T.C.
TRAKYA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

Tez Yöneticisi
Doç. Dr. Fuat ERDUĞAN

FUTBOL ALTYAPI YAŞ GRUPLARINDAKİ OYUNCULARIN DURUMLUK - SÜREKLİ KAYGI DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

(Yüksek Lisans Tezi)

SADULLAH ERDAL ERDAŞ

Referans no: 10609619

EDİRNE-2025

T.C.
TRAKYA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

Tez Yöneticisi
Doç. Dr. Fuat ERDUĞAN

FUTBOL ALTYAPI YAŞ GRUPLARINDAKİ OYUNCULARIN DURUMLUK - SÜREKLİ KAYGI DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

(Yüksek Lisans Tezi)

SADULLAH ERDAL ERDAŞ

Destekleyen Kurum:

EDİRNE-2025

İÇİNDEKİLER

ONAY SAYFASI ..... **İ**
ETİK BEYAN ..... **İİ**
İTHAF ..... **İİİ**
TEŞEKKÜR ..... **İV**
SİMGE VE KISALTMALAR ..... **V**
ÖZET ..... **Vİ**
ABSTRACT ..... **Vİİ**
1. GİRİŞ VE AMAÇ **1**
1.1. Hipotezler **2**
1.2. Araştırmanın Önemi **3**
2. GENEL BİLGİLER **4**
2.1. Futbol **4**
2.1.1. Futbolun Kuralları **4**
2.1.2. Futbolun Tarihsel Gelişimi **6**
2.1.3. Futbolda Altyapı (Öz Kaynak Düzeni) **8**
2.2. Futbolda Oyun Bölgeleri ve Mevkiler **9**
2.2.1. Savunma **10**
2.2.2. Orta Saha **11**
2.2.3. Hucüm **12**
2.3. Stres ve Kaygı **12**
2.3.1. Stres **13**
2.3.2. Stres Çeşitleri **13**
2.3.3. Stres Belirtileri **13**
2.3.4. Stres Tepkileri **14**
2.3.5. Kaygı **15**
2.3.6. Kaygı Çeşitleri **15**
2.3.7. Kaygı Belirtileri **16**
2.3.8. Stres ve Kaygı Arasındaki Farklar **16**
3. GEREÇ VE YÖNTEMLER **17**
3.1. Araştırmanın Değişkenleri **17**
3.2. Evren ve Örneklem **17**

3.3. Veri Toplama Aracı 17
3.3.1. Demografik Bilgi Formu 18
3.3.2. Çocuklar için Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri 18
3.4. İstatistiksel Analiz 19
4. BULGULAR 20
5. TARTIŞMA 32
KAYNAKLAR 36
EKLER I
EK 1: Etik Kurul Onay Formu…….. I
EK 2: Demografik Bilgi Formu V
EK 3: Çocuklar İçin Durumluk Kaygı Formu VI
EK 4: Çocuklar İçin Sürekli Kaygı Formu IIV
ÖZGEÇMİŞ V
BENZERLİK RAPORU VI

ONAY SAYFASI

ETİK BEYAN

"Futbol Altyapı Yaş Gruplarındaki Oyuncuların Durumluk - Sürekli Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi" adlı bana ait olan tez çalışmamın bütün aşamalarında etik dışı davranışımın olmadığını, bütün verileri ve bilgileri akademik ve etik kurallar içerisinde elde ettiğimi, verilerde ve sonuçlarda herhangi bir tahrifat yapmadığımı, tezimin yazımında yapay zekâ yazılımları kullanmadığımı, diğer kaynaklardan elde ettiğim bilgi ve yorumlara tezimde uygun şekilde kaynak gösterdiğimi ve kaynaklar bölümünde yer verdiğimi, patent ve telif haklarını ihlal edici herhangi bir davranışımın olmadığı beyan ederim.

Sadullah Erdal ERDAŞ

İmza

İTHAF

Bu çalışmamı her zaman yanımda olan ve her türlü desteği veren sevgili eşim Zeynep Budem ERDAŞ' a ve saygıdeğer hocam Doç. Dr. Fuat ERDUĞAN' a ithaf ediyorum.

TEŞEKKÜR

"Futbol Altyapı Yaş Gruplarındaki Oyuncuların Durumluk - Sürekli Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi" konulu yüksek lisans çalışmamda; elinden gelen her türlü desteği veren, tecrübe ve bilgilerini benimle paylaşan danışmanım Doç. Dr. Fuat ERDUĞAN'a, tüm imkanları ile çalışmama destek veren altyapı hocaları Şerafettin MUTLUER, Melih ALTINOK, Hasan ESKİN, Naim SERT, İbrahim MİLET, Göktuğ ÜKÜNCÜLER, Emrah TUNA, Berkan Berke ERGENE, Azat BİLEN, Ahmet ŞİNBİL, Ayhan Çınar SERBEST'e, çalışmaya destek olan diğer tüm antrenör arkadaşlarım ile genç sporcularımıza teşekkür ve minnetlerimi sunarım.

SİMGE VE KISALTMALAR

AVAR : Assistant Video Assistant Referee (Video Yardımcı Hakem Asistanı)

IFAB : International Football Association Board **(**Uluslararası Futbol Birliği Kurulu)

FC : Football Club **(**Futbol Kulübü)

FIFA : Fédération Internationale de Football Association (Uluslararası Futbol Federasyonları Birliği)

TFF : Türkiye Futbol Federasyonu

UEFA : Union of European Football Associations (Avrupa Futbol Federasyonları Birliği)

VAR : Video Assistant Referee **(**Video Yardımcı Hakem)

Yy : Yüzyıl

ÖZET

"Futbol Altyapı Yaş Gruplarındaki Oyuncuların Durumluk - Sürekli Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi", Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Edirne, 2025.

Giriş ve Amaç: Futbol dünya çapında en popüler ve yaygın sporlardan biridir. Yetenekli bir futbolcunun gelişmesi ve başarılı bir kariyer yolunda ilerlemesi genellikle iyi bir altyapı eğitimiyle başlar. Futbol altyapısı genç sporculara temel becerileri kazandırmayı ve onları profesyonel futbola hazırlamayı amaçlamaktadır. Futbolcuların fiziksel ve teknik gelişiminin yanı sıra psikolojik durumları da oldukça önemlidir. Bu çalışmada futbol altyapı yaş gruplarında durumluk - sürekli kaygı seviyelerinin çeşitli değişkenlere göre düzeyleri incelenmiştir.

Gereç ve Yöntemler: Araştırmaya katılan futbolculara araştırmanın amacı ve önemi anlatılmıştır. Sonrasında Demografik Bilgi Formu ve Çocuklar İçin Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri doldurtulmuştur. Tanımlayıcı değerler, yüzde, maksimum, minimum, ortalama ve standart sapma olarak sunulmuştur. Verilerin Shapiro -Wilk normallik dağılım testi gerçekleştirilmiş ve normal dağılım göstermediği bulunmuştur ($p<0,05$). Bu sebeple parametrik olmayan analizler gerçekleştirilmiştir. Sporcuların yaş, spor yaşı, mevki, bulundukları şehir, ailelerin gelir durumları ve kardeş sayısı ile anketlerden aldıkları puanların fark analizleri Kruskall-Wallis testi ile analiz edilmiştir. Gruplar arasındaki ikili farklılıklar ise Dunn's post-hoc testi ile gösterilmiştir. Ailede sporcu geçmişi durumu farklılıkları için Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Verilerin analizi JASP (versiyon 0.19.1, Hollanda) yazılımı ile gerçekleştirilmiştir. İstatistiki anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Araştırmaya katılan futbolcuların durumluk-sürekli kaygı seviyeleri spor yaşı, yaş ve mevkilerine göre incelenmesi yapılmıştır. Spor yaşı grubu olarak incelendiğinde durumluk ve sürekli kaygı puan ortalamasının değişmediği gözlemlenmiştir. Yaş grubu olarak incelendiğinde 11 yaş grubunun en düşük değerde olduğu, yaş büyüdükçe kaygı puanın düşük oranda yükseldiği gözlemlenmiştir. Mevki olarak incelendiğinde orta saha grubunun en yüksek değerde olduğu gözlemlenmiştir.

Sonuç: Araştırmaya katılan futbolcuların spor yaşı, yaş ve mevkilere göre durumluk-sürekli kaygı seviyeleri test edilmiş, her değişkene göre kaygı seviyelerinin değiştiği tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Futbol, altyapı, kaygı, stres, yaş.

ABSTRACT

"Examining State-Trait Anxiety Levels in Youth Soccer Players Across Various Variables", Trakya University, Institute of Health Science, Physical Education and Sports Department, Master's Thesis, Edirne, 2025.

Background and Aim: Football is one of the most popular and widespread sports worldwide. The development of a talented football player and his progress in a successful career usually starts with a good infrastructure education. Football infrastructure aims to provide young athletes with basic skills and prepare them for professional football. In addition to the physical and technical development of football players, their psychological state is also very important. In this study, state-trait anxiety levels in football youth age groups were examined according to various variables

Material and Methods: The purpose and significance of the study were explained to the football players participating in the research. Afterwards, the Demographic Information Form and the State-Trait Anxiety Inventory for Children were completed. Descriptive values were presented as percentages, maximum, minimum, mean, and standard deviation. Shapiro-Wilk normality distribution test was performed on the data and it was found that they did not show a normal distribution. ($p<0.05$). Therefore, non-parametric analyses were performed. Differences between the players' age, years of sports experience, position, city of residence, family income level, and number of siblings, as well as the scores obtained from the questionnaires, were analyzed using the Kruskal-Wallis test. Pairwise differences between groups were examined using Dunn's post-hoc test. The Mann-Whitney U test was applied to analyze differences in the presence of a family history of athletes. Data analysis was conducted using JASP software (version 0.19.1, Netherlands), with the statistical significance level set at $p<0.05$.

Results: The state-trait anxiety levels of the football players participating in the research were examined according to their sports age, age and position. When examined by sports age group, it was observed that the mean scores of state and trait anxiety did not change. When examined by age group, it was observed that the 11-year-old group had the lowest value, and as the age increased, the anxiety score increased at a low rate. When examined in terms of position, it was observed that the midfield group had the highest value.

Conclusion: The state-trait anxiety levels of the football players participating in the research were tested according to their sports age, age and position, and it was determined that their anxiety levels varied according to each variable.

Keywords: Football, youth, anxiety, stress, age

1. GİRİŞ VE AMAÇ

Futbol dünya çapında en popüler ve yaygın sporlardan biridir. Yetenekli bir futbolcunun gelişmesi ve başarılı bir kariyer yolunda ilerlemesi genellikle iyi bir altyapı eğitimiyle başlar. Futbol altyapısı genç sporculara temel becerileri kazandırmayı ve onları profesyonel futbola hazırlamayı amaçlamaktadır. Futbolcuların fiziksel ve teknik gelişiminin yanı sıra psikolojik durumları da oldukça önemlidir (1).

Futbol alt yaş gruplarında durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi, spor psikolojisinde önemli bir araştırma alanını temsil etmektedir ve bu alandaki araştırmaların genç sporcularda psikolojik dayanıklılığın gelişimini anlama ve destekleme konusunda çıkarımları vardır (2). Futbol alt yaş gruplarında yer alan genç sporcular ciddi fiziksel ve zihinsel baskı altındadır (3). Futbolculardaki kaygı düzeyleri performans üzerinde doğrudan etkiye sahiptir ve spor kariyerleri üzerinde uzun vadeli etkiler yaratabilir.

Durumluk kaygı genellikle belirli bir olay veya durumla ilgili geçici kaygıdır. Durumluk kaygıya örnek olarak müsabaka öncesi heyecan ve penaltı atışlarında duyulan stres gösterilebilir. Sürekli kaygı ise sporcuların günlük yaşamlarında sürekli kaygı yaşamalarına neden olabilen, daha kalıcı ve genel bir kaygı durumu olarak tanımlanmaktadır (4).

Bu iki tür kaygının futbol altyapısındaki genç sporcular üzerindeki etkisini anlamak için çeşitli değişkenlerin dikkate alınması gerekir. Bunlar arasında sporcunun yaşı, cinsiyeti, tecrübe düzeyi, teknik ve taktik yeteneği, antrenörle ilişkisi, aile desteği gibi faktörler yer alır.

Spor psikolojisi literatüründeki araştırmalar, genç sporcularda kaygı düzeyini yönetmek için çeşitli becerilerin geliştirilmesini önermektedir. Bu beceriler genç sporcuların spor yaparken performanslarını artırmalarına ve duygusal ve zihinsel olarak daha sağlıklı olmalarına yardımcı olabilir (5).

Bu çalışmanın amacı, futbol altyapısındaki oyuncuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin farklı değişkenler kullanılarak araştırılmasının önemini ve etkilerini vurgulamaktır.

1.1. Hipotezler

- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri yüksektir.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri düşüktür.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri spor yaşına göre farklılık gösterir.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri spor yaşına göre farklılık göstermez.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri yaşa göre farklılık gösterir.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri yaşa göre farklılık göstermez.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri oynadığı mevkilere göre farklılık gösterir.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri oynadığı mevkilere göre farklılık göstermez.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri yaşadığı şehire göre farklılık gösterir.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri yaşadığı şehire göre farklılık göstermez.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri aile gelirine göre farklılık gösterir.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri aile gelirine göre farklılık göstermez.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri kardeş sayısına göre farklılık gösterir.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri kardeş sayısına göre farklılık göstermez.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri ailede spor yapmış bireyin bulunmasına göre farklılık gösterir.
- Altyapı futbolcularının durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri ailede spor yapmış bireyin bulunmasına göre farklılık göstermez.

1.1. Araştırmanın Önemi

Futbol altyapısındaki genç sporcuların ruh sağlığını anlamak, onların uzun vadeli başarıları ve genel sağlıkları açısından kritik öneme sahiptir. Durumluk ve sürekli kaygı, bu sporcuların performansını ve gelişimini direkt olarak etkileyebilir. Antrenörlerin, ailelerin ve sporcuların kaygının etkileri konusunda farkındalıklarının arttırılması spor ortamının daha destekleyici ve anlayışlı olmasını sağlayabilir. Böylelikle sporcuların kaygıyı yönetme becerilerinin geliştirmesi sağlanabilir.

Bu çalışmadan elde edilen bulguların, futboldaki altyapı yaş gruplarındaki oyuncuların durumluk ve süreklilik kaygı düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi konusunda çalışanlara yeni perspektifler kazandırması ve gelecekteki araştırmalar için bir referans niteliği taşıması amaçlanmaktadır.

Yapılan araştırma ile futbol camiasına fayda sağlanması, futbol sporunda gelecek nesillerin başarısının arttırılması ve spor ortamında yaşanan psikolojik problemlerin ortaya çıkarılıp engellenmesi amaçlanmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Futbol

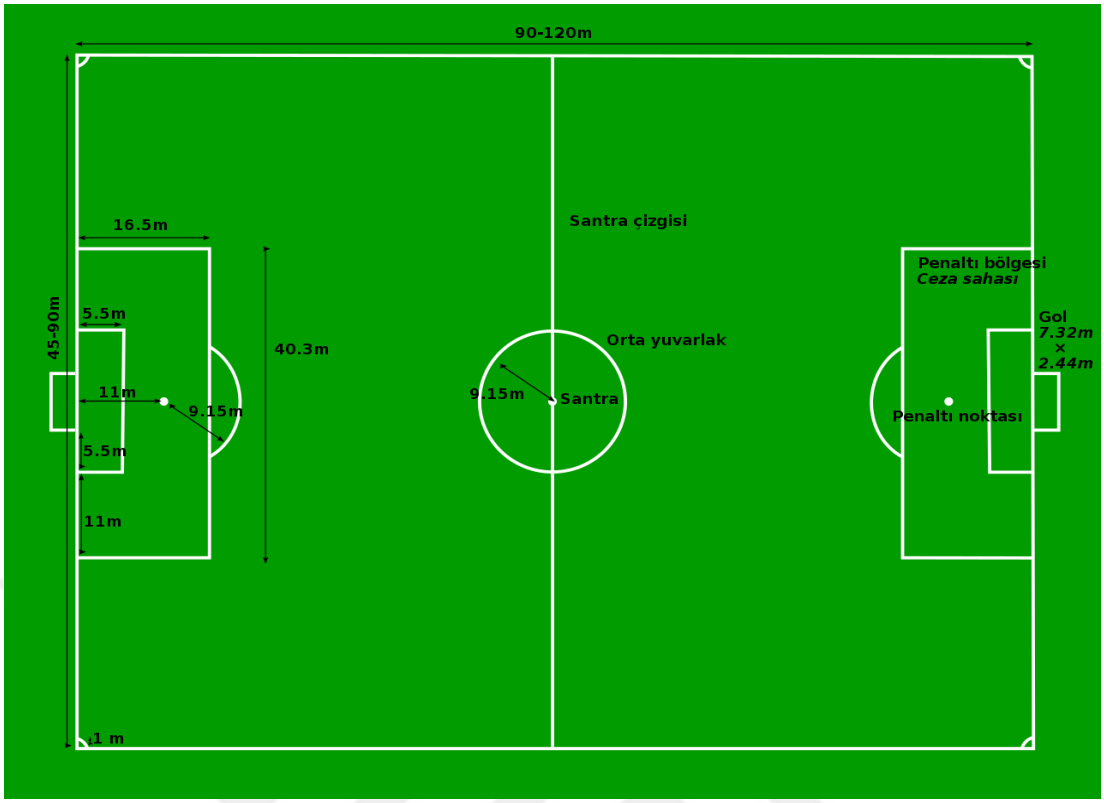
Futbol iki takımın karşılaştığı, her bir takımda saha içinde on birer oyuncudan oluşan küre şeklindeki bir topla oynanan bir takım sporudur. Olası sakatlık veya performans odaklı değişiklik yapmak için bulunan yedek oyuncular, teknik ekip ve sağlık ekibi yedek kulübesi diye tabir edilen alanda bulunurlar. Oyunun temel hedefi, topu rakip takımın kalesine göndererek gol elde etmektir. Kaleciler sadece ceza sahası içinde olmak koşulu ile elleri dâhil vücudunun bütün uzuvlarını kullanabilirken, diğer oyuncular eller ve kolları ile topa temas edemezler. Futbol günümüzde dünyada en çok takip edilen ve en çok ilgi gören spor branşları arasında en başta bulunmaktadır.

Futbol, yüksek derecede fiziksel, fizyolojik özellikler ve teknik beceri gerektiren, 90 dakikalık bir maç boyunca farklı koşu hızları ve yoğunluklarında birçok tempo değişikliğiyle oynanan bir oyundur (6). Bunun yanında sporcunun performans düzeyini belirleyen psikolojik etkenler de vardır.

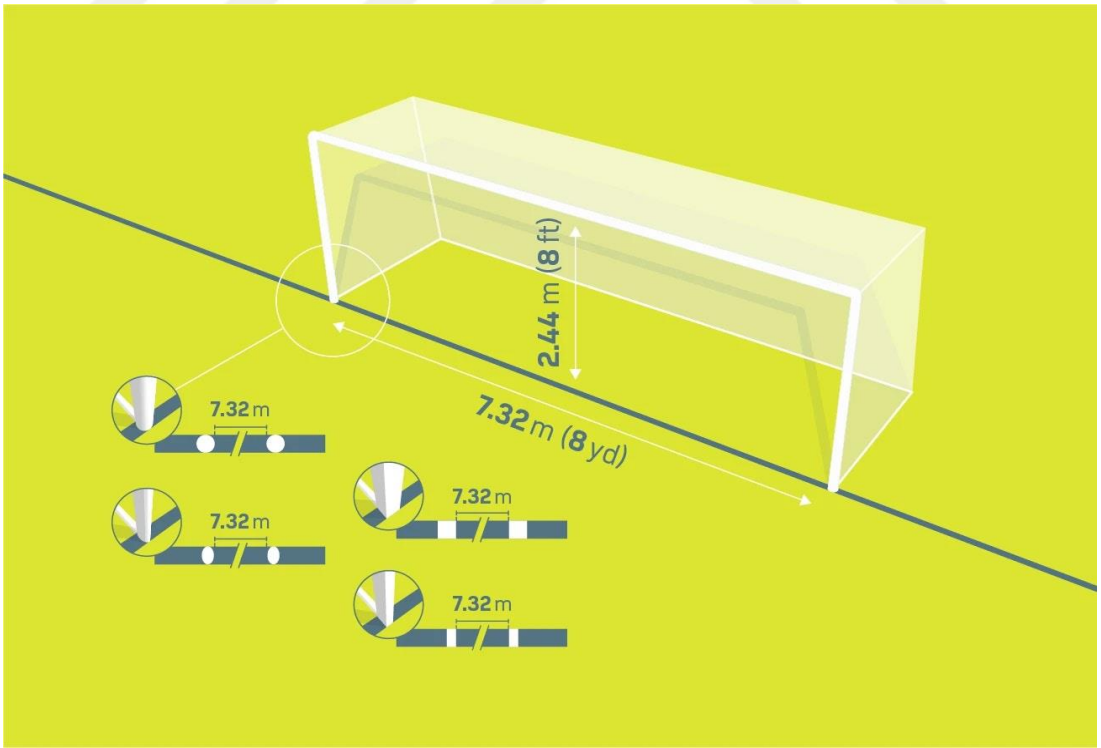
2.1.1. Futbolun Kuralları

Futbol ile ilgili oyun kuralları Uluslararası Futbol Birliği Kurulu (IFAB) tarafından hazırlanır. Dünya çapında futbol konusunda en büyük ve en yetkili yönetim kurumu olan Uluslararası Futbol Federasyonu (FIFA) tarafından da bu kurallar yayınlanır. Futbolda belirlenen 17 adet ana kural vardır. Bunlara ek olarak yine IFAB tarafından yayınlanan ek karar ve yönetmelikler de vardır. IFAB tarafından belirlenen 17 ana kuralın şu şekilde ifade edilmektedir (7);

1. Kural: İçeriğinde saha yüzeyi, saha işaretleri, saha boyutu (Şekil 1.1.), uluslararası maçlar için boyutlar, kale alanı ölçüleri, ceza sahası alanı ölçüleri, köşe alanı ölçüleri, bayrak direği ölçüleri, yedek kulübesi alanı, kale direkleri ölçüleri (Şekil 1.2.), gol çizgisi teknolojisi, ticari reklam, logo-amblemler ve video yardımcı hakemler (VAR) ile ilgili kurallar bulunur.



Şekil 2.1. Futbol sahası ölçüleri (7)



Şekil 2.2. Kale ölçüleri (7)

2. Kural: Topun üretimde kullanılan malzemesi, ağırlığı ölçüleri ve özellikleri.
3. Kural: Sahadaki ve yedek kulübesindeki oyuncu sayısı, maçta yapılabilecek oyuncu değişikliği, takım kaptanı ile ilgili kurallar.
4. Kural: Giyilmesi ve giyilmemesi gereken ekipmanlar, kıyafetlerin renkleri, üzerindeki reklam ve amblemler, suçlar ve yaptırımları belirleyen kurallar vardır.
5. Kural: Hakemin yetki ve görevleri, hakem kararları, video yardımcı hakem (VAR) kullanımı, hakem ekipmanları ile ilgili kuralları belirler.
6. Kural: Maçlarda diğer maç görevlileri, iki yardımcı hakem, dördüncü hakem, iki ek yardımcı hakem, yedek yardımcı hakem, video yardımcı hakem (VAR) ve en az bir VAR yardımcısı (AVAR) ile ilgili kuralları belirler.
7. Kural: Maçın süresi ile ilgili kurallar; devre ve devre aralarının süresi ve uzatmalar ile ilgili kuralları belirler.
8. Kural: İki devre başındaki başlama vuruşu ve yeniden başlatma kuralı.
9. Kural: Topun oyunda veya oyun dışı olması kuralı.
10. Kural: Gol yapma yöntemi ve maç sonu penaltı atışları kuralları.
11. Kural: Ofsayt ile ilgili kurallar.
12. Kural: Fauller ve kusurlu hareketler ile ilgili kurallar. Direkt serbest vuruş veya endirekt serbest vuruş verilmesi ve cezalar ile ilgili kurallar.
13. Kural: Serbest vuruşların nasıl yapılacağı ile ilgili kurallar.
14. Kural: Penaltı vuruşu ile ilgili kurallar.
15. Kural: Taç atışı ile ilgili kurallar.
16. Kural: Kale vuruşu ile ilgili kurallar.
17. Kural: Köşe vuruşu ile ilgili kurallar.

2.1.2. Futbolun Tarihsel Gelişimi

Sporun, ilk zamanlarda insanın avlanma ve korunma içgüdüsünden ortaya çıktığı bilinmektedir. Zamanla bu spor uğraşları eğlence ve zevk almak için yapılmaya başlanmıştır. Futbol, tarihsel süreçte bazı medeniyetlerdeki sporlarla benzerlik gösterir; Çin'de askerlere çeviklik kazandırmak için oynadıkları ''TSU CHU", Eski Yunanlılarda ''EPİSKİROS'', Romalılarda ise ''HARPASTUM'' adıyla futbola benzer oyunların oynandığı göze çarpmaktadır. Aynı şekilde Türklerde de kız ve erkeklerin beraber oynadığı ve ''TEPÜK'' adı verilen futbol benzeri oyunlar oynandığı eski eserlerde belirtilmiştir. Spor adına hayvanların mesanelerinin şişirilerek

oynandığı veya yuvarlak nesneye tekme atılması, fırlatılması ve kafa atılmasının bu amaçla yapıldığı bilinmektedir (8). Bir başka iddia ise futbolun İtalyanlar tarafından Dünya'ya yayıldığıdır. ''CALCİO'' adında futbol benzeri bir oyunun oynandığı ve bu sayede Dünya'ya yayıldığı iddia edilmektedir (9). İngilizlerin bu oyunları görmelerinden sonra beğenmelerinin ve oynamalarının, futbolun Dünya'ya yayılmasında önemli bir etken olduğu iddia edilmektedir. 17. Yy' da ise İngilizlerde şahsen hükümdarların bu oyunu destekledikleri, bunun sonucunda da futbolun çok büyük bir gelişme gösterdiği iddia edilmektedir. 120 x 80 metrelik bir alana 1 metre aralıklarla yerleştirilen iki direk arasından, içi hava dolu ve deri kaplı hayvan idrar torbası kullanarak topun geçmesiyle puan için yarışılan dönemden günümüzdeki halini almıştır. 1841 yılından itibaren topun yuvarlak, küre biçiminde olması standart hale gelmiştir. 1848 yılında futbol kuralları, "Cambridge Kuralları" adı altında toplanarak oyun kurallarında bir standart oluşturulmuş ve ulusal birlik sağlanmıştır. İngiltere'nin ilk futbol kulübü Sheffield FC 1855'te kuruldu (10). 1863 yılında ise İngiltere'deki 11 kulübün yöneticileri bir araya gelerek "İngiltere Futbol Birliği'ni oluşturmuşlardır. 1866'da İngiltere, İskoçya, Galler ve İrlanda federasyonları bir araya gelerek futbol kurallarını düzenlemek amacıyla "International Board" adıyla ilk uluslararası futbol organizasyonunu kurmuş ve modern futbolun temelini atmıştır. 1904 yılının Mayıs ayında, 7 farklı ülkenin federasyonları bir araya gelerek "Fédération Internationale de Football Association" (FIFA) adlı Uluslararası Futbol Federasyonu'nu kurmuşlardır. Bugün FIFA, dünya futbolunu yönlendiren, uluslararası maçların organizasyonundan sorumlu olan, kuralların belirlenmesi ve değiştirilmesine karar veren, aynı zamanda anlaşmazlıkların çözülmesinde yetkili tek kuruluş olarak görev yapmaktadır (11).

Türkiye'de futbol 19. Yüzyılın sonunda oynanmaya başlamıştır. İzmir'de İngilizler tarafından kurulan futbol kulübü ilk futbol kulübü olarak tarihe geçmiştir. Siyah Çoraplar (Black Stocking) takımı Türkler tarafından kurulmuş olup Türkiye'nin ilk futbol takımıdır. İlk resmi futbol takımı ise 1905 te Ali Sami Yen önderliğinde Mekteb-i Sultanide (Galatasaray Lisesi) 10. sınıf öğrencilerinin kurduğu Galatasaray'dır. 1907-1908 sezonunda kazandığı şampiyonluk Türk futbol tarihi için başlangıç sayılır. Daha sonra kurulan Beşiktaş ve Fenerbahçe kulüpleri ile de ilerleme devam etmiştir. 1923 yılında Türkiye'de ilk spor teşkilatı olarak Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı kurulmuş, daha sonra Türkiye Futbol Federasyonu bu teşkilatın devamı olarak oluşturulmuştur. 1952 yılında profesyonellik kabul edilmiştir ve Türk futbolu için bu tarihten itibaren yeni bir dönem başlamıştır. 1954 yılında Avrupa Futbol Federasyonları Birliği'nin (UEFA) kurulmasının ardından Türkiye, bir Avrupa ülkesi olarak

tanınmak için yaptığı başvuru uzun uğraşlar sonucu 10 Şubat 1962 tarihli karar doğrultusunda FIFA tarafından kabul edildi. O tarihten bu yana Türkiye Futbol Federasyonu, UEFA'nın 34 üye ülkesinden biri olarak her türlü organizasyonda yer almaktadır (12).

2.1.3. Futbolda Altyapı (Öz Kaynak Düzeni)

Futbol altyapısı 19 yaş altı gençlerin oynadıkları yaş gruplarını ifade eder. Ülkemizde son zamanlarda birçok farklı anlam taşıyan altyapı terimi yerine ‘’Öz Kaynak Düzeni’’ terimi kullanılmaya başlanmıştır. Bu terimin Türk futbol literatürüne sokulmasını sağlayan, genç oyuncu yetiştirmede öncü olan ve bu yaş gruplarında ulusal ve uluslararası bir çok şampiyonluğu bulunan antrenör Serpil Hamdi TÜZÜN şu şekilde ifade etmiştir. ‘’ Terminoloji önemlidir ve altyapı dediğimizde aslında duvarları, pencereleri, kanalizasyonları vb. kastediyoruz. Biz insanlarla etkileşim halindeyiz. Öz kaynak düzeni, kulübü anlayan, kulübün gelenek ve göreneklerini düzenli bir şekilde benimseyen sporcuların yetiştirilmesini içerir. Etimolojide "kaynak" kelimesi tıpkı çocuklar gibi saflık, duruluk ve temizlik barındırır. Düzen derken bilinçli, planlı çalışmayı anlatılmak istenir.’’

Bütün spor branşlarında olduğu gibi futbolda da küçük yaşta spora başlamaları bedensel ve fiziksel gelişimleri yönünden önemlidir. Kulüplerin başarılı olmasında, nitelikli ve yetenekli sporculara sahip olmasının etkisi oldukça fazladır. Bu sporcular genellikle küçük yaşlardan itibaren sporla iç içe olan, sistemli ve bilinçli eğitim alan kişilerdir (13).

Futbola başlama yaşı gelişmiş ülkelerde 6 iken ülkemizde uzun süre 8-10 yaşları arasında devam etmiştir (13). Son zamanlarda kurulan futbol okulları ile futbola başlama yaşı gelişmiş ülkeler ile aynı seviyeye gelmeye başlamıştır. Profesyonel spor kulüplerinin kendi öz kaynak düzenine oyuncu kazandırma yaşı da 12-14 yaş aralığıdır. Ama özellikle ülkemizde eğitilebilir potansiyelli sporcular yerine sadece mevcut zamanda yüksek performans gösteren ve fizik gücü kuvvetli oyuncular seçilmekte, ama bu oyuculardan kısa süre içinde verim alınsa bile ilerleyen zamanlarda yeterli gelişimi göstermeyebilmektedir. Yetenek tespiti ve sporcu seçimi gibi alanlarda, özel yetenek seçim programlarının geliştirilmesi gerekmektedir. Farklı spor merkezlerinin kurulması ve bu tür merkezlerin yaygınlaştırılması büyük önem taşımaktadır (14).

Futbolda 6-10 yaş aralığında oyun ve temel hareket eğitimi, 10-12 yaş aralığında futbol teknik eğitimi, 12-14 yaş aralığında başlangıç seviyesinde taktik eğitimi, 14-16 yaş aralığında teknik- taktik eğitim ve hafif düzeyde ağılık çalışması yapılır. 16-18 yaş aralığında ise fiziksel

gelişim tamamlanmaya başlar. Sporcuya teknik – taktik eğitimlerin yanında bedensel gelişimi dengeli bir duruma geldiği için maksimal performans yüklenmeleri yaptırılabilir.

2.2. Futbolda Oyun Bölgeleri ve Mevkiler

Futbolda oyuncuların sahada bulundukları bölümlere göre adlandırılmasına oyun bölgesi denir. Futbolcuların kendi kalelerine olan durumlarına göre savunma, orta saha ve hücum bölgesi olarak üç ana bölgeye ayrılır. Farklı bir tanımlama olarak savunma 1. bölge, orta saha 2. bölge, hücum 3. bölge (Şekil 1.3.) olarak adlandırılır.



Şekil 2.3. Oyun bölgeleri (TacticalPad)

Futbol sahası, farklı bölgelere ayrılmıştır ve her bölge oyuncuların belirli görevleri yerine getirdiği stratejik alanlardır. Bu bölgeler, takımın oyun felsefesinin oluşmasında ve gerçekleşmesinde etkin rol oynar. Futbolcuların pozisyonları bölgelere göre belirlenir.

Futbolda mevki, oyuncuların oyun alanındaki pozisyonlarına göre adlandırılmasına verilen isimdir (15). Oyuncu mevkileri, futbolcuların takım içerisindeki taktik görevlerini ve hareket alanlarını belirler (16). Futbolcular müsabaka sırasında öncelikle mevkilerinin gerektirdiği temel yükümlülüklerini yerine getirmek zorundadır. Her mevki, oyuncunun oynadığı bölgede belirli görevleri yerine getirmesi ve takım stratejisinin bir parçası olarak sahada belirli bir rolü üstlenmesi anlamına gelir. Futbol mevkileri, oyuncuların yeteneklerini, fiziksel özelliklerini ve oyun bilgilerini en iyi şekilde kullanmalarını sağlayarak bir takımın başarılı olmasına katkıda bulunur. Mevkiler, takımların oynadıkları ve uyguladıkları taktiklere göre farklılık gösterebilir.

Modern futbol anlayışında, farklı saha dizilişleri ve oyun bölgeleri belirlenmiştir. Bununla birlikte oyunculara temel görevlerinin yanı sıra farklı görevler de verilmekte olup tanımlamalarda temel oyun bölgeleri ve temel mevkiler (Şekil 1.4.) ele alınacaktır.



Şekil 2.4. Oyuncu mevkileri (TacticalPad)

2.2.1 Savunma

Savunma oyuncularının temel amacı rakip takımın ataklarını başarılı bir şekilde karşılayıp gol atmasını engellemek ve oyun kurulumunda görev almaktır. Savunma oyuncuları korkusuz, atik, gelişmiş sıçrama becerisine sahip, kademe anlayışı yüksek olmalıdır (17).

Kaleci:

Kaleci; ceza sahası içinde topu elinde tutarak kaleye gitmesini engellemeye çalışan, hakemin kendisini diğer futbolculardan ayırt edebilmesi için farklı renkte forma giyebilen oyuncudur (18). Asli görevi golü engellemek olan kaleciler, hücum başlangıcında da görev alır. Kalecinin sakatlanması durumunda, tedavisi tamamlanıncaya kadar oyun durdurulur. Kalecinin sakatlanarak maçtan ayrılması veya kırmızı kart görerek ihraç edilmesi halinde, yedek kulübesinden yedek kaleci, değişiklik hakkı yoksa saha içinden bir oyuncu geçmelidir (19).

Stoper:

Savunma hattının gerisinde rakibin hücumuna müdahale eden oyuncudur. Bu amaçla merkez savunma oyuncusu, alanı iyi savunabilen ve pozisyon alabilen oyunculardan seçilir (15). Günümüz futbol anlayışında bu defansif özelliklere ek olarak stoper oyuncusunun sahip olması

gereken nitelikler arasında topu iyi kullanması, başarıyla oyuna sokması ve iyi top tekniğine sahip olması gerekir (20).

Sağ bek – sol bek:

Bek oyuncuları savunma hattının sağ ve sol tarafında kenar çizgilerine yakın bölgelerinde oynayan sporculardır. Öncelikli görevi savunma yapmak ve hücum aktivitelerinde yer almaktır (19). Bu görevleri yerine getirmek, yüksek konsantrasyon ve dikkatin yanında güçlü bir sezgi gerektirir (21).

2.2.2. Orta Saha

Bir takımın savunma ve hücum hatları arasında geçiş bağlantısını sağlayan, gerektiğinde hücum eden, gerektiğinde savunmaya yardımcı olan oyunculardır. Ana görevleri, rakip takımın ataklarını durdurmak ve topu kazanmak, oyunu kurmak ve topu hücum oyuncularına ulaştırmaktır.

Defansif orta saha:

Temel görevi rakibin hücum etmesini ve topa sahip olması engellemektir. Aynı zamanda birinci bölgede geriden oyun kurulumuna yardımcı olur.

Merkez orta saha:

Orta sahanın merkezinde bulunan bu oyuncuların hem savunma hem de hücum yönünde etkin olmaları istenir. Rakip takım ataklarında savunma görevini üstlenirken, hücum varyasyonlarında birinci bölge ve üçüncü bölge arasında pas bağlantısı kurma görevini üstlenir (22).

Ofansif orta saha:

Orta sahanın önünde forvete yakın oynayan bu oyuncuların görevi hücuma destek ve gol yollarında etkili olmaktır. Genellikle bireysel becerileri ve yaratıcılıkları üst seviye olan futbolcular bu mevkide görev alır.

Sağ kanat – sol kanat:

Orta saha iki kenar bölgesinde, taç çizgisine yakın oynayan oyuncularıdır. Temel görevleri forvete top ulaştırıp gol atmasını sağlamak veya gol atmaktır (23). Bir diğer görevi rakip ataklarında savunmaya gelerek yardımcı olmaktır.

2.2.3. Hücum

Hücum oyuncularının gol atmanın dışında görevi gol atabileceği alanlara koşmak, rakip savunmaları çekerek takım arkadaşlarına pozisyon yaratmak ve hücum organizasyonunu olgunlaştırmak için hazırlık paslarına katılmaktır (10).

Forvet – santrafor:
Takımın en uç noktasında bulunan bu oyuncunun temel amacı gol atmaktır. Top kontrolü, bitiricilik, kafa vuruşu ve çeviklik gibi özelliklere sahip olmalıdır.

Kanat forvet:
Hücum bölgesinin sağında ve solunda oynayan amacı asist yapmak veya gol atmak olan futbolculardır.

2.3. Stres ve Kaygı

Stres ve kaygı birbirine çok benzemesine rağmen arasında farklılıklar bulunur. Her ikisi de duygusal tepkilerdir. Ancak stres genellikle dış etkenlerden kaynaklanır. Bu etkenler; değer verilen biriyle bir tartışma, son teslim tarihi yaklaşan bir iş durumu, fakirlik, ayrımcılığa uğramak veya uzun süreli hastalık olabilir. Stres altındaki kişilerde yorgunluk, sinirlilik, öfke, kas ağrıları, uyku bozuklukları, sindirim bozuklukları gibi psikolojik ve bedensel belirtiler görülür.

Kaygı; stres yaratan etkenlerin yokluğunda bile ortadan kaybolmayan, ısrarcı ve aşırı endişe ile karakterizedir. Kaygı, stres durumundaki aynı belirtilerin çoğuna neden olur. Semptomlar arasında uykusuzluk, konsantrasyon güçlüğü, yorgun hissetme, sürekli sinirli olma ve kaslarda gerginlik bulunur.

Stres ve kaygı, günlük yaşamın kaçınılmaz parçalarıdır ve her iki durum da bireylerin hem bedensel hem de zihinsel sağlığı üzerinde ciddi etkiler yaratabilir.

2.3.1. Stres

Stres; rahatsız edici veya zorlu bir durum karşısında bireyin hissettiği fiziksel ve duygusal gerilim durumudur. Cüceloğlu'na göre ise stres, "bireyin fiziki ve sosyal çevreden gelen uyumsuz koşullar sebebiyle, bedensel, ruhsal ve psikolojik sınırlarının ötesinde harcadığı

gayret" olarak açıklanmaktadır (24). Düşük stres düzeyi kişinin motivasyonunun artmasına yardımcı olabilirken, aşırı ve uzun süreli stres, fiziksel ve psikolojik sorunlara neden olabilir. Stres terimi aynı zamanda tehditkâr veya zorlayıcı olarak algılanan olaylara verilen fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkileri ifade etmek için de kullanılır (25).

2.3.2. Stres Çeşitleri

Stres kendi arasında akut stres, episodik akut stres ve kronik stres olmak üzere üç çeşittir.

Akut stres; herkesin günlük hayatında yaşayabileceği normal bir stres türüdür. Bu tür stres kısa vadelidir, kontrol edilebilir veya tedavi edilebilir. Bunun ana nedeni okul, iş veya günlük hayattaki problemler veya küçük kazalar olabilir.

Episodik akut stres, bireyin hayatındaki tüm sorumlulukların tamamen kendisine ait olduğu bir durumdur. Sürekli olarak yoğundurlar. Bu nedenle zor durumlara gereğinden fazla tepki verme eğilimindedirler. Duygularını kontrol edemedikleri için davranışlarını da kontrol etmekte zorlanırlar. Episodik stres bozukluğunun bir diğer boyutu da kaygıdır. Kendini bu durumda bulan kişiler, hem kendilerine hem de başkalarına karşı çaresiz ve mutsuz davranışlar sergilerler (26). Episodik akut stresin başlıca nedeni sürekli duyulan endişelerdir.

Kronik stres, özellikleri bakımından akut stresten farklıdır. Bunun nedeni ise insanlar üzerinde yarattığı aşırı olumsuz etkidir. Hem zihinsel hem de fiziksel sorunlara neden olabilir. Kronik stres, ortaya çıkan stresle başa çıkmanın yollarını aradığımızda doğal olarak ortaya çıkar. Kronik stresin ana nedenleri başında sorunlu aileler, mutsuz evlilikler ve yapılmak istenmeyen işlere sahip olmaktır.

2.3.3. Stres Belirtileri

Stres yaşayan insanlarda bazı değişiklikler görülür. Bunlar fizyolojik, davranışsal ve psikolojik belirtilerdir.

Fiziksel belirtiler; yorgunluk, baş ağrısı, nefes darlığı, mide bulantısı ve aşırı terleme olarak görülebilir (27).

Psikolojik belirtiler; Gerginlik, geçimsizlik, korku, öfke, sinirlilik, huzursuzluk, sürekli ve yersiz endişe olarak ortaya çıkabilir.

Davranışsal belirtiler; uykusuzluk, iştahsızlık, dikkat dağınıklığı, sigara ve alkol gibi maddelerin kullanımda artış olarak ortaya çıkabilir.

2.3.4. Stres Tepkileri

Stresin etkisiyle ön hipofiz bezi ve adrenal bezler tarafından düzenlenir ve hipofiz hormonları ve adrenalini etkiler. Buna bağlı olarak aynı zamanda Hipotalamus yoluyla üst beyin merkezleri de etkilenir. Bunun sonucunda vücuttaki hormonal denge bozularak çeşitli hastalıklara yol açmaktadır (28). Bu rahatsızlıklar stresin evresine göre farklılıklar gösterebilir. Bu rahatsızlıklar fizyolojik, zihinsel ve psikolojik rahatsızlıklar olarak üç başlık altında incelenebilir.

Fizyolojik Rahatsızlıklar:

Stres sonucunda vücutta meydana gelen fizyolojik rahatsızlıkları şu şekilde açıklayabiliriz.

- Göz bebeklerinde büyüme görülür.
- Kas gerginliği artar, solunum sıklaşır.
- Kan basıncı seviyesinde artış olur.
- Kalp atım sayısı fazlalaşır.
- Mide adaleleri ve bağırsak adaleleri gevşer, sindirim yavaşlar.
- İç salgı bezlerinin faaliyeti artar. Adrenalin ve noradrenalin salgılanır.

Zihinsel Rahatsızlıklar:

Stres sonucunda vücutta meydana gelen zihinsel rahatsızlıkları şu şekilde açıklayabiliriz.

- Unutkanlıkta artış yaşanır, dikkat ve yaratıcılık azalır.
- Karar verme zorluğu ortaya çıkabilir.
- Hatırlama güçlüğü oluşur, takıntılı düşünceler fazlalaşır.
- Konsantrasyon güçlüğü çekilebilir.
- Çevreye ilgi azalır (29).

Psikolojik Rahatsızlıklar:

Stres sonucunda vücutta meydana gelen psikolojik rahatsızlıkları şu şekilde açıklayabiliriz.

- Korku, endişe
- Depresyon, huzursuzluk
- Karamsarlık
- Güvensizlik duygusu, terkedilmişlik duygusu

2.3.5. Kaygı

Kaygı, Latince ’de "anxietas" kelimesinden türemiş olup, düşüncelerden endişe duymak anlamına gelir. Bu kavram, aynı zamanda endişe ve anksiyete terimleriyle de ifade edilebilir (30). Türkçe sözlüklerde ise kaygı, "genellikle kötü bir durum meydana gelecekmiş hissiyle ortaya çıkan ve nedeni tam olarak bilinmeyen bir gerginlik duygusu" olarak tanımlanır (31).

Kaygı ve korku çoğu zaman aynı anlamda kullanılmasına rağmen ikisi birbirinden farklıdır. Bu farklılık, kaygının genellikle sebebi bilinmeyen bir durum karşısında ortaya çıkması ve tehlike algısının varlığıyla ilişkili olması, korkunun ise bilinen ve somut bir tehlike karşısında hissedilmesidir (32). Kaygı (anksiyete) ve korku arasındaki temel fark, kaygının daha uzun süreli ve kronik, korkunun ise kısa süreli ve akut bir tepki olarak ortaya çıkmasıdır (24, 33, 34). Cüceloğlu'na göre, kaygı ve korku arasında bilinmeyen neden, şiddet ve süre açısından farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Kaygının kaynağı belirsiz olup, daha uzun süre devam eder ve korkuya kıyasla daha düşük bir şiddetle hissedilir (24).

2.3.6. Kaygı Çeşitleri

Spielberger ’in (1989) iki faktörlü kaygı kuramında, elde edilen bulgular doğrultusunda kaygı, durumluk kaygı ve sürekli kaygı olarak iki ana kategoriye ayrılmıştır

Durumluk kaygı (state anxiety), bireyin anlık olarak yaşadığı, devamlılık göstermeyen, genellikle mantıklı sebeplere dayanan ve insanlar tarafından da anlaşılabilir (35) olan geçici duygusal tepkiler veya kişisel korku durumudur (36). Normalde kaygılı olmayan bir sporcunun önemli bir müsabaka öncesi gergin ve endişeli olması bu kaygı çeşidine örnek verilebilir.

Sürekli kaygı (trait anxiety), bireyin içsel yapısından dolayı meydana gelen, fiziksel çevre koşullarına bağlı olmadan ortaya çıkan ve devamlılık gösteren bir kişilik özelliğidir (37). Genellikle mantıklı nedenlere dayanmayan ve başkaları tarafından anlaşılamayan bu durum, bir kişilik yatkınlığı (35) olarak tanımlanır (38). Bir sporcunun kaygı düzeyinin yükselmesi ve müsabakalar öncesinde gerginlik ve endişe yaşaması, bu tür bir kaygıya örnek olarak gösterilebilir.

2.3.7. Kaygı Belirtileri

Kaygı belirtileri, üç ana kategoride incelenir; organik, davranışsal ve hareket belirtileri (39).

Organik belirtiler; vücutta meydana gelen fiziksel değişimlere işaret eder. Bu belirtiler arasında titreme, aşırı terleme, nefes darlığı, uykusuzluk, baş ağrısı ve baş dönmesi yer alabilir.

Davranışsal belirtiler; kişinin ruh hali ve davranışlarındaki değişiklikleri kapsar. Yorgunluk, sinirlilik, öfke, aşırı gerginlik, iştahsızlık, korku, tedirginlik ve saldırganlık gibi durumlar bu kategoriye girer.

Hareket belirtileri; kasların kontrolünde sorunlara yol açar ve bu belirtiler koordinasyon bozukluğu, kramp ve kasılma şeklinde kendini gösterebilir (40).

2.3.8. Stres ve Kaygı Arasındaki Farklar

Stres; kişinin çevresel taleplerle baş etme yeteneğini zorlayan veya aşan belirli durum veya olaylardan kaynaklanan bir tepkidir. Stres genellikle belirli tetikleyicilere (stresörlere) yanıt olarak ortaya çıkar. Bu stres etkenleri iş baskısı, sınavlar, mali sorunlar veya ilişki sorunları gibi belirli olay veya durumlardan ortaya çıkabilir. Kaygı; gelecekteki belirsizlik veya potansiyel tehlikeler hakkında duyulan sürekli ve yaygın endişe halidir. Kaygı, belirli bir tetikleyici olmadan da ortaya çıkabilir ve daha genel bir endişe veya korku durumunu ifade eder.

Stres; hayatta kalma mekanizmalarını harekete geçirerek ve bireyleri tehlikeye hazırlayarak kısa vadeli motive edici bir rol oynayabilir. Bu, kişinin daha hızlı tepki vermesine veya sorunu çözmek için daha fazla çaba göstermesine neden olabilir. Kaygı; motive edici bir unsur olarak hizmet edebilir, ancak aşırı hale geldiğinde veya kontrolden çıktığında işlevselliğe zarar verebilir. Sürekli kaygı günlük yaşamı olumsuz yönde etkileyebilir ve kaygı bozukluklarına yol açabilir.

Sportif kaygı, tüm sporlarda sporcunun performansını doğrudan etkileyen bir faktördür. Aşırı kaygı, konsantrasyonu bozarak, karar verme yetisini zayıflatarak ve etkinliğe uyumu zorlaştırarak sporcunun aleyhine bir durum yaratır. Bu nedenle, sporda başarı için kaygının optimal seviyede olması önemlidir. İdeal düzeydeki kaygı, sporcunun kendini rahat hissetmesini sağlayarak etkinlik sırasında akış halinde olmasına ve en iyi performansını sergilemesine katkıda bulunur.

3. GEREÇ VE YÖNTEMLER

Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 11.12.2023 tarihinde ve 19/28 karar no'lu TÜTF-BAEK 2023/494 protokol numarasıyla onay alınarak gerçekleştirilen bu çalışma, etik kurul onayıyla yürütülmüştür. Çalışmaya ait etik kurul onayı ekler kısmında sunulmuştur (EK 1). Çalışma Helsinki Deklarasyonu ilkelerine uygun olarak yürütülmüştür.

3.1. Araştırmanın Değişkenleri

Araştırmadaki bağımlı değişkenler; sporcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeyleridir. Bağımsız değişkenler ise sporcuların yaş, spor yaşı ve oynadığı mevkiler olarak ele alınmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Trakya bölgesindeki futbol kulüpleri alt yapısında oynayan 11-12-13 yaş grubu futbolculardır. Farklı kulüplerde aktif olarak futbol oynayan 13 yaşında 158 adet sporcu, 12 yaşında 146 adet sporcu, 11 yaşında 106 adet sporcu olmak üzere toplam 410 adet sporcu araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır.

Araştırmaya Dâhil Edilme Kriterleri

- Trakya bölgesindeki futbol kulüpleri alt yapılarında oynuyor olmaları
- 10-13 yaş aralığında olmaları
- Çalışmaya katılmak için gönüllü olmak

Araştırmadan Hariç Tutma Kriterleri

- Trakya bölgesi dışındaki futbol kulüpleri alt yapılarında oynayan oyuncular
- 10 yaş altı ve 13 yaş üzeri oyuncular

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada verilerin toplanması için anket tekniği kullanıldı. Araştırma verileri "Kişisel Bilgi Formu" ve ''Çocuklar İçin Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri'' kullanılarak toplandı. Yüz yüze görüşülemeyen sporculara Google Forms aracılığı ile ulaşıldı.

3.3.1.Demografik Bilgi Formu

Konuya ilişkin yapılan araştırmalar inceledikten sonra demografik bilgi formu oluşturuldu. Katılımcılara yaşadığı şehir, bulunduğu kulüp adı, aile gelir durumu, kardeş sayısı, ailenin spor ile ilişkisi, yaşı, spor yaşı ve oynadığı mevki soruldu. Demografik bilgi formu EK 2' de mevcuttur.

3.3.2. Çocuklar İçin Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri

‘’Çocuklar İçin Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri’’ isimli kaygı ölçekleri (EK 3 ve EK 4) Spielberger ve ark. (41) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 9 - 12 yaş grubu çocuklarda durumluk ve sürekli kaygı seviyelerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. 1995 yılında Şeniz ÖZUSTA tarafından Türk toplumuna uyarlanması için geçerlik ve güvenirlik çalışması gerçekleştirilmiştir. Daha sonraki araştırmalar ölçeğin 9-13 yaş aralığındaki çocuklara da uygulanabileceği ortaya konmuştur (42). Her iki ölçekte de 20 madde olmak üzere toplam 40 maddeden oluşmaktadır. Durumluk kaygı ölçeği çocukların şu anda nasıl hissettiklerini değerlendirmek için, sürekli kaygı ölçeği ise çocukların genel olarak nasıl hissettiklerini değerlendirmek için tasarlanmıştır. Durumluk kaygı ölçeğinde katılımcılardan, maddede yer alan duygu veya davranışın şiddetini belirten ifadelerden birini işaretleyerek o anda nasıl hissettiklerini değerlendirmeleri istenmektedir. Sürekli kaygı ölçeğinde yanıtlar, "hemen hemen hiç", "bazen" ve "sık sık" ifadeleri ile değerlendirilir. Eğer hissedilen duygu "çok" yoğun ise en yüksek puan olan 3, "hiç" hissedilmiyorsa en düşük puan olan 1 verilir. Durumluk kaygı ölçeğinde ise hem doğrudan hem de tersine çevrilmiş ifadeler yer alır (1., 3., 6., 8., 10., 12., 13., 14., 17. ve 20. maddeler). Ters ifadeler puanlanırken, 1 puanlık ağırlık 3’e, 3 puanlık ağırlık ise 1’e dönüştürülerek değerlendirme yapılır. Ölçeklerden alınabilecek toplam puanlar 20 ile 60 arasında değişmektedir. Yüksek puan, yüksek kaygı düzeyini; düşük puan ise düşük kaygı düzeyini ifade eder. Ölçekler, bireysel ya da grup halinde uygulanabilen öz bildiri formlarıdır (42). Çocuklar İçin Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri isimli kaygı ölçekleri EK 3 ve EK 4'te bulunmaktadır.

Envanterin güvenirlilik çalışmaları:

Çocuklar İçin Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanterinde Cronbach Alfa Katsayısı Durumluk Kaygı Ölçeği için 0,82, Sürekli Kaygı Ölçeği için ise 0,81 olarak bulunmuştur. (42).

Test-tekrar test güvenirliği açısından Durumluk kaygı ölçeği puanı 0,65 olarak bulunmuştur. Sürekli kaygı ölçeği için güvenirlik katsayısı 0,60 olarak bulunmuştur (42).

3.4. İstatistiksel Analiz

Tanımlayıcı değerler, yüzde, maksimum, minimum, ortalama ve standart sapma olarak sunulmuştur. Verilerin Shapiro -Wilk normallik dağılım analizi yapılmıştır ve normal dağılmadığı tespit edilmiştir ($p<0.05$). Bu sebeple parametrik olmayan analizler gerçekleştirilmiştir. Sporcuların yaş, spor yaşı, mevki, bulundukları şehir, ailelerin gelir durumları ve kardeş sayısı ile anketlerden aldıkları puanların fark analizleri Kruskall-Wallis testi ile analiz edilmiştir. Gruplar arasındaki ikili farklılıklar ise Dunn's post-hoc testi ile gösterilmiştir. Ailede sporcu geçmişi durumu farklılıkları için Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Verilerin analizi JASP (versiyon 0.19.1, Hollanda) yazılımı ile gerçekleştirilmiştir. İstatistiki anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Bu bölümde, futbol altyapı (öz kaynak düzeni) yaş gruplarındaki oyuncuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin spor yaşı, yaş ve mevkilere göre incelenmesini amaçlayan bu çalışmada elde edilen bulgular ve analizler tablolar halinde sunuldu.

Tablo 4.1. Araştırmaya katılmış olan sporcuların demografik özellikleri

		N	%
Şehir	Edirne	223	54,39
	Kırklareli	78	19,02
	Tekirdağ	109	26,59
Aile Gelir Durumu	Düşük	32	7,80
	Orta	242	59,02
	Yüksek	136	33,18
Kardeş Sayısı	Yok	76	18,54
	1	121	29,51
	2	120	29,27
	3 ve Daha Fazla	93	22,68
Aile Daha Önce Spor ile Uğraşmış Birey	Var	222	54,15
	Yok	188	45,85

N: Kişi sayısı, **%:** Yüzde

Tablo 4.1. de araştırmaya katılan sporcuların demografik özellikleri incelendiğinde 223 kişinin (54,39) Edirne'de, 78 kişinin (19,02) Kırklareli'nde, 109 kişinin (26,59) Tekirdağ'da ikamet ettiği görülmektedir. Aile gelir durumu incelendiğinde 32 kişinin (7,80) düşük gelir, 242 kişinin (59,02) orta gelir, 136 kişinin (33,18) yüksek gelir grubuna dâhil olduğu görülmektedir. Kardeş sayısı olarak bakıldığında 76 kişinin (18,54) kardeşi olmadığını, 121 kişinin (26,51) 1 kardeşe sahip olduğu, 120 kişinin (29,27) 2 kardeşe sahip olduğu, 93 kişinin (22,68) 3 ve daha fazla kardeşe sahip olduğu görülmektedir. Ailede spor ile uğraşmış birey incelemesinde 222 kişinin (54,15) ailesinde spor ile uğraşan birey olduğu, 188 kişinin (45,85) ailesinde ise spor ile uğraşan birey olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.2. Araştırmaya katılmış olan sporcuların dağılımları

Gruplar	Değişkenler	N	%
Yaş	11	106	25,85
	12	146	35,61
	13	158	38,54
Mevki	Savunma	159	38,78
	Orta saha	124	30,24
	Hücum	127	30,98
Spor Yaşı	1-3 yıl	119	29,02
	3-5 yıl	152	37,07
	5-7 yıl	139	33,91

N: Kişi sayısı, **%:** Yüzde

Tablo 4.2. incelendiğinde, grubun 106 'sının (%25,85) 11 yaş, 146 'sının (%35,61) 12 yaş, 158 'inin (%38,54) 13 yaş olduğu görülmektedir. Oynadıkları mevkiler olarak bakıldığında savunmada oynayanların sayısı 159 (%38,78), orta sahada oynayanlar 124 (%30,24), hücum bölgesinde oynayanların sayısı ise 127 (%30,98) dir. Spor yaşı olarak bakıldığında 119 'unun (%29,02) 1-2 yıldır, 152 'sinin (%37,07) 3-4 yıldır, 139 'unun (%33,91) 5-7 yıldır spor yaptıklarını ifade ettikleri görülmektedir.

Tablo 4.3. Araştırmaya katılmış olan sporcuların yaş ve mevkilere göre dağılımları

Mevki / Yaş Grubu	Savunma		Orta Saha		Hücum		Toplam	
	N	**%**	**N**	**%**	**N**	**%**	**N**	**%**
11 yaş	43	10,49	29	7,07	34	8,29	106	25,85
12 yaş	55	13,41	46	11,22	45	10,98	146	35,61
13 yaş	61	14,88	49	11,95	48	11,71	158	38,54
Toplam	159	38,78	124	30,24	127	30,98	410	100

N: Kişi sayısı, **%:** Yüzde

Tablo 4.3. incelendiğinde, tüm yaş grupları içinde 11 yaş grubu futbolcularının 43 tanesi (%10,49) savunma oyucusu, 29 tanesi (%7,07) orta saha oyuncusu, 34 tanesi (%8,29) hücum oyuncusudur. 12 yaş grubu futbolcularının 55 tanesi (%13,41) savunma oyucusu, 46 tanesi (%11,22) orta saha oyuncusu, 45 tanesi (%10,98) hücum oyuncusudur. 13 yaş grubu futbolcularının 61 tanesi (%14,88) savunma oyuncusu, 49 tanesi (%11,95) orta saha oyuncusu, 48 tanesi (%11,71) hücum oyuncusudur.

Tablo 4.4. Araştırmaya katılmış olan sporcuların yaş ve spor yaşına göre dağılımları

Spor Yaşı / Yaş Grubu	1-2 Yıl		3-4 Yıl		5-7 Yıl		Toplam	
	N	**%**	**N**	**%**	**N**	**%**	**N**	**%**
11 yaş	50	12,20	42	10,24	14	3,41	106	25,85
12 yaş	36	8,78	62	15,12	48	11,71	146	35,61
13 yaş	33	8,05	48	11,71	77	18,78	158	38,54
Toplam	119	29,03	152	37,07	139	33,90	410	100

N: Kişi sayısı, **%:** Yüzde

Tablo 4.4. incelendiğinde, tüm yaş grupları içinde 11 yaş grubu futbolcularının spor yapma yaşı 50 tanesinin (%12,20) spor yaşı 1-2 yıl, 42 tanesinin (%10,24) spor yaşı 3-4 yıl, 14 tanesinin (%3,41) spor yaşı 5-7 yıldır. 12 yaş grubu futbolcularının spor yapma yaşı 36 tanesinin (%8,78) spor yaşı 1-2 yıl, 62 tanesinin (%15,12) spor yaşı 3-4 yıl, 48 tanesinin (%11,71) spor yaşı 5-7 yıldır. 13 yaş grubu futbolcularının spor yapma yaşı 33 tanesinin (%8,05) spor yaşı 1-2 yıl, 48 tanesinin (%11,71) spor yaşı 3-4 yıl, 77 tanesinin (%18,78) spor yaşı 5-7 yıldır.

Tablo 4.5. Araştırmaya katılmış olan sporcuların mevki ve spor yaşına göre dağılımları

Spor Yaşı / Mevki	1-2 Yıl		3-4 Yıl		5-7 Yıl		Toplam	
	N	**%**	**N**	**%**	**N**	**%**	**N**	**%**
Savunma	57	13,91	46	11,21	56	13,66	159	38,78
Orta saha	28	6,83	50	12,20	46	11,21	124	30,24
Hücum	34	8,29	56	13,66	37	9,03	127	30,98
Toplam	119	29,03	152	37,07	139	33,90	410	100

N: Kişi sayısı, **%**: Yüzde

Tablo 4.5. incelendiğinde, tüm yaş grupları içinde savunma oyuncularının spor yapma yaşı 57 tanesinin (%13,91) spor yaşı 1-2 yıl, 46 tanesinin (%11,21) spor yaşı 3-4 yıl, 56 tanesinin (%13,66) spor yaşı 5-7 yıldır. Orta saha oyuncularının 28 tanesinin (%6,83) spor yaşı 1-2 yıl, 50 tanesinin (%12,20) spor yaşı 3-4 yıl, 46 tanesinin (%11,21) spor yaşı 5-7 yıldır. Hücum oyuncularının 34 tanesinin (%8,29) spor yaşı 1-2 yıl, 56 tanesinin (%13,66) spor yaşı 3-4 yıl, 37 tanesinin (%9,03) spor yaşı 5-7 yıldır.

Tablo 4.6. Altyapı futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri

	N	$\bar{X}$	**S** $\bar{x}$	**Min.**	**Maks.**
Durumluk Kaygı Puanı	410	30,51	6,555	20	49
Sürekli Kaygı Puanı	410	32,50	6,740	20	51

N: Kişi sayısı, $\bar{X}$: Ortalama, $S_{\bar{x}}$: Standart Sapma, **Min:** Minimum, **Maks.**: Maksimum

Tablo 4.6. incelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların durumluk kaygı puanı ortalaması 30,51 ± 6,555, sürekli kaygı puanı ortalaması 32,50 ± 6,740 olarak bulunmuştur.

Tablo 4.7. Spor yaşına göre altyapı futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri

	Spor Yaşı	N	$\bar{X}$	$S_{\bar{x}}$	$\chi^2_{(2)}$	*p*	η^2
Durumluk Kaygı Puanı	1-2 Yıl	119	30,48	6,020	0,299	0,861	<0,001
	3-4 Yıl	152	30,50	6,305			
	5-7 Yıl	139	30,54	7,268			
Sürekli Kaygı Puanı	1-2 Yıl	119	32,78	6,560	3,595	0,166	0,004
	3-4 Yıl	152	33,06	6,854			
	5-7 Yıl	139	33,64	6,729			

N: Kişi sayısı**,** $\bar{X}$**:** Ortalama, $S_{\bar{x}}$: Standart Sapma, **χ2**: Ki Kare Katsayı, **η2:** Eta Kare Etki Büyüklüğü

Tablo 4.7. incelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların spor yaşına göre durumluk kaygı puanı ortalaması spor yaşı 1-2 Yıl grubunda 30,48 ± 6,020, spor yaşı 3-4 Yıl grubunda 30,50 ± 6,305, spor yaşı 5-7 Yıl grubunda 30,54 ± 7,268 olarak bulunmuştur. Sürekli kaygı puanı ortalaması spor yaşı 1-2 Yıl grubunda 32,78 ± 6,560, spor yaşı 3-4 Yıl grubunda 33,06 ± 6,854, spor yaşı 5-7 Yıl grubunda 33,64 ± 6,729 olarak bulunmuştur. Gerçekleştirilen Kruskall-Wallis test sonucuna göre ise; durumluluk kaygı puanları ve süreklilik kaygı puanları arasında farklı spor yaşına sahip bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır (p> 0,05).

Tablo 4.8. Dunn's Post-Hoc Testi İkili karşılaştırmalar analizi

Ölçek	Spor Yaşı Karşılaştırmalar	*z*	W_i	W_j	*p*
Durumluk Kaygı Puanı	1-2 Yıl — 5-7 Yıl	0.465	207.908	201.036	0.642
	1-2 Yıl — 3-4 Yıl	0.015	207.908	207.697	0.988
	5-7 Yıl — 3-4 Yıl	-0.480	201.036	207.697	0.631
Süreklilik Kaygı Puanı	1-2 Yıl — 5-7 Yıl	1.402	210.937	190.212	0.161
	1-2 Yıl — 3-4 Yıl	-0.296	210.937	215.224	0.767
	5-7 Yıl — 3-4 Yıl	-1.800	190.212	215.224	0.072

p<0,05; **z:** Z skoru; **Wi**: En düşük **Wj:** En Yüksek.

Gruplar arasında ikili karşılaştırmalar Dunn's post-hoc testi ile analiz edilmiş ve ikili karşılaştırmalarda da anlamlı farklılık gözlemlenmemiştir (p>0,05) (Tablo 4.8.).

Tablo 4.9. Yaşa göre altyapı futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri

	Yaş	N	$\bar{X}$	$S_{\bar{x}}$	$\chi^2_{(2)}$	*p*	η^2
Durumluk Kaygı Puanı	11	106	29,46	6,341	3,812	0,149	0,004
	12	146	31,19	7,052			
	13	158	30,58	6,157			
Sürekli Kaygı Puanı	11	106	31,84	6,725	0,850	0,654	<0,001
	12	146	32,72	6,664			
	13	158	32,73	6,834			

N: Kişi sayısı, $\bar{X}$: Ortalama, $S_{\bar{x}}$: Standart Sapma, **χ2:** Ki Kare Katsayı, **η2:** Eta Kare Etki Büyüklüğü

Tablo 4.9. incelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların yaşa göre durumluk kaygı puanı ortalaması 11 yaş grubunda 29,46 ± 6,341, 12 yaş grubunda 31,19 ± 7,052, 13 yaş grubunda 30,58 ± 6,157 olarak bulunmuştur. Sürekli kaygı puanı ortalaması 11 yaş grubunda 31,84 ± 6,725, 12 yaş grubunda 32,72 ± 6,664, 13 yaş grubunda 32,73 ± 6,834 olarak bulunmuştur. Gerçekleştirilen Kruskall-Wallis test sonucuna göre ise; durumluk kaygı puanları ve süreklilik kaygı puanları arasında farklı yaşa sahip bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır (p> 0,05).

Tablo 4.10. Dunn's Post-Hoc Testi İkili karşılaştırmalar analizi

Ölçek	Yaş Karşılaştırmalar	*z*	W_i	W_j	*p*
Durumluk Kaygı Puanı	11 yaş — 12 yaş	-1.890	186.703	215.247	0.059
	11 yaş — 13 yaş	-1.508	186.703	209.104	0.132
	12 yaş — 13 yaş	0.452	215.247	209.104	0.651
Süreklilik Kaygı Puanı	11 yaş — 12 yaş	-0.878	196.509	209.767	0.380
	11 yaş — 13 yaş	-0.745	196.509	207.589	0.456
	12 yaş — 13 yaş	0.160	209.767	207.589	0.873

***p*<0,05; **z:** Z skoru; **Wi**: En düşük **Wj:** En Yüksek.

Gruplar arasında ikili karşılaştırmalar Dunn's post-hoc testi ile analiz edilmiş ve ikili karşılaştırmalarda da anlamlı farklılık gözlemlenmemiştir (p>0,05) (Tablo 4.10.).

Tablo 4.11. Mevkilere göre altyapı futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri

	Mevki	**N**	$\bar{X}$	**S** $\bar{x}$	$\chi^2_{(2)}$	***p***	η^2
Durumluk Kaygı Puanı	Savunma	159	30,41	6,391	0,241	0,887	<0,001
	Orta saha	124	30,65	6,360			
	Hücum	127	30,48	6,977			
Sürekli Kaygı Puanı	Savunma	159	31,90	6,673	2,085	0,353	<0,001
	Orta saha	124	33,25	7,295			
	Hücum	127	32,50	6,220			

***p*<0,05; **N:** Kişi sayısı**, $\bar{X}$:** Ortalama, **S**$\bar{x}$: Standart Sapma, **χ2:** Ki Kare Katsayı, **η2**: Eta Kare Etki Büyüklüğü

Tablo 4.11. incelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların mevkilere göre durumluk kaygı puanı ortalaması savunma grubunda 30,41 ± 6,931, orta saha grubunda 30,65 ± 6,360, hücum grubunda 30,48 ± 6,977 olarak bulunmuştur. Sürekli kaygı puanı ortalaması savunma grubunda 31,90 ± 6,673, orta saha grubunda 33,25 ± 7,295, hücum grubunda 32,50 ± 6,620 olarak bulunmuştur. Gerçekleştirilen Kruskall-Wallis test sonucuna göre ise; durumluluk kaygı puanları ve süreklilik kaygı puanları arasında farklı mevkilerde oynayan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır (p> 0,05).

Tablo 4.12. Dunn's Post-Hoc Testi İkili karşılaştırmalar analizi

Ölçek	**Mevki**	***z***	W_i	W_j	***p***
Durumluk Kaygı Puanı	Savunma — Orta Saha	-0.381	204.346	209.746	0.703
	Savunma — Hücum	0.110	204.346	202.799	0.913
	Orta Saha — Hücum	0.465	209.746	202.799	0.642
Süreklilik Kaygı Puanı	Savunma — Orta Saha	-1.432	195.871	216.181	0.152
	Savunma — Hücum	-0.799	195.871	207.126	0.424
	Orta Saha — Hücum	0.606	216.181	207.126	0.545

***p*<0,05; **z:** Z skoru; **Wi**: En düşük **Wj:** En Yüksek.

Gruplar arasında ikili karşılaştırmalar Dunn's post-hoc testi ile analiz edilmiş ve ikili karşılaştırmalarda da anlamlı farklılık gözlemlenmemiştir (p>0,05) (Tablo 4.12.).

Tablo 4.13. Şehirlere göre altyapı futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri

	Şehir	N	$\bar{X}$	S $\bar{x}$	$\chi^2_{(2)}$	*p*	η^2
Durumluk Kaygı Puanı	Edirne	223	29,09	5,692	18,976	**<0,001***	0,042
	Kırklareli	78	31,85	7,558			
	Tekirdağ	109	32,45	6,794			
Süreklilik Kaygı Puanı	Edirne	223	30,54	7,015	45,374	**<0,001***	0,107
	Kırklareli	78	34,52	5,727			
	Tekirdağ	109	35,05	5,484			

***p*<0,05, **N:** Kişi sayısı**, $\bar{X}$:** Ortalama, **S**$\bar{x}$: Standart Sapma, **χ2:** Ki Kare Katsayı, **η2**: Eta Kare Etki Büyüklüğü

Tablo 4.13. incelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların şehirlere göre durumluk kaygı puanı ortalaması Edirne şehrinde yaşayan grupta 29,09 ± 5,692, Kırklareli grubunda 31,85 ± 7,558, Tekirdağ grubunda ise 32,45 ± 6,794 olarak bulunmuştur. Sürekli kaygı puanı ortalaması Edirne şehri grubunda 30,54 ± 7,015, Kırklareli grubunda 34,52 ± 5,727, Tekirdağ grubunda 35,05 ± 5,484 olarak bulunmuştur. Gerçekleştirilen Kruskall-Wallis test sonucuna göre ise; durumluk kaygı puanları ve süreklilik kaygı puanlarında gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur (sırasıyla; $\chi^2_{(2)}$ =18,976, p<0,001, η^2=0,042; $\chi^2_{(2)}$ =45,374, p<0,001, η^2=0,107).

Tablo 4.14. Dunn's Post-Hoc Testi İkili karşılaştırmalar analizi

Ölçek	Mevki	*z*	W_i	W_j	*p*
Durumluk Kaygı Puanı	Edirne — Kırklareli	-2.791	182.480	225.923	**0,005***
	Edirne — Tekirdağ	-4.013	182.480	237.982	**<0,001***
	Kırklareli - Tekirdağ	-0.687	225.923	237.982	0,492
Süreklilik Kaygı Puanı	Edirne — Kırklareli	-4.747	169.529	243.462	**<0,001***
	Edirne — Tekirdağ	-5.956	169.529	251.927	**<0,001***
	Kırklareli - Tekirdağ	-0.482	243.462	251.927	0,630

***p*<0,05; **z:** Z skoru; **Wi**: En düşük **Wj:** En Yüksek.

Gruplar arasında ikili karşılaştırmalar Dunn's post-hoc testi ile analiz edilmiş ve ikili karşılaştırmalarda da anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir (p<0,05). Durumluk kaygı puanına göre; Edirne – Kırklareli ve Edirne – Tekirdağ şehirlerinde oynayan sporcular arasında anlamlı farklılık elde edilirken (p<0,05), Kırklareli- Tekirdağ şehirlerindeki sporcularda anlamlı

farklılık elde edilmemiştir (p>0,05). Süreklilik kaygı puanına göre; Edirne – Kırklareli ve Edirne – Tekirdağ şehirlerinde oynayan sporcular arasında anlamlı farklılık elde edilirken (p<0,05), Kırklareli- Tekirdağ şehirlerindeki sporcularda anlamlı farklılık elde edilmemiştir (p>0,05) (Tablo 4.14.).

Tablo 4.15. Aile gelirine göre altyapı futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri

	Gelir Durumu	**N**	**X̄**	**S x̄**	**$\chi^2_{(2)}$**	***p***	**η^2**
Durumluk Kaygı Puanı	Yüksek	136	29,94	6,514	1,657	0,437	<0,001
	Orta	242	30,75	6,554			
	Düşük	32	31,09	6,779			
Süreklilik Kaygı Puanı	Yüksek	136	32,84	6,827	2,333	0,311	<0,001
	Orta	242	32,14	6,697			
	Düşük	32	33,75	6,691			

***p*<0,05, **N:** Kişi sayısı**, X̄:** Ortalama, **S**x̄: Standart Sapma, **χ2:** Ki Kare Katsayı, **η2**: Eta Kare Etki Büyüklüğü

Tablo 4.15. incelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların aile gelir durumlarına göre durumluk kaygı puanı ortalaması yüksek gelirli grubunda 29,94 ± 6,514, orta gelir grubunda 30,75 ± 6,554, düşük gelir grubunda 31,09 ± 6,779 olarak bulunmuştur. Sürekli kaygı puanı ortalaması yüksek gelir grubunda 32,84 ± 6,827, orta gelir grubunda 32,14 ± 6,697, düşük gelir grubunda 33,75 ± 6,691 olarak bulunmuştur. Gerçekleştirilen Kruskall-Wallis test sonucuna göre ise; durumluk kaygı puanları ve süreklilik kaygı puanları arasında farklı gelire sahip ailelerin sporcularında gelir seviyesine göre gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır (p> 0,05).

Tablo 4.16. Dunn's Post-Hoc Testi İkili karşılaştırmalar analizi

Ölçek	Gelir Durumu	*z*	W_i	W_j	*p*
Durumluk Kaygı Puanı	Yüksek — Orta	1.165	209.886	195.110	0.244
	Orta — Düşük	-0.296	209.886	216.484	0.767
	Yüksek — Düşük	-0.919	195.110	216.484	0.358
Süreklilik Kaygı Puanı	Yüksek — Orta	-0.884	199.347	210.559	0.377
	Orta — Düşük	-1.400	199.347	230.531	0.161
	Yüksek — Düşük	-0.859	210.559	230.531	0.391

***p*<0,05; **z:** Z skoru; **Wi**: En düşük **Wj:** En Yüksek.

Gruplar arasında ikili karşılaştırmalar Dunn's post-hoc testi ile analiz edilmiş ve ikili karşılaştırmalarda da anlamlı farklılık gözlemlenmemiştir (p>0,05) (Tablo 4.16.).

Tablo 4.17. Kardeş sayısına göre altyapı futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri

	Kardeş Sayısı	N	$\bar{X}$	$S_{\bar{x}}$	$\chi^2_{(3)}$	*p*	η^2
Durumluk Kaygı Puanı	Yok	76	28,23	5,982	11,595	**0,009***	0,021
	1	121	30,89	7,164			
	2	120	31,11	6,055			
	3 ve Daha Fazla	93	31,08	6,495			
Sürekli Kaygı Puanı	Yok	76	29,31	6,729	22,468	**<0,001***	0,048
	1	121	32,45	7,024			
	2	120	33,68	6,339			
	3 ve Daha Fazla	93	33,63	6,104			

***p*<0,05, **N:** Kişi sayısı**, $\bar{X}$:** Ortalama, $S_{\bar{x}}$: Standart Sapma, **χ2:** Ki Kare Katsayı, **η2**: Eta Kare Etki Büyüklüğü

Tablo 4.17. incelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların sahip oldukları kardeş sayıları göre durumluk kaygı puanı ortalaması kardeşi olmayan grupta 28,23 ± 5,982, bir kardeşi olan grupta 30,89 ± 7,164, iki kardeşi olan grupta 31,11±6,055 ve 3 ve daha fazla kardeş sayısına olan grupta ise 31,08±6,495 olarak bulunmuştur. Sürekli kaygı puanı ortalaması kardeşi olmayan grupta 29,31 ± 6,729, bir kardeşi olan grupta 32,45±7,024, iki kardeşi olan grupta 33,68±6,339 ve 3 ve daha fazla kardeş sayısına olan grupta ise 33,63±6,104 olarak bulunmuştur.

Gerçekleştirilen Kruskall-Wallis test sonucuna göre ise; durumluk kaygı puanları ve süreklilik kaygı puanlarında gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur (sırasıyla; $\chi 2(3) = 11{,}595$, $p<0{,}001$, $\eta 2=0{,}021$; $\chi 2(3) = 22{,}468$, $p<0{,}001$, $\eta 2=0{,}048$).

Tablo 4.18. Dunn's Post-Hoc Testi İkili karşılaştırmalar analizi

Ölçek	Kardeş Sayısı	*z*	W_i	W_j	*p*
Durumluk Kaygı Puanı	Yok - 3 ve Daha Fazla	-2.847	164.204	216.301	**0,004***
	Yok - 1	-2.693	164.204	210.839	**0,007***
	Yok - 2	-3.095	164.204	217.900	**0,002***
	3 ve Daha Fazla - 1	0.335	216.301	210.839	0,738
	3 ve Daha Fazla - 2	-0.098	216.301	217.900	0,922
	1-2	-0.463	210.839	217.900	0,643
Süreklilik Kaygı Puanı	Yok - 3 ve Daha Fazla	-4.095	150.316	225.274	**<0,001***
	Yok - 1	-3.175	150.316	205.322	**0.002***
	Yok - 2	-4.321	150.316	225.304	**<0,001***
	3 ve Daha Fazla - 1	1.222	225.274	205.322	0,222
	3 ve Daha Fazla - 2	-0.002	225.274	225.304	0,999
	1-2	-1.310	205.322	225.304	0,190

***p*<0,05; **z:** Z skoru; **Wi**: En düşük **Wj:** En Yüksek.

Gruplar arasında ikili karşılaştırmalar Dunn's post-hoc testi ile analiz edilmiş ve ikili karşılaştırmalarda da anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir ($p<0{,}05$). Durumluk kaygı puanına göre; kardeşi olmayan (yok) ile 3 ve daha fazla kardeşe sahip olanlar, kardeşi olmayan (yok) ile 1 kardeşe sahip olanlar ve kardeşi olmayan (yok) ile 2 kardeşi olanlar arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0{,}05$). Üç ve daha fazla kardeşi olanlar ile 1 kardeşe sahip olanlar, 2 kardeşe sahip olanlar ve 1 ile 2 kardeşe sahip olanlar arasında anlamlı farklılık elde edilmemiştir ($p>0{,}05$) (Tablo 4.1 8.).

Tablo 4.19. Ailede spor yapmış bireyin bulunmasına göre altyapı futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri

Ölçek	Grup	N	$\bar{X}$	$S_{\bar{x}}$	U	*p*
Durumluk Kaygı Puanı	Yok	188	30.04	6.568	19,218	0,167
	Var	222	30.90	6.532		
Süreklilik Kaygı Puanı	Yok	188	31.73	6.678	18,597	0,054
	Var	222	33.15	6.741		

***p*<0,05, **N:** Kişi sayısı**, $\bar{X}$:** Ortalama, $S_{\bar{x}}$: Standart Sapma.

Tablo 4.19. incelendiğinde araştırmaya katılan futbolcuların ailede sporcu birey bulunması durumlarına göre durumluk kaygı puanı ortalaması, aile de spor yapan birey olmayan grubunda 30,04 ± 6,568, sporcu olan grupta 30,90 ± 6,532 olarak bulunmuştur. Sürekli kaygı puanı ortalaması, aile de spor yapan birey olmayan grubunda 31,73 ±6,678, sporcu olan grupta 33,15 ± 6,741 olarak bulunmuştur. Gerçekleştirilen Mann-Whitney U test sonucuna göre ise; aile de daha önce spor yapmış birey bulunması durumu, her iki kaygı puan türü için gruplar arasında anlamlı farklılık oluşturmamıştır (p>0,05). Fakat süreklilik kaygı puan türü p=0,054 ile anlamlı fark elde etmeye yakın (0,004 farkla) bir sonuç bulunmuştur.

5. TARTIŞMA

Spor üzerine yapılan araştırmalarda, sporun kişi üzerinde fiziksel, zihinsel ve ruhsal olarak olumlu yönde etkileri olduğu saptanmıştır. Sporun liderlik ve benlik özelliklerine de aynı şekilde olumlu etkileri vardır. Buna karşın sporcularla yapılan bazı çalışmalarda ise spor kaynaklı kaygı ve depresif belirtilerin ortaya çıktığı da saptanmıştır.

1975 yılında Singer tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, sporcular düşük kaygılı, yüksek kaygılı, başarıyı isteyenler ve başarıyı umursamayanlar olarak dört kategori altında sınıflandırılmıştır. Araştırma sonucunda, yarışmaya katılan sporculardan düşük kaygı düzeyine sahip ve yüksek başarı isteği olanların başarılı oldukları, buna karşın yüksek kaygıya sahip ve düşük başarı isteği olanların başarısız oldukları belirlenmiştir (43).

Bu bölümde, araştırmanın örneklemini oluşturan 11-12-13 yaşındaki altyapı futbolcularının durumluk-sürekli kaygı seviyelerinin spor yaşı, yaş, mevki değişkenlerine göre ve bulundukları şehir, ailelerin gelir durumları, kardeş sayısı ve ailedeki sporcu geçmişi durumu gibi demografik özelliklere göre incelenmesi yapılmış, bulgular doğrultusunda tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Bu çalışmada durumluk kaygı puanı ortalaması 30,51 ± 6,555 ve sürekli kaygı puanı ortalaması 32,50 ± 6,740 olarak bulunmuştur.

Literatürde, Karabulut ve ark. (44) ‘nın 13-15 yaş erkek futbolcular üzerinde yaptığı çalışmada sürekli kaygı puan ortalamalarının 51,32±4,83, durumluk kaygı puan ortalamalarının 49,72±6,42 olduğu tespit etmiştir. Karakaya ve ark. (45) ’nın 9-13 yaş arası 61 çocuk ile yapmış oldukları bir çalışma bulunmaktadır. Durumluk ve sürekli kaygı puan ortalaması araştırma grubunda sırasıyla 29.90 ± 6.16, 28.13 ± 5.50; kontrol grubunda ise sırasıyla 26.83 ± 4.35 ve 27.37 ± 4.26 ’dır. Mevcut çalışmada bulunan değerlere yakın değerler bulunmuştur. Karakaya ve ark. (45) ‘nın bu çalışması, mevcut çalışmayla benzerlik gösterirken, Karabulut ve ark. (44) ‘nın yaptığı çalışma ile farklılık göstermektedir. Çalışmalar arasındaki farklılığın, diğer araştırmada kaygı seviyesinin en yüksek olduğu ergenlik dönemindeki sporcuların araştırma grubuna dâhil edilmesinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada spor yaşı değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı puan ortalamasının değişmediği gözlemlenmiştir.

Literatürde spor yaşı ile yapılan çalışmalarda Adalı (46), Arseven ve Güven (47), Bingöl ve ark. (48), Erbaş (49) ve Yücel (50) farklı gruplar ile ilgili yaptıkları araştırmalarda, kişinin spor yaptığı yaşın sürekli ve durumluk kaygı düzeylerini etkilemediğini ortaya koymuştur. Mevcut çalışma bu çalışmalar ile benzerlik göstermektedir.

Bu çalışmada durumluk kaygı puanının 11 yaş sporcularda en düşük olduğu, diğer yaş gruplarının da bu değere yakın olduğu gözlemlenmiştir. Sürekli kaygı puanında da 11 yaş grubunda küçük bir farkla en düşük değerde olduğu, yaşı büyüdükçe sürekli kaygı puanın arttığı gözlemlenmiştir. Yaş ilerledikçe rekabet, beklentiler, sosyal baskılar ve kariyer kaygısı gibi faktörlerin devreye girmesi kaygı seviyesinin artmasına neden olabileceği düşünülmektedir.

Literatürde Türkçapar (51) ve Civan ve ark. (52) yaptıkları çalışmada yaşın sürekli ve durumluk kaygı düzeyiyle doğrudan ilişkili olmadığı bulunmuştur. Kanner ve ark. (53) yaptığı çalışmada ise küçük yaştaki sporcuların büyük yaştaki sporculara göre daha yüksek kaygı seviyelerine sahip olduğu bulunmuştur. Mevcut çalışma Kanner ve ark. (53) yaptığı çalışma ile farklılık göstermektedir. Yücel (50) ve Erbaş (49) çalışmalarında ise yaş değişkeninin sürekli kaygı düzeyini etkilediği sonucuna varmışlardır. Mevcut çalışma bu çalışmalar ile benzerlik göstermektedir.

Bu çalışmada orta saha oyuncularının kaygı puanlarının en yüksek değerde olduğu gözlemlenmiştir. Daha az seviyede hücum oyuncularının olduğu, en düşük kaygı seviyesinin savunma oyuncularında olduğu gözlemlenmiştir. Orta saha oyuncularının, oyunun iki yönünde de önemli görevler üstlendikleri için daha fazla kaygılı olabilecekleri düşünülmektedir.

Literatürde Babur (54) yaptığı çalışmada kaygı düzeyi sıralamasını en yüksekten düşüğe doğru savunma, orta saha ve hücum oyuncusu olarak sıralamıştır. Afyon ve ark. (55) ve Doğan ve ark. (56) ise yaptığı çalışmada, savunma oyuncularının (kalecilerin) en yüksek kaygı düzeyine, orta saha oyuncularının ise en düşük kaygı düzeyine sahip olduğu bulunmuştur. Mevcut çalışma bu çalışmalar ile farklılık göstermektedir. Çalışmalar arası farklılığın nedeni olarak, araştırma gruplarının farklı yaş grupları üzerinde yapılmasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada yaşadığı şehre göre durumluk kaygı puanları ve süreklilik kaygı puanlarında gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Genel olarak bir sporcunun stres ve

kaygı düzeyi, sporcunun yaşadığı çevrenin sosyal, ekonomik ve kültürel yapısıyla ilişkilidir. Bundan dolayı yaşanılan şehire göre kaygı düzeylerinin farklılık gösterdiği düşünülmektedir.

Literatürde mevcut çalışmadaki şehirler veya farklı şehirler ile ilgili şehir - kaygı üzerine hiçbir çalışmaya rastlanmamıştır.

Bu çalışmada durumluk kaygı puanları ve süreklilik kaygı puanları arasında farklı gelire sahip ailelerin sporcularında gelir seviyesine göre gruplar arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Literatürde Bedir (43) ve Nacar ve ark. (57) yaptıkları çalışmada aile gelir düzeyi ile durumluk-sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulmamıştır. Mevcut çalışma bu çalışmalar ile benzerlik göstermektedir. Ak ve Kaya (58) ise gelir durumu düşük olanların kaygı seviyelerinin yüksek olduğunu belirtmiştir. Mevcut çalışma Ak ve Kaya (58)'in çalışması ile farklılıklar göstermektedir. Çalışmalar arası farklılığın nedeni olarak, bazı bireylerde düşük gelir seviyesine sahip olmak yüksek kaygı nedeni olurken, bazı bireylerde ise düşük gelir yüksek düzeyde psikolojik dayanıklılık geliştirmesine neden olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada durumluk kaygı puanının, kardeşi olmayan sporcularda en düşük olduğu, kardeş sayısı arttıkça kaygı puanının arttığı gözlemlenmiştir. Sürekli kaygı puanında kardeşi olmayan sporcularda en düşük olduğu, kardeş sayısı arttıkça kaygı puanının arttığı gözlemlenmiştir. Kardeşler arasındaki rekabet ve özellikle ebeveyn onayı başarı konusunda kaygıyı artırabilir. Aile içinde sürekli kıyaslanan çocuklar, kendilerini kanıtlamak için daha fazla baskı hissedebilir.

Literatürde Nacar ve ark. (57) ve Ak ve Kaya (58) yaptıkları çalışmalarda da kardeş sayısı arttıkça durumluk ve sürekli kaygı puanlarının arttığını belirtmiştir. Mevcut çalışma bu çalışmalar ile benzerlik göstermektedir.

Bu çalışmada durumluk kaygı puanları ve süreklilik kaygı puanlarının ailede sporcu birey bulunması durumlarına göre değişmediği gözlemlenmiştir.

Literatürde Türkçapar (51) yaptığı çalışmada ailelerinde veya arkadaşlarında spor ile ilgili birey olup olmamasına göre sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin değişmediğini belitmişlerdir. Mevcut çalışma Türkçapar (51)'in çalışması ile benzerlik göstermektedir. Weinberg ve Gould (59) ise yaptıkları çalışmada ailesinde veya çevresinde spor ile ilgili kişilerin olup olmama durumlarına göre kaygı seviyelerinin değiştiğini gözlemlemiştir.

Çalışmalar arası farklılığın nedeni olarak, ailelerin baskıları veya ailenin spor başarısına verdikleri önemin neden olduğu düşünülmektedir.

Spor zihinsel, bedensel ve psikolojik yönden olumlu etkilerinin olmasının yanında müsabaka sonucu veya çevreden gelebilecek tepkilerden dolayı sporcularda yüksek kaygı ve yüksek müsabaka stresi yaratabilir.

Fiziksel ve zihinsel işlevlerin performansını sürdürmek ve olası sorunlara hazırlanmak için belirli bir düzeyde stres gereklidir (60). Ancak yüksek düzeyde kaygı ve rekabet stresi, müsabaka sonuçlarını olumsuz yönde etkiler.

Sonuç olarak araştırmaya katılan futbolcuların spor yaşı, yaş ve mevkilere göre durumluk-sürekli kaygı seviyeleri test edilmiş, her değişkene göre kaygı seviyelerinin değiştiği tespit edilmiştir.

Bu kaygının ve stresin giderilebilmesi için antrenörlere önemli görevler düşmektedir. Öncelikle antrenörlerin sporcuları ile etkili iletişim becerisine sahip olması gerekmektedir. Altyapı sporcularına baskı uygulanmamalı ve özellikle alt yaş gruplarında müsabakayı kazanmaktan öte öğrenmenin ve eğlenmenin önemli olduğu belirtilmelidir. Öncelikle bunu yapabilmek için antrenör bu konuda bilgili olmalı ve gerekli pedagojik eğitimleri almalıdır. Aynı şekilde aileler de bu eğitimlere tabi tutulabilir.

Araştırmanın bulgularına dayanarak şu önerilerde bulunulabilir;

- Antrenörler psikolojik faktörleri dikkate alıp, sporcular ile daha iyi bir iletişim kurabilir.
- Aileler, spor ve psikolojik faktörler konusunda bilgilendirilip, bu ailelerin çocuğuna baskı uygulanması engellenebilir.
- Altyapı sporcularının sadece fiziksel gelişimlerine yönelik değil, psikolojik becerilerinin de gelişmesine katkı sağlayacak eğitim programlarının eklenmesi yararlı olabilir.
- Sonuçlardan daha objektif bilgiler alınabilmesi için daha çok sporcu ile ve daha fazla değişkinler ile araştırmanın yapılması daha yararlı olabilir.
- Spor psikolojisi alanında yapılan kaynaklar incelendiğinde; çalışmaların daha çok genç ve erişkin dönemi için yapıldığı görülmüştür. Hatta ülkemizde bu araştırmaların sayısı daha da azdır. Bu alanda daha fazla sayıda ve daha kapsamlı araştırmaların gerçekleştirilmesi önerilebilir.

KAYNAKLAR

1. Benítez-Sillero JDD, Martínez-Aranda LM, Sanz-Matesanz M, Domínguez-Escribano M. Determining factors of psychological performance and differences among age categories in youth football players. Sustainability. 2021;13:7713. doi:10.3390/su13147713.

2. Hill Y, Den Hartigh RJ, Meijer RR, De Jonge P, Van Yperen NW. Resilience in sports from a dynamical perspective. Sport Exerc Perform Psychol. 2018;7:333-43. doi:10.1037/spy0000118.

3. Bransen L, Robberechts P, Van Haaren J, Davis J. Choke or shine? Quantifying soccer players' abilities to perform under mental pressure. In: Proceedings of the 13th MIT Sloan Sports Analytics Conference. 2019:1-25.

4. Endler NS, Kocovski NL. State and trait anxiety revisited. J Anxiety Disord. 2001;15:231-245. doi:10.1016/S0887-6185(01)00010-3.

5. Edwards DJ, Steyn BJ. Sport psychological skills training and psychological well-being. South Afr J Res Sport Phys Educ Recreat. 2008;30:15-28.

6. Polman R, Walsh D, Bloomfield J, Nesti M. Effective conditioning of female soccer players. J Sports Sci. 2004;22:191-203. doi:10.1080/02640410310001641458.

7. IFAB - Kanunlar Hakkında [Web Sayfası]. IFAB; [Alıntı Tarihi: 13.01.2024]. Available from: https://www.theifab.com/laws/latest/about-the-laws/

8. Hill T. A photographic history of English football. United Kingdom: Parragon; 2004. p.6-8.

9. Foot JM. Calcio. A history of Italian football. London: Harper Collins; 2007.

10. Yüce Aİ. U14–U15 futbolcularda müsabaka öncesi kaygı düzeyinin müsabaka başarısına etkisinin araştırılması. [Yüksek lisans tezi]. Ankara: Gazi Üniversitesi; 2015.

11. İnal AN. Futbolda eğitim ve öğretim. 2. baskı. Ankara: Nobel Yayın; 2004.

12. Koludar S. Futbolda antrenörlük ve eğitim öğretim ilkeleri. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi; 1988.

13. Koçak M, Erol E. Türkiye'de bazı profesyonel futbol kulüplerinde alt yapı eğitimi. 1. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Kongresi Bildirileri. Editör: Yıldıran İ Ankara: Sim Matbaacılık; 2000. p.26-27.

14. Taşkıran Y. Klasik antrenman teorisi. İzmit: Yayıncı Yayınları; 2003.

15. Akın T. Futbol oyuncularının ego durumlarıyla takımlardaki pozisyonlarının uyuşma bağdaşıklık düzeyinin saha içi performansları ile ilişkisi. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul: İstanbul Arel Üniversitesi; 2015.

16. Erdem K. Futbolda oyun sistemleri ve mevkilerine göre futbolcuların fiziksel-fizyolojik uygunluklarının analizi. [Doktora tezi]. İstanbul: Marmara Üniversitesi; 2002.

17. Harvey G. Defending book. England: Usborne Publishing Ltd; 1999.

18. Miller J. Goalkeeping book. England: Usborne Publishing Ltd; 1999.

19. Dikkatli Y. Modern futbol anlayışı ile ortaya çıkan futbolcu mevki, rol ve görevlerinin incelenmesi. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2020.

20. Koç ÖF. Futbolcuların mevkilerine göre performans parametrelerinin incelenmesi. [Yüksek lisans tezi]. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi; 2021.

21. Çekiç Ö. Farklı mevkilerde oynayan futbolcuların hedef yönelimi ve algılanan motivasyonel iklim özellikleri arasındaki ilişki. [Yüksek lisans tezi]. Edirne: Trakya Üniversitesi; 2018.

22. Söyler M. Bölgesel amatör lig futbolcularında sezonsal değişimler. 1. baskı. Ankara: Akademisyen Kitabevi A.Ş.; 2020.

23. Hajduk M, Sukop M, Haun M. Cognitive multi-agent systems, elementary agents players and their assignment to robots. New York: Springer Publishing; 2018. p.61-76.

24. Cüceloğlu D. İnsan ve davranışı. 7. baskı. Ankara: Remzi Kitabevi; 2016.

25. Cartwright S, Cooper CL. Defining stress. In: Cartwright S, Cooper CL, editors. Managing workplace stress. 1st ed. Thousand Oaks: Sage Publications; 1997. p.3-5.

26. Kırımça KC. Sınav günü duygu durumunun akademik başarı ile ilişkisi. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi; 2022.

27. Altun B. Kurumsal stres kaynakları ve stresle başa çıkma. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul: İstanbul Aydın Üniversitesi; 2017.

28. Başer E. Uygulamalı spor psikolojisi: performans sporunda psikolojinin rolü. Ankara: Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı, Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü; 1986.

29. Özer K. Kaygı: Sınanma duygusuyla baş edebilme. İzmir: Sistem Yayıncılık; 2008.

30. Kıran G. Spor dallarına göre sporcuların kontrol odaklarının kaygı düzeylerine etkisi. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul: Haliç Üniversitesi; 2015.

31. TDK. Büyük Türkçe sözlük [Web Sayfası]. Ankara: Türk Dil Kurumu; [Alıntı Tarihi: 13.01.2024]. Available from: https://sozluk.gov.tr/

32. Koç H. Profesyonel futbolcularda durumluk kaygı düzeyini etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi. [Yüksek lisans tezi]. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi; 2004.

33. Önertoy O. Kaygıları aşmak. İzmir: Sistem Yayıncılık; 2003.

34. Şensoy Ü. Anksiyete ve panik atak. İstanbul: Morpa Yayınları; 2006.

35. Kara E. Üst seviye atış sporcularının müsabaka öncesi kaygı düzeyi ile performansları arasındaki ilişki. [Yüksek lisans tezi]. Ankara: Gazi Üniversitesi; 2016.

36. Akarçeşme C. Voleybolda müsabaka öncesi durumluk kaygı ile performans ölçütleri arasındaki ilişki. [Doktora tezi]. Ankara: Gazi Üniversitesi; 2004.

37. Öner N, Le Compte AD. Sürekli kaygı envanteri el kitabı. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları; 1983.

38. Spielberger CD. Theory and research in anxiety. In: Spielberger CD, editor. Anxiety and behavior. New York: Academic Press; 1989. p. 1-20.

39. Erdoğan PD. Bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan sporcuların hayal etme ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. [Doktora tezi]. Sakarya: Sakarya Üniversitesi; 2009.

40. Kuru E. Sporda psikoloji. Ankara: Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi Basımevi; 2000. p.82-83.

41. Spielberger CD, Gorsuch RL, Lushene RE. Manual for the state-trait anxiety inventory. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press; 1970.

42. Özusta HŞ. Çocuklar için durumlu-sürekli kaygı envanteri. Uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. Türk Psikoloji Dergisi. 1995;10(34):32-44.

43. Bedir R. Taekwondo milli takım sporcularının durumluk kaygı düzeylerinin başarıya etkisi. [Yüksek lisans tezi]. Konya: Selçuk Üniversitesi; 2008.

44. Karabulut O, Atasoy M, Kaya K, Karabulut A. 13-15 yaş arası erkek futbolcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin farklı değişkenler bakımından incelenmesi. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi. 2013;14(1):243-254.

45. Karakaya I, Coşkun A, Ağaoğlu B. Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. Anadolu Psikiyatri Dergisi. 2006;7(3):162-166.

46. Adalı F. 14-18 yaş kız ve erkek basketbolcuların atılganlık ile sürekli kaygı düzeylerinin sosyodemografik yapılarına göre karşılaştırılması. [Yüksek lisans tezi]. Ankara: Gazi Üniversitesi; 2006.

47. Arseven A, Güven Ö. Sporcuların müsabaka ortamındaki anksiyete düzeyleri. 2. Ulusal Spor Psikolojisi Kongresi; Ankara. 1992;162-166.

48. Bingöl H, Çoban B, Bingöl Ş, Gündoğdu C. Üniversitelerde öğrenim gören taekwondo milli takım sporcularının maç öncesi kaygı belirlenmesi. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2012;4:121-125.

49. Erbaş MK. Üst düzey basketbolcularda durumluluk kaygı düzeyleri ve performans ilişkisi. [Yüksek lisans tezi]. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi; 2005.

50. Yücel EO. Taekwondocuların müsabaka öncesi kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. [Yüksek lisans tezi]. Konya: Selçuk Üniversitesi; 2005.

51. Türkçapar Ü. Güreşçilerin farklı değişkenler açısından sürekli kaygı puanlarının incelenmesi. GEFAD / GUJGEF. 2012.

52. Civan A, Arı R, Görücü A, Özdemir M. Bireysel ve takım sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi. 2010;193-204

53. Kanner AD, Coyne JC, Schaefer C, Lazarus RS. Comparison of two modes of stress measurement: daily hassles and uplifts versus major life events. J Behav Med. 1981;4:121-125.

54. Babur E. 13-21 yaş grupları futbolcularının yaşadıkları kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. [Yüksek lisans tezi]. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2011.

55. Afyon YA, Akandere M, Sanioğlu A. Üniversiteli futbolcuların müsabaka ortamında görülen kaygının başarıya etkisi. 2. Futbol ve Bilim Kongresi'nde sunulmuş bildiri, İzmir. 2000;p.18

56. Doğan M, Çankaya C, Gezer T. Bursaspor altyapısındaki b-c genç takım futbolcularının bazı kaygı nedenleri. Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi. 2004.

57. Nacar E, Açak M, Karahüseyinoğlu MF. Hentbolcuların sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından araştırılması. Sport Sci. 2011;6(1):1-12.

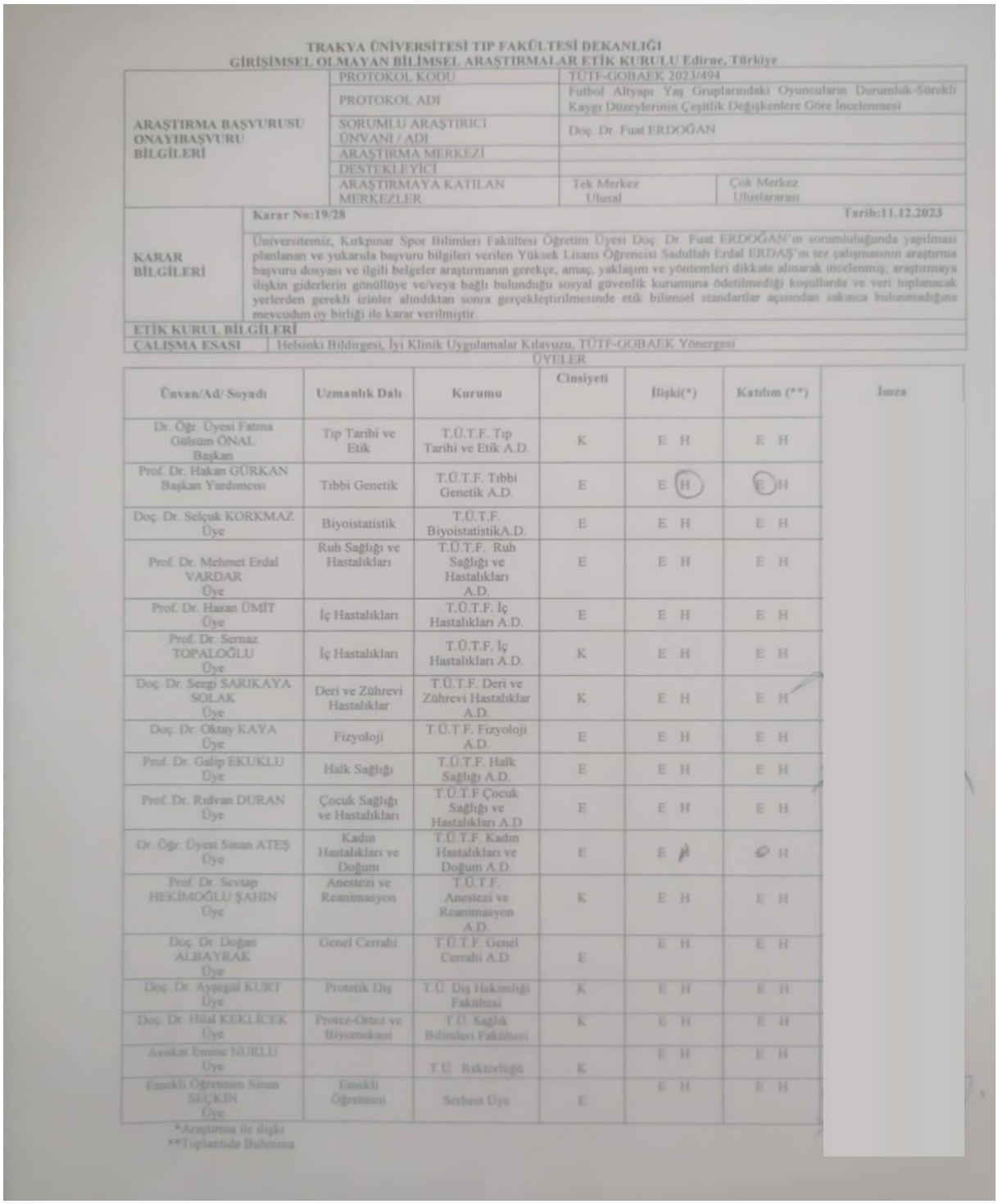
58. Ak E, Kaya İ. İzmir 1. amatör kümede mücadele eden futbol takımlarındaki oyuncuların süreklilik ve durumluluk kaygılarının belirlenmesi. Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi. 2017;3(2):68-79.

59. Weinberg RS, Gould D. Foundations of sport and exercise psychology. Champaign, IL: Human Kinetics; 2003. p.24-49, 144-147.

60. Özgül F. Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinde durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri. [Yüksek lisans tezi]. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2003. p.117-98.

EKLER

EK 1: Etik Kurul Onay Formu



TRAKYA ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ DEKANLIĞI
GİRİŞİMSEL OLMAYAN BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU Edirne, Türkiye

ARAŞTIRMA BAŞVURUSU ONAYIBAŞVURU BİLGİLERİ	PROTOKOL KODU	TÜTF-GOBAEK 2023/494	
	PROTOKOL ADI	Futbol Altyapı Yaş Gruplarındaki Oyuncuların Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeylerinin Çeşitlik Değişkenlere Göre İncelenmesi	
	SORUMLU ARAŞTIRICI ÜNVANI / ADI	Doç. Dr. Fuat ERDOĞAN	
	ARAŞTIRMA MERKEZİ		
	DESTEKLEYİCİ		
	ARAŞTIRMAYA KATILAN MERKEZLER	Tek Merkez Ulusal	Çok Merkez Uluslararası
KARAR BİLGİLERİ	**Karar No:19/28**	**Tarih:11.12.2023**	
	Üniversitemiz, Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Fuat ERDOĞAN'ın sorumluluğunda yapılması planlanan ve yukarıda başvuru bilgileri verilen Yüksek Lisans Öğrencisi Sadullah Erdal ERDAŞ'ın tez çalışmasının araştırma başvuru dosyası ve ilgili belgeler araştırmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş; araştırmaya ilişkin giderlerin gönüllüye ve/veya bağlı bulunduğu sosyal güvenlik kurumuna ödetilmediği koşullarda ve veri toplanacak yerlerden gerekli izinler alındıktan sonra gerçekleştirilmesinde etik bilimsel standartlar açısından sakınca bulunmadığına mevcudun oy birliği ile karar verilmiştir.	
ETİK KURUL BİLGİLERİ			
ÇALIŞMA ESASI	Helsinki Bildirgesi, İyi Klinik Uygulamalar Kılavuzu, TÜTF-GOBAEK Yönergesi		

ÜYELER

Ünvan/Ad/ Soyadı	Uzmanlık Dalı	Kurumu	Cinsiyeti	İlişki(*)	Katılım (**)	İmza
Dr. Öğr. Üyesi Fatma Gülsüm ÖNAL Başkan	Tıp Tarihi ve Etik	T.Ü.T.F. Tıp Tarihi ve Etik A.D.	K	E H	E H	
Prof. Dr. Hakan GÜRKAN Başkan Yardımcısı	Tıbbi Genetik	T.Ü.T.F. Tıbbi Genetik A.D.	E	E H	E H	
Doç. Dr. Selçuk KORKMAZ Üye	Biyoistatistik	T.Ü.T.F. BiyoistatistikA.D.	E	E H	E H	
Prof. Dr. Mehmet Erdal VARDAR Üye	Ruh Sağlığı ve Hastalıkları	T.Ü.T.F. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları A.D.	E	E H	E H	
Prof. Dr. Hasan ÜMİT Üye	İç Hastalıkları	T.Ü.T.F. İç Hastalıkları A.D.	E	E H	E H	
Prof. Dr. Sermaz TOPALOĞLU Üye	İç Hastalıkları	T.Ü.T.F. İç Hastalıkları A.D.	K	E H	E H	
Doç. Dr. Sezgi SARIKAYA SOLAK Üye	Deri ve Zührevi Hastalıklar	T.Ü.T.F. Deri ve Zührevi Hastalıklar A.D.	K	E H	E H	
Doç. Dr. Oktay KAYA Üye	Fizyoloji	T.Ü.T.F. Fizyoloji A.D.	E	E H	E H	
Prof. Dr. Galip EKUKLU Üye	Halk Sağlığı	T.Ü.T.F. Halk Sağlığı A.D.	E	E H	E H	
Prof. Dr. Rıdvan DURAN Üye	Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları	T.Ü.T.F Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları A.D	E	E H	E H	
Dr. Öğr. Üyesi Sinan ATEŞ Üye	Kadın Hastalıkları ve Doğum	T.Ü.T.F. Kadın Hastalıkları ve Doğum A.D.	E	E H	H	
Prof. Dr. Sevtap HEKİMOĞLU ŞAHİN Üye	Anestezi ve Reanimasyon	T.Ü.T.F. Anestezi ve Reanimasyon A.D.	K	E H	E H	
Doç. Dr. Doğan ALBAYRAK Üye	Genel Cerrahi	T.Ü.T.F. Genel Cerrahi A.D.	E	E H	E H	
Doç. Dr. Ayşegül KURT Üye	Protetik Diş	T.Ü. Diş Hekimliği Fakültesi	K	E H	E H	
Doç. Dr. Hilal KEKLİCEK Üye	Protez-Ortez ve Biyomekanik	T.Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi	K	E H	E H	
Avukat Emine NURLU Üye		T.Ü. Rektörlüğü	K	E H	E H	
Emekli Öğretmen Sinan SEÇKİN Üye	Emekli Öğretmen	Serbest Üye	E	E H	E H	

*Araştırma ile ilişki
**Toplantıda Bulunma

EK 2: Demografik Bilgi Formu

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Şehir :

Kulüp Adı :

Ailenizin Gelir Durumu :

Kardeş Sayısı :

Ailenizde spor ile uğraşmış birey var mı? Var ( ) Yok ( )

Yaşınız

11 ( ) 12 ( ) 13 ( )

Kaç yıldır amatör kulüp altyapılarında aktif futbol oynuyorsunuz?

1-2 Yıl ( ) 3-4 Yıl ( ) 5-7 Yıl ( ) Diğer ( )

Oynadığınız spor kulübünde hangi mevkide görev alıyorsunuz? (Kaleciler savunma seçeneğini işaretleyecek.)

Savunma ( ) Orta saha ( ) Hücum ( )

EK 3: Çocuklar İçin Durumluk Kaygı Formu

DURUMLUK KAYGI FORMU

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi dikkatle okuyun, sonra da **ŞU ANDA** nasıl hissettiğinize karar verin. Daha sonra da sizi en doğru anlatan ifadenin önündeki kutucuğa (x) işareti koyunuz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir cümle üzerinde fazla zaman geçirmeyiniz.

1.	Kendimi		Çok sakin hissediyorum		Sakin hissediyorum		Sakin hissetmiyorum
2.	Kendimi		Çok öfkeli hissediyorum		Öfkeli hissediyorum		Öfkeli hissetmiyorum
3.	Kendimi		Çok huzurlu hissediyorum		Huzurlu hissediyorum		Huzurlu hissetmiyorum
4.	Kendimi		Çok sinirli hissediyorum		Sinirli hissediyorum		Sinirli hissetmiyorum
5.	Kendimi		Çok huzursuz hissediyorum		Huzursuz hissediyorum		Huzursuz hissetmiyorum
6.	Kendimi		Çok dinlenmiş hissediyorum		Dinlenmiş hissediyorum		Dinlenmiş hissetmiyorum
7.	Kendimi		Çok ürkmüş hissediyorum		Ürkmüş hissediyorum		Ürkmüş hissetmiyorum
8.	Kendimi		Çok rahatlamış hissediyorum		Rahatlamış hissediyorum		Rahatlamış Hissetmiyorum
9.	Kendimi		Çok endişeli hissediyorum		Endişeli hissediyorum		Endişeli hissetmiyorum
10.	Kendimi		Çok hoşnut hissediyorum		Hoşnut hissediyorum		Hoşnut hissetmiyorum
11.	Kendimi		Çok korkmuş hissediyorum		Korkmuş hissediyorum		Korkmuş hissetmiyorum
12.	Kendimi		Çok mutlu hissediyorum		Mutlu hissediyorum		Mutlu hissetmiyorum
13.	Kendimi		Çok eminim		Eminim		Emin değilim
14.	Kendimi		Çok iyi hissediyorum		İyi hissediyorum		İyi hissetmiyorum
15.	Kendimi		Çok başım dertte hissediyorum		Başım dertte hissediyorum		Başım dertte hissetmiyorum
16.	Bireylerin beni		Çok rahatsız ettiğini hissediyorum		Rahatsız ettiğini hissediyorum		Rahatsız ettiğini hissetmiyorum
17.	Kendimi		Çok keyifli hissediyorum		Keyifli hissediyorum		Keyifli hissetmiyorum
18.	Kendimi		Çok dehşete kapılmış hissediyorum		Dehşete kapılmış hissediyorum		Dehşete kapılmış hissetmiyorum
19.	Kafamda		Her şeyi çok karma karmaşık hissediyorum		Her şeyi karma karmaşık hissediyorum		Her şeyi karma karmaşık hissetmiyorum
20.	Kendimi		Çok neşeli hissediyorum		Neşeli hissediyorum		Neşeli hissetmiyorum

EK 4: Çocuklar İçin Sürekli Kaygı Formu

SÜREKLİ KAYGI FORMU

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi dikkatle okuyun ve hangisinin sizin için en doğru olduğuna karar veriniz. **'Hemen hemen hiç' mi , 'Bazen' mi** yoksa **'sık sık' mı?** Daha sonra da sizi en doğru anlatan ifadenin önündeki kutucuğa (x) işareti koyunuz. Doğru ya da yanlış cevap diye bir şey yoktur. Herhangi bir cümle üzerinde fazla zaman geçirmeyiniz. **Genellikle** nasıl hissettiğinizi en iyi anlatan ifadeyi seçiniz.

21.	Yanlış yapacağım diye endişelenirim.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
22.	Ağlayacak gibi olurum.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
23.	Kendimi mutsuz hissederim.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
24.	Karar vermekte güçlük çekerim.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
25.	Sorunlarımla yüz yüze gelmek bana zor gelir.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
26.	Çok fazla endişelenirim.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
27.	Evde sinirlerim bozulur.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
28.	Utangacım.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
29.	Sıkıntılıyım.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
30.	Aklımdan engelleyemediğim önemsiz düşünceler geçer ve beni rahatsız eder.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
31.	Okul beni endişelendirir.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
32.	Ne yapacağıma karar vermekte zorluk çekerim.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
33.	Kalbimin hızlı hızlı çarptığını fark ederim.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
34.	Nedenini bilmediğim korkularım var.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
35.	Annem ve babam için endişelenirim.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
36.	Ellerim terler.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
37.	Kötü bir şeyler olacak diye endişelenirim.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
38.	Geceleri uykuya dalmakta güçlük çekerim.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
39.	Karnımda bir rahatsızlık hissederim.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık
40.	Başkalarının benim hakkımda ne düşündükleri beni endişelendirir.		Hemen hemen hiç		Bazen		Sık sık

ÖZGEÇMİŞ

BENZERLİK RAPORU

FUTBOL ALTYAPI YAŞ GRUPLARINDA DURUMLUK – SÜREKLİ KAYGI SEVİYELERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

ORİJİNALLİK RAPORU

%10	%8	%6	%2
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	acikbilim.yok.gov.tr İnternet Kaynağı	%3
2	abakus.inonu.edu.tr İnternet Kaynağı	%1
3	docplayer.biz.tr İnternet Kaynağı	<%1
4	www.cerezforum.com İnternet Kaynağı	<%1
5	sporbilimleri.org.tr İnternet Kaynağı	<%1
6	Ulukan, Merve Bayrı. "Koklear Implant Kullanıcılarında Postoperatif Intrakoklear Elektrokokleografi Bulgularının Incelenmesi", Marmara Universitesi (Turkey), 2023 Yayın	<%1
7	Kebapci, Serda. "Azinlik ortaokullari ogrencilerinin Evdeki muziksel ortamlari Ve muzik Dersi yukleme degiskenleri arasindaki	<%1

	iliskinin Incelenmesi", Marmara Universitesi (Turkey), 2020 Yayın	
8	acikerisim.erbakan.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
9	br.123dok.com İnternet Kaynağı	<%1
10	wcssr.org İnternet Kaynağı	<%1
11	www.scielo.br İnternet Kaynağı	<%1
12	Submitted to Bahcesehir University Öğrenci Ödevi	<%1
13	Bezirgan, Hakan. "Futsalda Savunma esnasinda kazanilan Toplarla yapilan farkli hucum cesitlerinin musabaka Sonucuna Etkisi", Marmara Universitesi (Turkey), 2021 Yayın	<%1
14	Submitted to Istanbul Bilgi University Öğrenci Ödevi	<%1
15	Submitted to The Scientific & Technological Research Council of Turkey (TUBITAK) Öğrenci Ödevi	<%1
16	advances.umw.edu.pl İnternet Kaynağı	<%1

17	pdfs.semanticscholar.org İnternet Kaynağı	<%1
18	Doğru, Merve. "Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Benlik Algısının Ahlaki Karar Alma Tutumlarına Etkisinin Incelenmesi", Balikesir University (Turkey), 2024 Yayın	<%1
19	Submitted to The Robert Gordon University Öğrenci Ödevi	<%1
20	Yildirim, Beste Buse. "Ankara Devlet üniversitelerindeki Fen Fakültesi Istatistik Bölümü Son Sinif Ögrencilerinin Kaygi Düzeylerinin Incelenmesi.", Ankara Universitesi (Turkey), 2024 Yayın	<%1
21	Submitted to Ondokuz Mayıs Universitesi Öğrenci Ödevi	<%1
22	Sakal, Meryem. "Ilkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin Bazı Psiko - Sosyal Değişkenlere Göre Matematik Kaygısının Incelenmesi", Dokuz Eylul Universitesi (Turkey), 2024 Yayın	<%1
23	e-biblio.univ-mosta.dz İnternet Kaynağı	<%1

24	Zeynep KARATAŞ, ARSLAN, Derya and KARATAŞ, Mustafa Erdal. "Öğretmenlerin sürekli, durumluk kaygı ve bitişik eğik yazı kaygılarının incelenmesi", İletişim Hizmetleri, 2014. Yayın	<%1
25	acikerisim.karabuk.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<%1
26	burkonturizm.com İnternet Kaynağı	<%1
27	he02-old.tci-thaijo.org İnternet Kaynağı	<%1
28	tr.wikipedia.org İnternet Kaynağı	<%1
29	www.frontiersin.org İnternet Kaynağı	<%1
30	www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<%1
31	Submitted to Ataturk Universitesi Öğrenci Ödevi	<%1
32	Coşkunfırat, Irem. "Ortaokul Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Davranış Problemlerinin Aile İşlevleri Açısından İncelenmesi", Marmara Universitesi (Turkey), 2024 Yayın	<%1

33	acikerisim.alanya.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
34	libratez.cu.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
35	www.gevhernesibe.org İnternet Kaynağı	<%1
36	www.slideshare.net İnternet Kaynağı	<%1
37	www.sporbilimleri.org.tr İnternet Kaynağı	<%1
38	Karacaoğlu, Latif. "Göztepe Spor Kulübü Tarihçesi (1925-2000)", Dokuz Eylul Universitesi (Turkey), 2024 Yayın	<%1
39	abis-files.aybu.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
40	acikerisim.nku.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
41	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı	<%1
42	dspace.balikesir.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
43	dspace.kocaeli.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<%1

44	lib.unnes.ac.id İnternet Kaynağı	<%1
45	sertacsipka.com İnternet Kaynağı	<%1
46	www.alifuatatmaca.com İnternet Kaynağı	<%1
47	www.tahudegitsel.org İnternet Kaynağı	<%1
48	Ali, Zabehulla Ahamd. "Sporda Akılcı Olmayan Performans Inançları Ile Kaygı Düzeyi Arasındaki Ilişkide Zihinsel Dayanıklılığın Aracı Etkisinin Incelenmesi", Marmara Universitesi (Turkey), 2023 Yayın	<%1
49	Dundar, Yasar. "Turk Medyasinda Dijitallesen Spor Yayinciligi: "Socrates Dergi" YouTube Kanali ornegi", Marmara Universitesi (Turkey), 2022 Yayın	<%1
50	Dikmenli, Tolga. "Genc Ve yildiz takimlardaki kadin basketbolcularin antrenorlerde bulunmasini Istedikleri Ve antrenorlerde Bulunan onderlik tarzlarinin Tespiti: buyuksehir Il ornegi.", Marmara Universitesi (Turkey), 2021 Yayın	<%1

51	Kayhan, Recep Fatih. "Futbol Hakemlerinde Oyun Temelli Antrenmanlarin Pozisyon Hissi Belirleme Ve Karar Verme Becerisi Ile Fiziksel Ve Fizyolojik Yeterliliklerine Etkileri.", Marmara Universitesi (Turkey), 2021 Yayın	<%1

Alıntıları çıkart	üzerinde	Eşleşmeleri çıkar	Kapat
Bibliyografyayı Çıkart	Kapat		