanmak						
18- Oyun öncesi sessizliğe/uzaklaşmaya ihtiyaç duymak						
19- Kendine yapılacak yardımı hep aynı kişiden istemek						
20- Oyun öncesi topu öpmek						
21- Oyun öncesi dış/banyo yapmak						
22- Aynı kaleyi, potayı ya da oyun sahasını seçme						
23- Oyun öncesi abdest almak						
24- Oyun öncesi sahanın çizgilerine basmak						
25- Oyun öncesi sahaya aynı yerden girmek						
26- Oyun sahasına sağ ayakla çıkmak						
27- Sahaya/çime dokunmak						
28- Oyun öncesi kurşun diktirmek						
29- Maçtan önceki gece maç formasıyla uyumak						
D. OYUN / KARŞILAŞMA SIRASINDA						
30- Yedek kulübesinde/benche sıranın başında oturmak						
31- Yedek kulübesinde/benche hep aynı yerde oturmak						
32- Atış öncesi aynı uğurlu hareketi yapmak						
E. TAKIM DAVRANIMLARI						
33- Takımcı kurşun diktirmek						
34- Buz sahalarda uğurlama inanmak						
F. DUA ETME						
35- Her oyun öncesi başarı için dua etmek						
36- Takımın sabit bir dua ettiren kişiye sahip olması						
37- Oyuna besmelesiz çıkmamak						

Aşağıdaki ilk bölümde yeteneklerinize olan GENEL, ikinci bölümde ise ŞU ANKI güveninize ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadeleri bildiğiniz en güven sahibi sporcu ile karşılaştırarak cevaplayınız. Kendinizi, kişi ile kıyaslamanızı 1-9 arasındaki puan değerini daire içine alarak belirtiniz.

BU KISIM GENEL OLARAK KENDİNİZE İLİŞKİN İFADELER İÇERMEKTEDİR.

	DÜŞÜK	ORTA	YÜKSEK						
1. Başarılı olmak için gerekli becerileri uygulama yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Yarışma esnasında kritik karar verme yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Baskı altında performans gösterme yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Başarılı stratejiler uygulama yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Yeteri kadar konsantr olma yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Farklı oyun durumlarına uyum sağlama ve başarıyı sürdürme yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Yarışma hedeflerinizi başarma yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Başarılı olma yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Sürekli biçimde başarılı olma yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Yarışma sırasında başarılı biçimde düşünme ve tepki verme yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Yarışma içineymeydan okumaları karşılama yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Müsabakalarda olaylar aleyhinize gelişirken bile başarılı olma yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Zayıf bir performans sergilerken sıçrama yapma (çıkış yapma) ve başarılı olma yeteneğinize olan güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9

BU KISIM İSE ŞU ANKI KENDİNİZE İLİŞKİN İFADELER İÇERMEKTEDİR.

	DÜŞÜK	ORTA	YÜKSEK						
1. Başarılı olmak için gerekli becerileri uygulama yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Yarışma esnasında kritik karar verme yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Baskı altında performans gösterme yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Başarılı stratejiler uygulama yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Yeteri kadar konsantr olma yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Farklı oyun durumlarına uyum sağlama ve başarıyı sürdürme yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Yarışma hedeflerinizi başarma yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Başarılı olma yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Sürekli biçimde başarılı biçimde düşünme ve tepki verme yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Yarışma için meydan okumaları karşılama yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Karşılaşmalar için hazırlığınıza dayanarak başarılı olma yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Başarılı olacak kadar sürekli biçimde performans gösterme yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Zayıf bir performans sergilerken sıçrama yapma (çıkış yapma) ve başarılı olma yeteneğinize olan şu anki güveniniz	1	2	3	4	5	6	7	8	9

İLLİNOİS KENDİNİ DEĞERLENDİRME ENVANTERİ (CSAI-2)

Aşağıda sporcuların yarışmalardan önce duygularını tanımlamaları amacı ile kullandıkları bir dizi ifade sıralanmıştır. Her bir cümleyi dikkatli şekilde okuyunuz ve şimdi şu anda kendinizi nasıl hissettiğinizi belirten numarayı cümlenin sağ tarafında verilen işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış yanıt yoktur. Hiç bir ifade üzerinde çok fazla zaman harcamadan, şu andaki duygularınızı tanımlayan cevabı işaretleyiniz.

	Hiçbir Zaman	Bazen	Sıkça	Daima
1. Bu müsabaka benim için önemlidir.	----	----	----	----
2. Kendimi sınırlı hissediyorum.	----	----	----	----
3. İçim rahat.	----	----	----	----
4. Müsabakaya ilişkin tereddütlerim var.	----	----	----	----
5. Kendimi tedirgin hissediyorum.	----	----	----	----
6. Kendimi rahat hissediyorum.	----	----	----	----
7. Bu müsabakada yapacağımdan daha azını yapacakmışım gibi geliyor.	----	----	----	----
8. Vücudumun gergin olduğunu hissediyorum.	----	----	----	----
9. Kendime güveniyorum.	----	----	----	----
10. Kaybetmek beni rahatsız ediyor.	----	----	----	----
11. Midemde kasılma hissediyorum.	----	----	----	----
12. Kendimi güvende hissediyorum.	----	----	----	----
13. Baskı altında nefes almakta zorlanıyorum.	----	----	----	----
14. Vücudumun gevşediğini hissediyorum.	----	----	----	----
15. Yapabileceğimden eminim.	----	----	----	----
16. Düşük performans göstereceğim endişesine sahibim.	----	----	----	----
17. Kalbim çok hızlı atıyor.	----	----	----	----
18. İyi performans göstereceğimden eminim.	----	----	----	----
19. Hedefime ulaşamayacağımdan endişe ediyorum.	----	----	----	----
20. Midemde rahatsızlık hissediyorum.	----	----	----	----
21. Zihinsel olarak kendimi rahatlatmış hissediyorum.	----	----	----	----
22. Performansımın başkalarında düş kırıklığı yaratacağı endişesi taşıyorum.	----	----	----	----
23. Ellerim soğuk soğuk terliyor.	----	----	----	----
24. Kendime güveniyorum, çünkü zihnimde hedefime ulaşacağımı canlandırıyorum.	----	----	----	----
25. Yoğunlaşamayacağım endişesine sahibim.	----	----	----	----
26. Vücudumda gerginlik hissediyorum.	----	----	----	----
27. Müsabaka stresinin üstesinden geleceğimden eminim.	----	----	----	----

ÖZGEÇMİŞ

ORCID NO: 0009-0003-4974-3120

Adı-Soyadı: Sinan SOLAK

Yabancı Dil: İngilizce

Eğitim ve Mesleki Geçmişi:

- 2017, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi.
- 2019-, Beden Eğitimi ve Spor öğretmeni, Millî Eğitim Bakanlığı,

Projeleri:

- 2023, Eskişehir Teknik Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri - BAP, Eskişehir.