

13-16 YAŞ ARASI ALTYAPI FUTBOLCULARININ MÜSABAKA DÖNEMİNDEKİ DURUMLUK KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

¹Nurgül TEZCAN KARDAŞ^{ABCDE}

A Çalışma Deseni (Study Design)

B Verilerin Toplanması (Data Collection)

C Veri Analizi (Statistical Analysis)

D Makalenin Hazırlanması (Manuscript Preparation)

E Maddi İmkanların Sağlanması (Funds Collection)



Özet: Bu çalışmada; 13-16 yaş arası altyapı futbolcularının müsabaka dönemindeki durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma grubunu Düzce ilinde altyapı liglerinde oynayan 13-16 yaş arası 320 erkek futbolcu oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formuna ilaveten Koç (2004) tarafından geliştirilen 5'li likert tipinde kurgulanmış "Durumluk Kaygı Düzeyi Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 25 paket programından yararlanılmış ve veri analiz yöntemi olarak bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi testleri kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre katılımcıların durumluk kaygı düzeylerinde yaş, aile gelir durumu ve müsabaka öncesi sorumlu hissedilen kişi değişkenleri açısından anlamlı farklılık bulunmazken, müsabaka sonrası sorumlu hissedilen kişi açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p=.014$; $p<.05$). Araştırmanın neticesinde, sporcuların durumluk kaygı düzeylerini etkileyen faktörlerin farklı şekillerde kendini gösterdiği ve bu durumun çeşitli faktörlerden etkilendiği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Kaygı, Futbol, Alt Yapı, Müsabaka

ANALYSIS OF THE STATE ANXIETY LEVELS OF 13-16-YEAR-OLD FOOTBALLERS DURING COMPETITION PERIOD

Abstract: Present study aimed to analyze the state anxiety levels of 13-16 year-old footballers during competition period. Research group consisted of 320 male football players aged between 13-16 playing in infrastructure leagues from Düzce Province. To collect data in addition to personal information form developed by the researcher, "State Anxiety Level Scale" which was developed by Koç (2004) was used. The data evaluated with SPSS 25 package program using the independent samples t test and ANOVA. According to analyze results there was no significant difference on the variable state anxiety of the participants according to age, family income and the person who evokes the emotion of responsibility before the match however, there was a significant difference according to the person who evokes the emotion of responsibility ($p=.014$; $p<.05$) after the match. As a conclusion it was seen that the factors affecting the state anxiety levels of footballers appears in several ways and this situation can be affected by various factors.

Keywords: Anxiety, Football, Infrastructure, Competition

SUMMARY

Introduction & Aim: Today, the idea of reaching the ultimate performance and obtaining athletic success which take part in the most important notions of sports world is available with the better physical, mental and emotional improvement of the athletes. Knowing the factors causing anxiety in athletes has an important role in the process of helping them with the aim of keeping them away from high level of anxiety and protecting their normal mental health especially when the athletes participate in the competitions in which there are great amounts of expectations, audience, media and immediate environment pressure. This situation has even a greater importance in the adolescence period which forms an important process of personality development. In this study which is organized considering all these elements, it was aimed to analyze the state anxiety levels of 13-16 year-old footballers during competition period. **Material and Method:** Research group was consisted of 13-16 year-old 320 male footballers living in the province of Düzce who play in infrastructure leagues. In the study in addition to "Personal Information Form" which was prepared by the researcher, "State Anxiety Level Scale" was used. The scale developed by Koç H in 2004, using expletory factor analyze method. The scale is a self-report scale with 28 items. In the analysis of the data SPSS 25 packet program was used. In order to show the distributions of the the socio-demographic features of the participants, frequency analysis was done. Independent samples t test and ANOVA was used as the hypothesis tests. **Results:** As a result of the data obtained by evaluating in terms of various variables, no significant differences were found on the variable state anxiety according to age, family income and the person who evokes the emotion of responsibility before the match however, there was a significant difference according to the person who evokes the emotion of responsibility ($p=.014$; $p<.05$). **Conclusion:** At the end of the research, it was seen that the factors affecting the state anxiety levels of footballers display themselves in various ways and that the state anxiety levels of athletes are affect by various factors. It shouldn't be forgotten by the interested team managers, coaches and family members that without considering individual differences, the routinized motivational attempts before, during and after the match will not affect each footballer in the same way.

1. GİRİŞ

Zihinsel ve ruhsal faaliyetler ile bedensel faaliyet ve performans arasında çok sıkı bir bağımlılık ve karşılıklı etkileşim vardır. Bedensel faaliyetler içinde, en hızlı, en güçlü ve en mükemmel olan ve ara sıra gruplar halinde yapıldığı için sosyal nitelikler de yüklenen sporda bu bağımlılık ve etkileşim daha da fazladır. Kısacası, sportif başarının "bedensel, ruhsal, zihinsel," üst düzey performansların bir bileşimi olduğu söylenebilir. Bu durumda ise sporda psikolojik performans yükseltme yöntemlerinin araştırılması, bulunması ve uygulanması mecburi hale gelmektedir (Başer, 1986). En

popüler spor branşlarından biri olan futbolda bu etkiler daha da göz önüne serilmektedir. Futbol, ülkemizde ve dünyada çok sevilen spor branşlarından bir tanesidir. İlgi çekiciliği ve birçok toplumlarda beğeni ile uygulanabilir olması ile geniş kesimlere mal olması ile milyonlarca insanın ilgi alanı haline gelmiştir (Güney, 2001). Futbolda beceri, yetenek, fiziksel ve fizyolojik yeterliliğinin yanı sıra zihinsel, psikolojik ve sosyal özelliklerinde üst seviyelerde olması gerekmektedir. Bir futbolcu, saha içerisinde tüm karşılaşma boyunca iyi bir performans ortaya koyabilmek ve kendisinden beklenenler için sahanın fiziksel şartlarının yanı sıra seyirci baskısı, aile, arkadaş baskısı ile birlikte antrenör yönetici baskısı ile de mücadele de bulunmak zorundadır. Büyük miktarlarda ekonomik boyutunun olduğu bir sektörde, futbolcular bir karşılaşmaya çıkarken mutlak galibiyet düşüncesiyle şartlanmaktadır. Bu mutlak galibiyet isteği futbolcular üzerinde zaman zaman olumsuz etkilere sebep olarak aşırı kaygı ve stres biçiminde kendini göstermektedir (Gümüş, 2002).

Kaygı, insanlarda var olan belli başlı bir duygudur. Kaygı, “gelecekle ilgili insanı üzen ve sıkın bir bekleme hali, güvensizlik duygusu ile karışık bir heyecan durumu” (Öncül, 2000; Coşkun ve Günbey, 2009) olarak tanımlandığı gibi, “dış dünyadan kaynaklanan bir tehlike ihtimali ya da kişi tarafından tehlikeli olarak algılanıp yorumlanan herhangi bir durum karşısında yaşanan bir duygu” (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2000) olarak da tanımlanır. Futbolda performansın belirtilerinden biri de kaygı olarak görülmektedir. Bireyin fiziki ve sosyal çevresinden gelen fizyolojik, sosyolojik ve psikolojik ahenksizlikler tehdit edici bir vaziyet ortaya çıkarabilir. Kaygı evrensel bir öz yapıya sahip olmakla birlikte tüm spor branşlarında performansla olumlu veya olumsuz yönde tesir edebilmektedir. Sportif performansta kaygı futbolcuların uyum yeteneklerini, dikkat ve konsantrasyonlarını, denge ve koordinasyonlarını, motivasyon ve aktivasyonlarını mühim değerlerde etkilemektedir. Bu etkiler futbolcuların ortaya çıkaracakları performanslarında ihtiyaç duyacakları esneklik, kuvvet, dayanıklılık, sürat, teknik ve taktik özelliklerde kendisini gösterir (Koç, 2004). Bu durum ergenlik dönemlerindeki kişilik geçişlerinde daha da fazla kendini göstermektedir. Ergenlik dönemi, insan hayatında kaygı düzeyinin en üst seviyeye çıktığı, en düzensiz dönemdir. Bu periyotta gençliğe adım atan çocukların duygularında istikrarsızlık ve yoğunluk, halsizlik ve yalnızlık, güvensizlik ve tasa durumu, çevreye uyum problemleri ve aile içi çatışmalar görülebilmektedir. Ergenlik döneminde kaygı problem yaratan etkenler arasında, mühim bir yer tutmaktadır (Bacanlı, 2005). Bu kritik dönem ile profesyonel spor hayatına geçiş dönemi çoğunlukla denk gelmektedir. Bu durumun varlığı alt yapı sporcularında net bir şekilde görülmektedir.

Çoğu altyapı futbolcuları beceri ve yeteneklerini sadece fizyolojik ve fiziksel kapasitelerine değil aynı zamanda sosyolojik ve psikolojik özelliklerine de borçludur. Futbolcuların kendilerini müsabakalara psikolojik ve sosyolojik olarak hazırlama, odaklanabilme, motive olabilme ve kaygılarını yönetebilme de mükemmel yeteneklere sahiptirler. Birçok futbolcu antrenmanlarda harikalar yaratır. Çok iyi performanslar ortaya koyar. Ancak müsabakaya sıra geldiğinde bu performansı

göremeyiz. Bu durum ise futbolcuların kaygı düzeylerinin performanslarıyla yakından ilişkili olduğunu gösterir. Altyapı futbolcularının antrenmanlarında ve müsabakalarında fiziksel gelişiminin yanında psikolojik ve ruhsal özelliklerinin de göz önünde tutulması ile istenilen performans düzeyine ulaşılacağı düşünülmektedir. Psikolojik açıdan altyapı futbolcularına yapılan yardım ve desteklerde sportif performansı engelleyen faktörlerin ortadan kaldırılması önemsenmektedir. Son yıllarda altyapı maçlarında maçın sonucuna çok önem arz etmektedir. Bunun sonucuna göre de kazanmak başarıyı, kaybetmek ise sporcularda başarısızlığı işaret etmektedir. Bu şekilde bir görüş sergilenmesi altyapı futbolcularında maç veya karşılaşma ortamlarını kaygı verici bir nitelik taşımaktadır. Bu da sporcuların kendilerine karşı olan güvenini başarıyla eşdeğerde tutar. Dolayısıyla kazanmak becerikli olmak, kendini değerli hissetmek, kaybetmek ise beceriksiz olmak, kendini değersiz hissetmek anlamına gelir. Bu durum bireylerde kaygı durumunu ortaya çıkarmaktadır.

Müsabakadan önce sporcuların birçoğu kaygı, stres, heyecan ve korku içinde olurlar. Ağrı, sancı ya da olumsuz düşüncelere kapılabilirler. İçinde buldukları bu durumu karşılaşmaya fiziksel olarak da aksettirirler. Örneğin bir kalecinin çok rahat tutabileceği bir topu kontrol edememesi çok basit pas hataları, şutlarda isabetsizlik ve isteksiz bir oyun sergileme gibi durumlarda ortaya çıkar. Oynayacağı maçı kaybettiği takdirde küme düşme tehlikesi olan bir takımdaki oyuncuların maça konsantre olması ile sonuç nasıl olursa olsun lig sıralamasındaki yeri hiç değişmeyecek olan bir takımdaki oyuncuların veya kazandığı takdirde şampiyonluk bekleyen daha da başka bir takımdaki oyuncuların hareket tarzlarındaki farklılıkları rahatlıkla gözlemlenebilir (Özbaydar, 1983).

Aşırı kaygı futbolcunun, kan basıncını ve kalp dakikalık atım sayısını yükselterek erken yorulmasına neden olabilir. Optimal düzeyden mahrum bir kaygı futbolcunun arkadaşlarıyla uyumunu, işbirliğini ve yardımlaşmasını bozabilir. Futbol bir takım oyunudur. Futbolcuların birbirlerine uyum içinde ve birbirleri ile yardımlaşarak hareket etmeleri gerekmektedir. Optimallikten uzak kaygıda, futbolcuda iletişim bozuklukları ve sinirlilikler de ortaya çıkabilir (Konter, 1996).

Tüm bu özellikler göz önünde bulundurulduğunda müsabaka döneminde futbolcuların performanslarını arttırabilmek için maç öncesinde fizyolojik olduğu kadar psikolojik olarak da iyi hazırlanmaları gerektiği söylenebilir. Futbolcuların performanslarını negatif etkileyen etkenleri belirlenerek ortadan kaldırılması yönünde çalışmalar yapılması, nicelik ve nitelik açısından daha başarılı sonuçlar elde edilmesine yardımcı olacaktır.

2. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, verilerin elde edilmesinde gönüllülük esaslı katılım sağlayan çalışma grubu, ilgili verilerin elde edilmesi sırasında kullanılan araçlar, verilerin analiz edilmesinde kullanılan istatistiksel tekniklere ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

Araştırmanın Modeli: 13-16 yaş arası altyapı futbolcularının müsabaka dönemindeki kaygı durumlarının inceleyen bu araştırma, betimsel araştırma niteliğindedir. Araştırmada tarama (survey) yöntemi kullanılmıştır. “tarama yöntemi, genellikle eğitim araştırmalarında seçilen grubun belirli bir konu hakkında tutum, inanç ve görüşlerini öğrenmek amacıyla kullanılır” (Mcmillan ve Schumacher, 2006).

Araştırma Grubu: Araştırma grubunu; Düzce ilinde altyapı liglerinde oynayan 13-16 yaş arası toplam 320 futbolcu oluşturmaktadır. Tablo 1 de araştırmaya gönüllülük esaslı katılan sporcuları farklı değişkenler açısından frekans dağılımları verilmiştir.

Tablo-1 Araştırmaya katılan bireylerin çeşitli değişkenlere ilişkin frekans dağılımları (n=320)

	Değişkenler	F	%
Yaş	13	143	44.7
	14	76	23.8
	15	58	18.1
	16	43	13.4
Aile Gelir Düzeyi	0-2500	127	39.7
	2501 ve üzeri	193	60.3
Müsabakadan Önce Kime Karşı Sorumluluk hissettiği	Kendime	63	19.7
	Aileme	47	14.7
	Takım Arkadaşlarıma	143	44.7
	Seyirci/Taraftar	31	9.7
	Antrenörüm	36	11.3
Müsabakadan Sonra Kime Karşı Sorumluluk Hissettiği	Kendime	64	20.0
	Aileme	58	18.1
	Takım Arkadaşlarıma	120	37.5
	Seyirci/Taraftar	42	13.1
	Antrenörüm	36	11.3

Veri Toplama Araçları: Veri toplama amacıyla uygulanan envanterler; araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” ve kaygı düzeylerini ölçen "Durumluk Kaygı Düzeyi Ölçeği (DKDÖ)" dir. Koç (2004) tarafından geliştirilen ve 28 maddeden oluşan ölçek araştırmacı tarafından 201 kişiye uygulanmış ve geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında yapılan analizler sonucunda ölçme aracının Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı, ölçeğin genelinde 0.91 olarak bulunmuştur. 5'li likert tipinde hazırlanan ölçek Hiç, Az, Orta, Çok ve Çok Fazla olarak derecelendirilmiştir ve tek faktörlü bir yapıyı desteklemektedir.

Verilerin Analizi: Verilerin analizinde SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Örneklemi oluşturan bireylerin sosyo-demografik özelliklerinin belirlenmesi için frekans analizi yapılmıştır. Çalışmada hipotez testleri olarak ikili karşılaştırmalarda bağımsız örneklem t testi, 3 ve daha fazla karşılaştırmalarda tek yönlü varyans analizi testi kullanılmıştır.

3. BULGULAR

Araştırmaya katılan 13- 16 yaş arası altyapı futbolcularının müsabaka dönemindeki kaygı durumlarının incelenmesi ile ilgili bilgiler aşağıdaki tablolar da verilmiştir.

Tablo-2 Katılımcıların aile gelir seviyesine göre durumluk kaygı düzeyleri

		N	Ort	SS	P
Aile Gelir Seviyesi	0-2500 TL	127	2.57	.77	.276
	2501 TL ve üzeri	193	2.66	.75	
P<.05*					

Yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre aile gelir seviyelerine göre katılımcıların müsabaka öncesi durumluk kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo-3 Katılımcıların yaş ve müsabaka öncesi ve sonrasında kime karşı sorumluluk hissettiklerine göre durumluk kaygı düzeyleri

		N	Ort	SS	P
Yaşınız	13	143	2.64	.86	.389
	14	76	2.65	.77	
	15	58	2.47	.51	
	16	43	2.72	.65	
	Toplam	320	2.62	.76	
Müsabakadan Önce Kime Sorumlu	Kendi	63	2.55	.80	.870
	Aile	47	2.61	.88	
	Takım Arkadaşları	143	2.65	.67	
	Seyirci/Taraftar	31	2.70	.74	
	Antrenör	36	2.60	.89	
	Toplam	320	2.62	.76	
Müsabakadan Sonra Kime Sorumlu	Kendi	64	2.47	.59	.014*
	Aile	58	2.85	.81	
	Takım Arkadaşları	120	2.52	.74	
	Seyirci/Taraftar	42	2.78	.76	
	Antrenör	36	2.71	.92	
	Toplam	320	2.62	.76	
P<.05*					

Tek yönlü varyans analizi test sonucuna göre katılımcıların yaşlarına ve müsabaka öncesinde kime karşı sorumluluk hissettiklerine göre durumluk kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Ancak, katılımcıların müsabaka sonrasında kime karşı sorumluluk hissettiklerine göre durumluk kaygı düzeylerinin anlamlı şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

4. TARTIŞMA

Bu çalışmada; 13-16 yaş arası altyapı futbolcularının müsabaka dönemindeki durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen veriler, farklı

değişkenler açısından analiz edilmiştir.

Yapılan araştırmada durumluk kaygı düzeyi ölçeğinin, yaş, değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için One- Way ANOVA testi uygulanmıştır ve bu sonuçlara göre yaş değişkeninde anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir ($p=,389$). Konter (1996) 3. ligde oynayan profesyonel futbolcular üzerinde yaptığı bir araştırmada, oyuncuların yaşlarının durumluk kaygı puanına etkisi olmadığını belirtmiştir. Özbekçi (1989) basketbol, voleybol ve atletleri durumluk kaygı düzeyleri bakımından karşılaştırmış ve yaş ve müsabaka stres düzeyleri arasında bir ilişki bulamamıştır. Bir başka çalışmada Arseven ve Güven (1992), yaşlara göre (20 yaş üstü ve 20 yaş altı) iki gruba ayrılan değişik branşlardaki (basketbol, hentbol, voleybol ve atletizm) sporcuların müsabaka ortamındaki kaygı düzeyi ile ilgili verileri analiz etmişler ve çıkan sonuçlar arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Bu sonuçlar çalışmamızı destekler nitelikte olmasına rağmen, bazı karşı yönde bulguların da bulunabileceği düşünülerek bu tür çalışmalarının sayısının artırılması gerektiği düşünülmelidir.

Yapılan çalışmada aile gelir durumu değişkeni ile 13-16 yaş arası altyapı futbolcularının durumluk kaygı düzeyi arasında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır ($p=.276$). Bilge ve Pektaş (2004) yaptıkları araştırmada gelir düzeyi ile sürekli kaygı arasındaki farklılığı incelemişler ve anlamlı düzeyde fark bulamamışlardır. Karaman (2009) da yaptığı başka bir çalışmada üniversite öğrencilerinin ailelerinin ekonomik durumu ile sürekli kaygı puanı arasındaki ilişkiyi sınımış ve anlamlı sonuç elde edememiştir. Bizde çalışmamızda literatürle benzer sonuçlar elde ettik.

Katılımcıların müsabakadan önce kime karşı sorumlu hissettikleri sorusuna verdikleri cevaba göre yapılan analizler sonucunda da anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p=.870$). Ancak müsabakadan sonra kime karşı sorumluluk hissediyorsunuz sorusuna verdikleri cevaba göre katılımcıların durumluk kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Alan yazın tarandığında kazanan sporcuların daha düşük durumluk kaygı gösterdiği anlaşılmaktadır (Cox, 1990). Bu durum başarı ile tamamlanmış müsabaka sonrası kaygı durumunun daha düşük olduğu düşüncesini oluşturmuştur. Bu olguyu destekler nitelikte Yücel (2003) yaptığı çalışmada müsabakada başarılı olan tekvando sporcularının durumluk ve sürekli kaygıları ile başarılı olmaları arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Dowthwaite ve Armstrong yaptıkları araştırmada, yapılacak karşılaşmanın öneminin yüksekliği oranında, karşılaşma öncesi durumluk kaygının yüksek olduğunu bulmuşlardır (Cox 1990). Gümüş (2002) 3. Lig profesyonel futbolcular üzerinde puan sıralamasına bağlı olarak takımların durumluk kaygı düzeyleri üzerinde bir araştırma yapmış ve küme düşmeme ve şampiyonluk mücadelesi veren takımların durumluk kaygı düzeylerini yüksek bulmuştur. Ergür (2002)' de yarışma sporlarının tamamen stres verici yaşantılar olmadığını, kişisel değerlendirmelerin ve yüksek beklenti düzeyinin de durumluk kaygıyı arttırdığını ortaya koymuştur. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde müsabaka öncesi kaygı düzeyinin müsabaka sonrası kaygı düzeyinden daha yüksek olduğu söylenebilir. Fakat bu düşüncenin aksine; Özbay'ın güreş milli takımında yer

alan sporcuların müsabaka sonrası durumluk kaygı düzeylerini araştırdığı çalışmasında, farkın anlamlı olduğu saptanmıştır (Özbay, 2012).

Araştırmamızda; müsabakadan sonra kime karşı sorumlu hissettiğine ilişkin verilen cevapların analizlerinde anlamlı bir farklılık görülmektedir ($p=.014$). Anlamlı fark aileme yanıtını veren futbolcular lehine çıkmıştır. Elde edilen sonuçlar müsabaka sonrası başarı veya başarısızlık durumunda hissedilen sorumluluğun, aileye karşı daha yüksek olduğunu göstermektedir. Buna karşın, Erbaş ve Arkadaşları (2000) basketbolcuların karşılaşma öncesi oluşan durumluk kaygı puanlarını (biyolojik yaşları, antrenman yaşları, takımda bulunma süreleri, pozisyonları, sakat olup olmama, kaptan olup olmama) bazı kişisel değişkenleri ile takım içi ilişkileri (arkadaşları, antrenörleri, idarecileri) incelemiş, araştırmanın 6 kişisel değişkeni olan biyolojik yaş, antrenman yaşı, takımda bulunma süresi, mevkisi, sakat olup olmama ve kaptan olup olmama ile durumluk kaygı puanı arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır.

5. SONUÇ

Spor kavramı içinde heyecan, coşku, yarışma, üzüntü, tasa gibi faktörleri barındırmaktadır. Bu faktörler yarışma öncesinde sporculara kendini korku, stres, heyecan vb. şekilde gösterir. Bu duygular kontrol edilemez ise sporcuların performanslarını olumsuz yönde etkiler. Antrenörler, yöneticiler ve aile bireyleri altyapı sporcularına sık sık müsabakanın önemi, sonucu ve kendisi için değeri gibi konulardan bahsederek bireylerin duygu durumlarını etkileyebilmektedir. Müsabakadan önce ve sonra takım içindeki uyum ve sporcuların birbirine güveni, yöneticilerin tek tek futbolculara olan güven duygusu ve desteği, müsabaka sonucunun olumlu geçeceği düşüncesi, antrenörün futbolcuları motive etme ve düzgün konuşma üslubu, seyirci ve aile motivasyonu gibi faktörler, sporcuların fiziksel ve duygusal yönden müsabakalara hazır olması için büyük öneme sahiptir. Bu faktörlerin olumsuz gelişmesi sporcuları duygusal olarak olumsuz yönde etkiler. Performansın olumlu ve/veya olumsuz etkileyen faktörlerin tespiti bu konuda yapılacak çalışmaların veya alınacak önlemlerin daha verimli olmasını sağlayacaktır. Bu nedenle bu alanda yapılacak çalışmalar farklı branşlar ve değişkenler planlanarak çeşitlendirilmelidir.

6. KAYNAKÇA

Alisinanoğlu F, Ulutaş İ. (2003). *Çocukların Kaygı Düzeyleri İle Annelerinin Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Eğitim ve Bilim, 28 (128), 65-1.

Arseven A, Güven Ö. (1992). *Sporcuların Müsabaka Ortamındaki Anksiyete Düzeyleri*. H.Ü. Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi, Ankara.

Bacanlı H. (2005). *Gelişim ve Öğrenme*. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

Başer E. (1986) *Uygulamalı Spor Psikolojisi*. Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı Yayınları, Yayın No: 31, Ankara.

Bilge A, Pektaş İ. (2004). *Öğrencilerin Sosyo-Kültürel Özellikleri, Durumluk Sürekli Kaygı Düzeyleri ve Başa Çıkma Becerilerinin İncelenmesi*. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, İzmir.

Coşkun Y, Günbey A. (2009). *Engelli Çocuğu Olan Annelerin Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Sosyal Destek Alguları Arasındaki İlişki*. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD), 10 (1).

Cox HR. (1990). *Sport Psychology, Concepts and Applications*. Second Edition, Tm. C. Brotn Publishers, Dubuque.

Erbaş M, Tokgöz İ, Çetinkaya S. (2000). *Türkiye Basketbol 2. Erkekler Ligindeki Oyuncuların Bazı Kişisel Değişkenlerinin Durumluk Kaygı Üzerine Etkileri ve Durumluk Kaygının Takım İçi İlişkilerine Etkisinin Araştırılması*. Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Teknolojisi Yüksekokulu Beden Eğitimi ve Spor Dergisi, 3(5).

Engür M. (2002). *Elit Sporcularda Başarı Motivasyonun, Durumluk Kaygı Düzeyleri Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko-Sosyal Alanlar ABD, İzmir.

Gümüş M. (2002). *Profesyonel Futbol Takımlarında Puan Sıralamasına Göre Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Günay M, Yüce, İ, Atilla P. (2001). *Futbol Antrenmanının Bilimsel Temelleri*. 2. Baskı, Gazi Kitabevi, Ankara.

Karaman S. (2009). *Sağlık İle İlgili Programlarda Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.

Koç H. (2004). *Profesyonel Futbolcularda Durumluk Kaygı Düzeyini Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.

Konter E. (1996). *Profesyonel Futbolcuların Bazı Kişisel Değişkenlerinin Durumluk Kaygı Üzerine Etkileri ve Durumluk Kaygının Takım İçi İlişkilerine Etkisinin Araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Adana.

McMillan HJ, Schumacher S. (2006). *Research in Education Evidence-Based Inquiry*. 6th Edition, Allyn and Bacon In, Boston.

Öncül R. (2000). *Eğitim ve Eğitim Bilimleri Sözlüğü*. M.E.B. Yayınları, Ankara.

Özbekçi F. (1989). *Farklı Spor Dallarında Yaşanan Müsabaka Stres Düzeylerinin Araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, M.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Özbaydar S. (1983). *İnsan Davranışlarının Sınırları ve Spor Psikolojisi*, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.

Weinberg RS, Gould D. (1995). *Relationship between Competitive Anxiety, State Anxiety, and Golf Performance: A Field Study*. Journal of Sport Psychology, 2(2), 148-54.

Yücel E. (2003). *Taekwondocuların Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri ve Müsabakalardaki Başarılarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.

Makale Geliş (Submitted) : 10.09.2018
Makale Kabul (Accepted) : 19.10.2018
Yazışma Adresi (Corresponding Address): nurgultezcan@duzce.edu.tr