



ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**TÜRKİYE'DE ELİT ERKEK VE BAYAN GÜREŞÇİLER İLE
SPOR YAPMAYAN BİREYLERİN ZİHİNSEL YETENEK,
LİDERLİK VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ**

DOKTORA TEZİ

Saeed SHOKOUFEH

**Samsun
Aralık-2018**



ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**TÜRKİYE'DE ELİT ERKEK VE BAYAN GÜREŞÇİLER İLE
SPOR YAPMAYAN BİREYLERİN ZİHİNSEL YETENEK,
LİDERLİK VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ**

DOKTORA TEZİ

Saeed SHOKOUFEH

**Danışman
Prof. Dr. Mehmet TÜRKMEN
Dr. Öğr. Üyesi. Yaşar BARUT**

**Samsun
Aralık-2018**

T.C.
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Saeed SHOKOUFEH tarafından Prof. Dr. Mehmet TÜRKMEN ve Dr. Öğr. Üyesi Yaşar BARUT (İkinci Danışman) Danışmanlığında hazırlanan “**Türkiye’de Elit Erkek ve Bayan Güreşçiler ile Spor Yapmayan Bireylerin Zihinsel Yetenek, Liderlik ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi**” başlıklı bu çalışma jürimiz tarafından 17/12/2018 tarihinde yapılan sınav ile Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında DOKTORA Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Prof. Dr. Mehmet TÜRKMEN. Ondokuz Mayıs Üniversitesi



Üye : Prof. Dr. Osman İMAMOĞLU. Ondokuz Mayıs Üniversitesi



Üye : Dr. Öğr. Üyesi. Yaşar BARUT. Ondokuz Mayıs Üniversitesi



Üye : Dr. Öğr. Üyesi. Hasan SÖZEN. Ordu Üniversitesi



Üye : Dr. Öğr. Üyesi. Mehmet GÜL. Cumhuriyet Üniversitesi



ONAY:

Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen ve yukarıda adları yazılı jüri üyeleri tarafından uygun görülmüştür.

.... / /

Prof. Dr. Ahmet UZUN
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

TEŐEKKÖRLER

Tez çalışmanın aőamasında ve bütün Doktora eğitimim boyunca engin bilgisi ve deneyimini ve desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen Sayın Prof. Dr. Mehmet TÖRKMEN'e ve Sayın Dr. Ögr. Üyesi Yaşar BARUT'a beni bugünlere taşıyan, hiçbir zaman maddi ve manevi desteğini esirgemeyen Anne Babam'a ve tanıştığımız günden beri sevgi ve desteği ile yanımda olan biricik eőim Dr. Saeideh SHAHMARI'ye sonsuz teőekkürlerimi sunarım.



ÖZET

TÜRKİYE'DE ELİT ERKEK VE BAYAN GÜREŞÇİLER İLE SPOR YAPMAYAN BİREYLERİN ZİHİNSEL YETENEK, LİDERLİK VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Amaç: Bu çalışmada Türkiye'de elit erkek ve baayan güreşçiler ile spor yapmayan bireylerin zihinsel yetenek, liderlik ve saldırganlık özelliklerinin incelenmesi ve çeşitli değişkenler arasındaki farklılıkların tespit edilmesi amaçlanmıştır.

Materyal ve Metot: Çalışmanın evreni Türkiye'de elit güreşçiler ile spor yapmayan bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Türkiye'de milli takım düzeyinde güreşen toplam 129 sporcu ve sedanter grubu ise 2017/2018 eğitim öğretim yılında, 19 Mayıs üniversitesinde öğrenim gören 641 öğrenci toplamda 770 bireyden oluşturmaktadır. Bu çalışmada Perry ve Buss tarafından geliştirilen ve Demirtaş tarafından geçerlik çalışması yapılan "Saldırganlık Ölçeği", Lee, Bolman ve Terrence, tarafından geliştirilen ve güvenilirlik çalışmaları Dereli tarafından yapılan "Liderlik Ölçeği" ve Durand-Bush, Salmela ve Green-Demers tarafından geliştirilen ve Erhan, Güler, Ağduman ve Gerek tarafından güvenilirlik çalışmaları yapılan "Ottawa Mental Yetenek Değerlendirme-3 Envanter" kullanılmıştır. İstatistiksel verileri analizini SPSS 20,0 yazılım programında yapılarak, tanımlayıcı istatistikler, frekans analizi, Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis H test testi uygulanmıştır.

Bulgular: Bu araştırmada sedanter ve spor yapanların liderlik, saldırganlık ve mental yetenek puanları arasında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur. ($p < 0.01$)

Sonuç: Bu çalışmanın sonucunda, mental yetenek, saldırganlık ve liderliğe yönelim ölçek puanları incelendiğinde, spor yapanların spor yapmayan bireylere göre saldırganlık ve liderlik puanlarının yüksek olduğu ve aralarındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Sporcularda ise erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre fiziksel saldırganlık, dönüşümsel liderlik ve mücadele plan alt boyut puanlarının yüksek olduğu ve serbest stil güreşçilerin greko-romen stil güreşçilere göre stres kontrolü, yeniden odaklanma ve korku alt boyut puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Güreş; Liderlik; Saldırganlık; Sedanter; Zihinsel beceri

Saeed SHOKUFE, Doktora Tezi
Ondokuz Mayıs Üniversitesi - Samsun, Aralık-2018

ABSTRACT

Mental Ability, Aggression and Leadership Characteristics - A Comparison Between Elite Men and Women Wrestlers with Sedentary Individuals in Turkey

Aim: The comparing of mental ability, aggression, and leadership characteristics in elite men and women wrestlers with sedentary individuals in Turkey is the main purpose of this study.

Material and Method: The population of this research discusses in conjunction with the elite wrestlers and individuals who do not sport in Turkey. An example of this research is related to the elite wrestler of Turkey national team (n=641) and also the sedentary group consists of individuals (n=129) who studying in 19 Mayıs University in the 2017-2018 academic year (n=770). This research is based on: Aggression scale that developed by Buss-Perry, Reliability studies conducted by Demirtaş, Leadership Scale' Developed by Lee, Bolman and Terrence and reliability studies conducted by Dereli, The "Ottawa Mental Ability Assessment-3 Scale", which was developed by Durand-Bush, Salmela and Green-Demers and reliability studies conducted by Erhan, Güler, Ağduman, and Gerek. The analysis of the data obtained was performed in IBM SPSS 20.0 statistic program. The various statistical analysis such as frequency analysis, Correlation Analysis Mann-Whitney U test, and Kruskal-Wallis H test was applied.

Results: The relationships between the sub-sets of leadership, aggression, and mental ability of the, non-athletes, Greco-Roman and freestyle obtained from the research.

($p < 0/5$)

Conclusion: To conclude, it was determined that the individuals who do sports are more aggressive and the leadership characteristics are higher than Non-athlete. The results have shown that the male wrestlers' physical aggression, transformational leadership, and compilation planification sub-set scores are higher than female wrestlers. In our study, among the styles freestyle wrestlers' stress control, re-focusing and fear control sub-dimension points are higher than Greko roman wrestlers.

Keywords: Leadership; Aggression; Mental ability; Wrestling; Non-athlete

Saeed SHOKOUFEH Ph. D. Thesis
Ondokuz Mayıs University - Samsun, Desember-2018

SİMGELER VE KISALTMALAR

BPSÖ : Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği

OMYDÖ : Ottawa Mental Yetenek Değerlendirme-3 Ölçeği

BBA : The Blumic Investigatory Test of Body Attitudes - Vücut Tutum Blumic Testi

TGF : Türkiye Güreş Federasyonu

UWW : United World Wrestling- Dünya Güreş Birliği



İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER.....	6
2.1. Saldırganlık	6
2.1.1. Saldırganlığa Kuramsal Bakış	6
2.1.2. Saldırganlığın Türleri	9
2.1.3. Saldırganlığı Tetkileyen Faktörler.....	10
2.1.4. Saldırganlık ile İlgili Yapılmış Çalışmalar	11
2.1.5. Saldırganlık Spor ile Olan İlişkisi	12
2.2. Liderlik	14
2.2.1. Lider	15
2.2.2. Liderde Bulunması Gerekli Olan Özellikler.....	15
2.2.3. Liderliği Etkileyen Kaynaklar	16
2.2.4. Liderlik Kuramları ve Tipleri	17
2.2.5. Liderlik Davranış Tipleri	17
2.2.6. Liderlik Kuramları.....	19
2.2.7. Modern Liderlik Yaklaşımları	20
2.2.8. Sporda Liderlik	24
2.3. Zihinsel Beceri	25

2.3.1. Zihinsel Beceri Çeşitleri	26
2.3.2. Zihinsel Beceri Faktörleri.....	27
2.3.3. Zihinsel Antrenmanın Etkileri.....	28
2.3.4. Zihinsel Beceri’de Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar.....	29
2.3.4. Zihinsel Beceri Modelleri.....	29
2.3.5. Zihinsel Becerinin Elit Spordaki Önemi	31
2.4. Güreş	32
2.4.1. Güreşin Tarihsel Gelişimi.....	33
2.4.2. Güreşin Türleri	35
3. MATERYAL VE METOT.....	37
3.1. Materyal	37
3.1.1. Evreni ve Örneklem.....	37
3.1.2. Veri Toplama Araçları.....	38
3.2. Metot	39
3.2.1. Örnekleme Yöntemi ve Uygulama.....	39
3.2.2. İstatistiksel Değerlendirme	40
4. BULGULAR.....	42
4.1. Sporcu ve Sedanterlere Ait Demografik Özellikler	42
4.2. Ölçeklere Ait Analiz Değerleri	43
4.3. Sporcu ve Sedanterlerin Liderlik ve Saldırganlık Karşılaştırılması.....	44
4.4. Güreşçilerin Demografik Özelliklerine Göre Karşılaştırılması	45
4.5. Saldırganlık, Liderlik ve Zihinsel Beceri Alt Boyutlarının İncelenmesi	52
5. TARTIŞMA.....	58

6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	75
KAYNAKLAR	79
EKLER	91
ÖZGEÇMİŞ	106



1. GİRİŞ

Son yıllarda spor dünyasında, sporcuların fiziksel ve fizyolojik gelişimleri için psikolojik faktörlerin önemi her geçen gün artmaktadır. Sportif aktivitelerde kalıtsal unsurlar, yetenekler, beceriler ve çevresel unsurların yanı sıra psikolojik faktörlerin sporcunun performansı ve başarısı üzerindeki etkisinin kaçınılmaz olduğu düşünülmektedir.

Sporcunun üstün bir performansa ulaşmasında, psikolojik ve fizyolojik yetilerinin geliştirmesi ve yükseltmesine bağlı olduğu bilinmektedir (Konter, 2003). Yüksek performansa ulaşmak için bir çok yöntem kullanılmaktadır. Sporcunun motorik özelliklerinin ilerlemesinin yanı sıra farklı uygulamalar yapılmaktadır (Karagözoğlu, 2005). Spor aktiviteleri sırasında ortaya çıkan zihinsel faktörlerin belirlenmesi yeteneksel becerileri hareketlerin eğitilmesi sayesinde mümkün olabilmektedir. Bu hareketlerin eğitilmesi ve bilinçaltına yerleştirilmesi zihinsel antrenman kavramının önemini ortaya koymaktadır (Erhan ve ark., 2015).

Zihinsel antrenmanla ilgili ilk yapılan araştırmalar 1950'li yıllarda Sovyetler Birliği ve Doğu Almanya'da görülmüştür. Özellikle Almanya'nın takımları 1976 Olimpiyatlarında zihinsel antrenman teknikleri ile önemli başarılar elde etmişlerdir (Aktepe, 2006). Bu sonuçlar diğer ülkeleri bu konuyu araştırmaya yönlendirmiştir.

Yarışma veya sportif bir hareket esnasında meydana gelecek olumlu veya olumsuz durumlara karşı düşünülen bir davranışın pratik olmaksızın planlı veya yoğun olarak zihinde canlandırılması şekilde ifade edilmektedir. Beynin verdiği emirler vücudun doğru hareket etmesini sağlamaktadır. Başka bir deyişle zihinsel beceri, vücudu gerçek müsabakalara hazır bekleme ve hazırlanmasına yardımcı olur (Koruç, 1990).

Zihinsel yetenek boyutları ile ilgili birçok araştırma da terimsel olarak şu ifadeler kullanılmıştır.

Goal-setting: Motivasyon ve yönlendirme sağlayan amaç ve program hedeflerin belirlenmesi (Burton, 1993). "Hedef -belirleme" olarak tanımlanır.

Confidence: Hedef ve beceriye olan inancı ifade etmektedir (Vealey, 1986). "Özgüven" olarak tanımlanır.

Commitment: Amaca yoğunlaşma ve adanmayı ifade etmektedir (Orlick, 1992). "Kararlılık" olarak tanımlanır.

Stress-reaction: Taleplere verilen tepkileri ifade etmektedir (Selye, 1993). “Stres tepkileri” olarak tanımlanır.

Fear-control: Düşünce, korkuya ve kaygıya sebep olan öğeler ve durumlarla başa çıkma kabiliyeti ifade etmektedir (Rotella & Lerner, 1993). Korku Kontrolü olarak tanımlanır.

Relaxation: Psikolojik düşüncelerini, huzursuzluğun ve kaygı düzeyini azaltma olasılığını mümkün olmayı ifade etmektedir (Williams & Harris, 1998). “Rahatlamak” olarak tanımlanır.

Imagery: Enerji, motivasyon ve yoğunlaşmanın yükselme gerektiren durumları fizyolojik ve zihinsel durumu yükselten süreci ifade etmektedir (Zaichkowsky & Takenaka, 1993). “Canlandırma” olarak tanımlanır.

Focussing: Amaca uygun dikkatlice yönlendirebilme ve sürdürebilme yeteneğini ifade etmektedir (Nideffer & Sagal, 1998). “Odaklanma” olarak tanımlanır.

Refocusing: Zihnin dağıldığı zamanlarda etkili olan odaklanmayı tekrar kazanma yeteneğini ifade eder (Orlick,1992). “Yeniden Odaklanma” tanımlanır.

Imagination: Farklı durumları zihinde canlandırmak için duygu ve fikirlerin kullanılmasını ifade etmektedir (Murphy & Jowdy, 1992). “Hayal Gücü” olarak tanımlanır.

Mental-practice: Bedenin açık bir biçimde hareket ettirmeksizin fiziksel becerilerini, faaliyetin zihninde prova ettiği süreci ifade eder (Murphy & Jowdy,1992). “Zihinde Canlandırma” olarak tanımlanır.

Competition-planification: Bir yarışma öncesi ve sonrası, yarışma sırasındaki fikri ve hareketlerine rehberlik edecek hedefe ulaşmasını ifade etmektedir (Orlick & Partington, 1983). “Mücadele Planı” olarak tanımlanır.

Sporcunun fiziksel ve fizyolojik kapasitesinin hazırlığı onun maça hazır olduğu manasına gelmemektedir. Bir maç esnasında, müsabakanın önem seviyesine bakılmaksızın sporcunun fizyolojik düzeyinde anlamlı değişiklikler bulunmamaktadır. Uyarılmışlık seviyesinin istem dışı artması performans düzeyindeki değişikliklerin sporcuların zihinde canlandırdıkları çatışmalar ve mücadelelerden kaynaklı olduğu bilinmektedir (Harris ve williams, 1993).

İnsanlara çevreleriyle olan temaslarında genelde yönlendirici, çekingen, atılgan ve saldırgan olmak üzere bu 4 farklı davranışın şeklini seçerek tepkiler sergilemektedir

(Erşan ve ark, 2009). Bildiğimiz gibi sporun bireylerde öfkeyi kontrol edebilme ve saldırganlığı önlemede göz ardı edilemeyecek derecede etkisi olduğunu görmekteyiz. Spor kardeşlik ve sevgi içersinde herkesi bir araya getiren sıkı bir sosyal bağ olduğunu ifade edilebiliriz. Ancak sporun yapısı kazanma, kaybetme ve ekonomik ölçüler ile birlikte değişime uğramıştır. Bu bağlamda çoğu araştırmacılar saldırganlığı inceleyerek bu davranışların sebeplerini ortaya koymaktır.

Saldırganlık “başkalarına ve varyetlere zarar vermeyi hedefleyen bir davranım biçimi olarak, hem bu yönde hem de bu yöndeki bir tepkiyi önleme yönünde” düşünülmesi gerektiğini belirtmektedirler (Usal ve Aslan, 1995).

Berkowitz’e göre, saldırganlık, bir canlı veya bir objeyi, incitme, kırmak yaralama veya her türlü zarar verme amacı bulunan maksatlı bir motor biçimidir. Bu ifade ile müdahale prosesinin ortaya çıkması ve saldırgan davranışın amacında bazı değişebilir özelliklere izin vermektedir. Bu tanım, zarar verme amacını içerse de saldırganlık her zaman birincil hedef değildir (Tok, 2001).

Liderlik ise belirli bir amaç için etrafına bir grup insanı toplayan ve bu amaçlar doğrultusunda topladığı grubu harekete geçirebilme kabiliyetidir (Eren, 2001). Başka bir tanımla bireyin aynı şartların ortaya çıkmasıyla ferdi veya ekip hedeflerini ortaya koymak için bir bireyin başka bireylerin faaliyetlerini etkilemesi ve yönlendirilebilmesi olarak söyleyebiliriz (Efil, 2002).

Sporcuların sportif başarılarında önemli bir rolü olan liderlik, son zamanlarda spor bilimleri alanı üzerinde sıklıkla çalışılan bir konu haline gelmiştir. Bireylerin liderlik özelliklerini incelemeye çalışan araştırmaların yanı sıra özellikle sporda lider olarak düşünülen koç, yönetici, antrenör, takım kaptanı gibi bireyler üzerinde çoğulukla araştırmalar yapılmıştır. Bu araştırmalar da özellikle antrenörün ve kaptanların liderlik özelliklerinin diğer sporcuların performanslarını olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

Farklı branşlardaki sporcuların liderlik tercihleri isimli bir çalışmada liderlik davranışının sporcuların performanslarını etkilediğini belirtmiştir (Chelladurai ve ark, 1998).

Futbolcuların liderlik özelliklerinin konu aldığı çalışmada, takımın başarı ve birliğini elde edilmesinde grup lideri olarak antrenöre ve bu başarıya katkısı olan sporculara ihtiyaç duyulduğu, antrenörlük tarzı ile sporcu tercihi arasındaki farklılığın

çoğalmasıyla doyumun azaldığı ve özellikle duygusal bağıllık ile ilgili anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Ulukan, 2006).

Son yıllarda oldukça ilgi çeken liderlik ve etkileyen faktörler araştırmacıların konusu haline gelmiştir. Liderlik üzerine yapılan bir araştırmada etkili lider olmak için nelerin gerektiğini orta koymuştur. Bu çalışma sonucunda akılları ve yürekleri feth etme konusunda üstün olan liderlerin dört özelliği paylaştıkları ortaya çıkmıştır (Goffe ve Jones, 1999).

Zihinsel yetenek, liderlik ve saldırganlık kavramları spor psikolojisi araştırmalarında, hem bireysel hem de grup performanslarında etkisi spor yapan ve yapmayan bireylerde büyük önem taşıdığı görülmektedir.

Literatür taramasında sporcuların mental becerileri özelliklerinin farklı örneklem gruplarında incelendiği araştırmalar bulunmaktadır. Bu araştırmalarda sportif performansı etkileyen faktörler incelenmiş olup, ancak alanda yapılan araştırmalarda profesyonel sporcular ile spor yapmayan bireylerin mental yetenek, liderlik ve saldırganlık düzeylerini inceleyen çalışmalara rastlanmamıştır. Literatüre baktığımızda bu üç faktörü konu alan ve ayrıca güreş dalında konu alan bir çalışmaya rastlanmamaktadır. Fakat bildiğimiz bir şey var oda bu faktörler bize sporcular ile spor yapmayan bireylerin daha iyi tanımamızda yardımcı olacaktır. Genelde çalışmaların birçoğunda örneklem grubu olarak beden eğitimi bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler olduğu görülmüştür ama bizim yaptığımız bu çalışmada elit düzeydeki güreşçiler, sporcu kitlesi olarak ele alınmıştır. Buda bize güreşçileri daha iyi tanımamızda ve ilerde diğer araştırmacılara yardım sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmada önemli bir yeri olan psikolojik kavramları incelerken, spor yapanların spor yapmayanlara göre mental yetenek, liderlik ve saldırganlık düzeyleri arasındaki farklılıkları inceleme ve ayrıca güreş dalında spor yapan bireylerin greko-romen ve serbest stili sporcuların birbiriyle olan farklılıkları amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda sporun kişiye kattığı psikolojik özelliklerden yola çıkarak bireylerde, olan mental yetenek, liderlik ve saldırganlık özelliklerine pozitif olarak etkisinin olup olmadığı incelenmiştir.

Araştırmamız özellikle önemli psikolojik yapılarından olan mental yetenek, liderlik ve saldırganlık kavramlarının, sportif aktiviteler ile olan ilişkisinin anlaşılması ve spor yapmayanların karşılaştıkları problemlerinin belirlenmesinde ilerde bireyleri

psikolojik açıdan daha iyi tanımak ve incelemek noktasında önemli bir yer sahip olması düşünülmektedir.

Bu araştırmanın temel amacı; Türkiye'de 16-30 yaş aralığında bulunan elit erkek ve kadın güreşçiler ile spor yapmayan bireylerin zihinsel yetenek, liderlik ve saldırganlık özelliklerini incelemektir.



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Saldırganlık

Saldırganlık genel olarak zarar vermeye yönelik davranışlar olarak tanımlanabilir, yalnız insan saldırganlığından söz konusu olduğunda tanım yapmak zorlaşmaktadır (Korkut, 2002). Saldırganlık bir canlı yada objeye karşı incitici veya rahatsız edici davranışlar olarak tanımlanmaktadır (Paul and Marie, 2005).

Başka bir tanımla saldırganlık başkalarını rahatsız etmeyi hedefleyen her çeşit eylem ya da davranış olarak ifade edilebilir. Saldırganlık aynı değer içinde hayatı devam ettirmek, lazım olan davranış kaynağı ve itici gücü olarak değerlendirilse bile kimi psikologlar tarafından kendini ortaya koymak, kendi haklarını savunmak anlamlarıyla da değerlendirmektedir (Budak, 2001).

Buss (1966), saldırganlığı, bireylere zarar veren her türlü eylem biçimi olarak tanımlamıştır. Daha sonra bu tanıma kasti zarar verme kavramı da dahil edilmiştir. Bu yüzden, zarar verme kastı taşımayan herhangi bir eylem, büyük acı ve zarara da sebep olsa, saldırganlık olarak tanımlanmamaktadır (Hafize, 2011). Saldırganlık tanımının en önemli belirleyicisi, kişinin niyetidir. Kişi ancak birini incitmeye çalıştığı takdirde saldırgan olarak görülmektedir, eğer zarar vermeye ya da incitmeye çalışmıyorsa, saldırgan davranıştan söz edilemez. Saldırganlıkla ilgili tanımlar incelendiğinde; saldırganlığın, bir kişinin kendine veya diğerlerine, psikolojik veya fiziksel zarar verme, incitme ve üzüntü vermek hedefi güden davranış olarak tanımlandığı görülmektedir (Eron, 1987).

Saldırganlık toplum tarafından kabul edilip edilmemesine göre özgeçi prososyal ve antisosyal saldırganlık olarak sınıflandırılmıştır. Özgeçi saldırganlık, kitlenin moral (ahlak) standartları tarafından kabul edilebilir hedefler çerçevesinde sosyal olarak kabul edilen saldırganlık davranış olarak; anti-sosyal ya da düşmanca saldırganlık, toplum tarafından onaylanmayan saldırgan davranış olarak tanımlanmaktadır (Sears, 1987).

2.1.1. Saldırganlığa Kuramsal Bakış

Tarih boyunca saldırganlık, bütün insanlarda ve tüm toplumlarda rastlanmıştır. Buna bakılırsa; çok çeşitli görüşler ve kuramlara göre, saldırganlık içeren davranışın, nereden kaynaklandığını ve nasıl oluştuğunu bize açıklamaktadır (Dervent 2007).

Sosyal Öğrenme Kuramı; Saldırganlık doğuştan gelen faktörlere indirgenemeyeceğini, öğrenmenin saldırgan davranışın çeşit ve miktarı üstünde etkisi olduğunu çoğu psikologlar tarafından savunulmaktadır. Örneğin, bir çocuğun mahallede kendisinden büyük çocuklardan görerek birtakım vandalist eylemlerde bulunması öğrenmenin vandalizm eylemlerindeki etkisini göstermektedir. Bu görüşün temelinde bir takım deneysel çalışmalar yatar. Sosyal öğrenmede çocukların etrafında gördükleri davranışları taklit etmeleri en önemli temelidir. Bu mekanizma vasıtasıyla, saldırganlık davranışında, toplumlar ve diğer kültürler arasında farklılıklar gözlenmektedir (Cüceloğlu, 1993).

Sosyal öğrenme kuramına göre saldırganlık öğrenmeyle kazanılır. Bandura'ya göre içgüdüsel özelliği olmayan, doğuştan gelen, edimsel koşullanma ve gözlemsel öğrenmeyle kazanılabilen bir özellik olarak saldırganlığı ifade etmiştir. Pozitif ve negatif davranışlar edimsel koşullanma aracıyla pekiştirilmektedir. Pekiştirilen pozitif davranışın, sıklığı artmasıyla pekiştirilmeyen negatif davranışların görülmesi yavaş yavaş azaldığı gerçeğidir (İkizler, 1999).

Bu kurama göre, agresif bir davranış bakımından cinsiyetler arasındaki farklılıklar konusuna dokunmaktadır. Çoğu araştırmalarda saldırganlığın cinsiyet farkının konusunda çocukluk döneminin etkisine rastlanmamış ama erkek çocuklarda büyümeye başladıktan hemen sonra iş bölümüne kapalı ve saldırgan oldukları ve kızlarda ise toplumsal ve bileşsel olarak gelişmiş olduklarına çoğu araştırmalarda görülmüştür. Bu bağlamda bu tür davranışların öğrenildiği tezi destekleyerek cinsiyetin tez yaşlarda insicamsızlık görülmemesi ve erken yaştaki olan davranış başkalık esasının biyolojik olmamasını göstermektedir.

Diğer bir çalışmada ise erkek ve kız arasında görülen bu değişiklik, saldırganlığın dozu değil, dışa vuruş şeklinde olduğu düşünülmektedir. Erkek çocuklarına gösterilen davranış tarzına sınırlı olarak bu davranışın sözel ve fiziksel olarak, kızların ilişkilerinde olan geçimsizlik şeklinde davrandıklarını göstermiştir (Zülal 2001). Bu kuram saldırganlığın daha amacına yönelik araçsal davranış olarak diğerlerine göre farklı bakılmıştır.

İçgüdü Kuramları; Saldırganlığın nedenlerini açıklamaya çalışan içgüdü kuramları “Psikanalitik Kuram ve Etiyolojik Kuram” olarak iki başlık altında açıklanmaktadır. Bu kuramlar saldırganlığı, öğrenilen bir davranış olarak değil,

doğuştan gelen kalıtsal bir davranış olarak görmektedirler. Ayrıca insanlardaki saldırganlığı tıpkı hayvanlarda olduğu gibi içgüdüsel bir tepki olarak açıklamaktadırlar (Hafize , 2011).

Psikanalitik Kuram; Psikanalitik kurama göre, insanda saldırganlık dürtüsü doğuştan itibaren bulunmaktadır. Bu kurama göre insan, kendilerini susuz, aç, veya cinsel olarak uyarılmış hissedebildikleri yanısıra, agresif de hissedebilir (Freedman ve ark, 2003).

Freud'a göre içgüdü: içsel ve biyolojik bir uyarılmadır. Freud, içgüdülerin yaşam ve ölüm içgüdüleri olarak tanımlamıştır.

Yaşam içgüdüleri libidonal enerji ile bireyin yaşamın ve türünü sürdürmesini temin etmektedir. Bilinen bu içgüdüler vasıtasız bir ifade yolu sağlamazlarsa, enerjileri yön değiştirerek anksiyeteye dönüşülebilir. İnsanı canlı kılan, yaşama bağlayan içgüdülerdir. Örnek olarak en önemli saldırganlık dürtü türevi olan ölüm içgüdüdür. Freud'a göre insanın, kendine yönelik yıkıcı eğilimlerinin dış dünyadaki nesnelere çevrilmesiyle saldırganlık meydana getirmektedir (Geçtan, 1996).

Freud'un saldırganlıkla ilgili görüşleri ve ifadeleri ışığında şöyle gruplandırılabilir;

- I.** İnsanları saldırganlık davranışlara zorlayan ve enerjisini yönünü değiştiren en önemli kanıt onların yaşam içgüdülerinin dolaysız bir anlatım yolu bulamamalarına bağlı olabileceğidir.
- II.** İçtima insanların saldırgan davranışını farklı yerlere yöneltmesine yardımcıdır.
- III.** İleride bireyin sözel saldırganlığa yönelmesinde oral dönemde olan ısırma ve çiğneme gibi kazanılan özellikler neden olabilir.

Anal dönemin iki yaş civarında başlayan tuvalet eğitim döneminde anne-babanın tutumları çocukta çevresine zarar verme tepkileri oluşturarak fiziksel saldırganlığı tetiklemektedir. Adler'e göre saldırganlığı tüm gereksinimlerin doyumu için uğraşan ve yalnız bir sınırlı olmayan bir içgüdüsel bir tutum olarak ifade etmiştir (Kozcu, 1985). Adlere bir içgüdü olarak, tüm gereksinimleri gidermek için çaba sarf eden saldırganlığı değişik şekilde kanalize edilebileceğini savunmuştur.

Psikanalitik kuramına tarihsel gelişim biçimde baktığımızda, içgüdü olan yaşam ve ölüm gibi, saldırgan davranışı sergileyen kişiyle ilgili etkenlere yer

verilmiştir. Diğer taraftan bireyin psikososyal birisi olduğu ögesi de göze alarak, saldırgan tutumun yapılan izahında toplumsal şartların etkisi olduğu ve verdiği tepkilerin üzerinde durulduğu göstermektedir (Duygu, 2012).

Engellenme Saldırganlık Kuramı; Dollard tarafından geliştirilen engellenme saldırganlık kuramına göre her engellenen davranış eninde sonunda saldırgan bir davranışa dönüşecektir (From, 1993). Engellenme-saldırganlık kuramında, saldırganlık amaca ulaşma noktasında engele verilen bir cevaptır (Allister ve Schmid, 2011). İnsanların engellendiklerinde anormal davranış sergiledikleri ve bazen birey öfkesini masum kurbanlara yönelttiği düşüncesine dayanır (Mngomezulu, 2015). Ancak bu tür bir saldırganlığın “ortadan kaldırmak hedefiyle değil, yaşamak hedefiyle ele alınır bir saldırganlık olduğu bellidir” (Fromm, 1990).

2.1.2. Saldırganlığın Türleri

Saldırganlık üzerine yapılan çalışmalarda, araştırmacılar, saldırganlığı çeşitli türlere ayırarak incelemişlerdir. Buss (1961), tip olarak saldırganlık üç bölüme ayrılmıştır Bunlar: Fiziksel ya da sözel, aktif ya da pasif, doğrudan ya da dolaylı saldırganlık şeklinde sınıflandırmıştır (Martin ve Jose, 2000).

Saldırganlığa yönelik örnekler ve ifadeleri aşağıda verilmiştir:

Fiziksel Saldırganlık: Baskı yapmak/ ittirmek, çekiştirmek, vurmak, ısırarak.

Sözel Saldırganlık: Sözel iletişim aracılığıyla karşıdaki kişiye psikolojik olarak rahatsız etmek ve ona zarar vermek eylemidir.

Aktif Saldırganlık: Esası bireye acı vermek, canını yakmak ve hedefe yönelik bir davranış eylemidir.

Pasif Saldırganlık: Bu tür saldırganlıkta birey karşıdaki kişiye zarar verememek yerine, onun hedefinin gerçekleşmesine mâni olarak eylem sergilemektedir. (Martin ve Jose, 2000). Kuru ve Var ise saldırganlığı üç şekilde sınıflandırmışlardır,

Ödünleyici Şekli: Gerçekleştirmeyen bazı durumlarda birey kendini güçsüz hissederek acı çeker ve bu durumda yaratılan bu güçsüzlük ve bozulan dengenin onarma çalışmaları bireyi tamamen zayıflatır. Bu yüzden güçlü bildiği her kişi veya toplulukla özdeşerek kendi başarısı gibi kabullenerek onlar gibi davranır. Güçsüzlükten doğan güçsüzlüğü ödünleyen bir şiddet türüdür olarak ifade edilir (Kuru ve Var, 2009).

Öç Alıcı Şekli: Bir kişinin daha önce yapılmış bir davranış halinden incinmemiz ve rahatsız olmamız veya algılamamızdan dolayı öyle bildiğimiz davranış

şeklini kabullenemeyerek kin besleyerek daha sonra bize karşı bu tür davranışta bulunan kişi veya kişilerin benzer davranışlar göstererek ya da onları incitebilecek davranışlarda davranarak içimizde var olan öç alma duygusunun açılmasıdır (Kuru ve Var, 2009).

Tepkisel Şekli: Bu tür saldırganlık engellemelerden ortaya çıkmaktadır. İnsan gereksinimlerini karşılayamadıkları halde kendilerini engellenmiş hissine kapılır. Birey engellendiğini hissettiği zaman hedefine varmak içinde agresif davranabilir. Bu tür saldırganlık, İnsanla karşılaştıkları bazı kışkırtıcı durumlarda öz-savuncu içeren davranışlardır (Kuru ve Var, 2009).

Saldırganlıkla ilgili olan başka bir şekli ise, ilişkisel saldırganlığa mukabil açık ayrımıdır. Bu tip saldırganlıkta, bir çocuğun arkadaş veya gruba ilişkileri dahil olmayla hislerine zarar vermeyi hedefleyen davranışlara vurgu yaparak, fiziksel saldırganlık, açık saldırganlık, sözel ve gözdağı verme aracılığıyla zarar vermeye hedefleyen eylemleri taşımaktadır (Baş, 2010).

2.1.3. Saldırganlığı Tetkileyen Faktörler

Aile: Bireyin ilk sosyalleşmesinde önemli role sahip olan aile, saldırganlığın ortaya çıkmasında ilk sırada yer almaktadır. Çocuklarının davranışlarını gereksiz yere engelleme, istek ve davranışlarını eleştirme, cezalandırma, çocuğun her isteğine boyun eğme veya ihmal etmesi ebeveyn tarafından saldırgan davranışlara yol açmaktadır. Aile içersinde sağlıklı irtibat kurulmasında çocuğa yönelik tutumların yanı sıra, anne-babanın işi, çalışma durumu ve koşulları, evlilik anlaşmazlıkları, boşanma, hastalıklar, ekonomik sıkıntılar ve işsizlik gibi etmenler de saldırgan davranışları tetiklemektedir (Aral ve Ayhan, 2004).

Okul: Çocuk aile ortamından daha çok büyük bir zamanı okulda geçirmektedir. Çocukların geçirdikleri bu ortamda agresif davranışlar göstermelerinde çoğu faktörler bulunmaktadır. İlişki bozukluğu, kurallara uymakta zorlanıp ceza almak, ev ve okulda sorun yaratmalar gibi davranışlar sergilemektedirler. Çocuk sağlıklı yollardan ilgi görmeyince daha ilgi çekmek için saldırganlaşa bilir (Özdemir, 2001).

Alkol ve Uyuşturucu: İlaç tutkusu ve uyuşturucu madde bağımlılığı saldırganlığı artırmaktadır. Kimyasal değişimler sonucu amfetamin yada benzer maddelerin alışkanlık ve bağıllığı agresif davranışlara neden olabilmektedir (Ankay, 1998).

Kitle İletişim Araçları Ve Medya: Birey kitle iletişim araçlarını iyi yönde kullanırsa eğer insanlığa çok faydalı olacağı ama olumsuz yönde kullanıldıkları zaman ise toplumu kötü yönde etkileyeceği bir gerçektir. Bilgi edinmek ve genellikle boş vakitleri değerlendirmek üzere bu iletişim araçlarına yönelen bireyler, yoğun bir yönlendirme ile karşı karşıya kalabilmektedirler (Acet, 2006).

Kişilik: Toplumda hoş görülme güdülerini bastırma yoluna gidildiğinde kibir şeklinde ahlaki zihniyet ve günah gibi kavramlar içermektedir. Vicdanı üst benlik olarak da tanımlayabiliriz. İnsanlar her türlü ortam veya sosyal çevrede olsa bile agresif olan güdülerini taşıyabilmektedir ama bahsi geçen vicdan vasıtasıyla bu güdülerini bastırabilme gücüne sahiptir. Aksi takdirde pişmanlık duymaksızın her türlü saldırganlık davranışını sergiler. Bu bağlamda bireyin gösterebileceği kişilik bozukluklarında önem taşımaktadır. Özgüven olmayan bireyin her an tehdit altında olduklarına ve güvende hissedemeyen birey, saldırgan bir davranış takınmaz (Kabak, 2009).

Çevresel Faktörleri: Toplumdaki hızlı gelişmeyle beraber fakirlik, işsizlik, hava kirliliği, aile, trafik sorunu ve yetersiz beslenme gibi farklı etkenler kişinin ruh sağlığını etkileyerek onun agresifleşmesine neden olabilmektedir (Baron ve Richardson, 1994).

Yaş: İnsanların tavırlarının şekli yaşa bağlı olarak değişebilmektedir. Öğrenik olarak, ergenlik dönemindeki kişi ile yaşlılık dönemindeki kişinin olay ve durumlar karşısında ortaya koyacağı tepkiler aynı değildir. Yani bireyin yaşı ve ona bağlı yaşadıkları onun tepkilerin de önemli rol oynamaktadır (Duygu, 2012).

Biyolojik Faktörleri: Agresif davranış ve eylemler genel olarak limbik düzen ile beynin temporal ve frontal lobları ile bağlı olduğu gösterilmiştir (Garza, 1994).

2.1.4. Saldırganlık ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Orpinas ve ark (1999), silah taşıyan ebeveynlerin öğrencilerin saldırganlık davranışlarının üzerine etkisi (Teksas örneği) isimli çalışmada'da okula devam eden 6., 7. ve 8. sınıf öğrenci ve ailelerinden olan toplam 8865 bireylere yapılmıştır. Araştırma sonucunda ailenin saldırganlık üzerinde etkileri tesbit edilmiştir. Erkeklerin daha çok saldırgan oldukları, ailesiyle birlikte yaşayan çocukların saldırganlık düzeylerinin düşük olduğu ve iki grup düzeyler ile aile arasındaki saldırganlık düzeyleri ters ilişkilerin olduğuna rastlanmıştır (Orpinas ve ark., 1999). Başka araştırmada ise 129 lise

öğrencinin cinsiyete göre saldırganlığın farklılıkları tespit etmek amacıyla yapılan çalışmada cinsiyete göre sözel saldırganlığın bir farklılık göstermediği, erkeklerde ise fiziksel saldırganlığın daha çok kullanıldığı gözlemlenmiştir (Scharf, 2000).

Ergenlerde yeme bozuklukları ve saldırganlık düzeylerini inceleyen başka bir çalışmada lise 15 ile 19 yaş arası 1000 öğrencinin yemek tutumlarına göre erkekler kadınlara göre saldırganlık puanlarının daha yüksek olduğu ve açıkça ifade edilen saldırganlık, yeme bozukluğu seyrinde ve tedaviye uyum konusunda olumsuz bir etki yaratabilir, ayrıca intihar riskini de arttırabilir (Miotto ve Coppi, 2003).

Başka bir çalışmada ise saldırganlık, denetim odağı ve kişilik özelliklerini konu alan çalışmada orta öğretim kurumlarında okuyan 580 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Saldırganlık puanının cinsiyete değişkenine göre erkeklerin lehine, okul türü değişkenine göre ticaret lisesi ve genel liselilerin lehine anlamlı ilişkiler görülürken, sınıf düzeyi lise 2. Sınıf öğrencileri lehine, okudukları alan türüne göre de eşit ağırlık alanında öğrenciler lehine ilişkiler olduğu saptanmıştır (Efilti, 2006).

Çorum ili merkezinde bulunan lise öğrencilerinin saldırganlık puanlarının üzerine yapılmış bir araştırma'da öğrencilerinin saldırganlık puanlarının okul türü, sınıf düzeyi, kendini açma davranışı, cinsiyet, ebeveyn eğitim seviyesi ve aylık gelir durum değişkenleri incelenmeye almıştır. Araştırma sonucun'da kendini açma alt düzeyinde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Kendini açma düzeyleri ile saldırganlık arasında ters orantılı ilişkiler bulunmuştur. Öğrencilerin okul türüne baktıldığında, cinsiyet, ebeveyn eğitim seviyesi, anne-baba gelir düzeyine göre saldırganlık puanlarında anlamlı farklılıklar olduğu ve sınıf düzeyine ise anlamlı ilişkiler bulunamamıştır (Ağlamaz, 2006).

2.1.5. Saldırganlık Spor ile Olan İlişkisi

Saldırganlığın spor ile olan ilişkisini konu almamız için bir davranışın incitme ve zarar verme niyeti olması gerekmektedir. Saldırgan bir davranış fiziksel ya da psikolojik nedenlerden olabilir. Fizikse saldırganlığın yanı sıra küfür ve tahrik edici sözler söylemekte saldırganlık sayılmaktadır (Tiryaki, 2000).

Sporda deşarj vasıtası olan saldırganlık, kazanmak gibi arzularla bir takım hareket yaptırıcı manada kullanılan mobiller teşkil etmektedir. Bu bağlamda saldırganlığı tanımlaya biliriz. Birey toplum tarafından yasaklanan saldırgan davranışlarını spor aracıyla yok edebilmektedir. Birey baskıya boyun eğmeme, otoriteye

başkaldırma gibi eylemlerin yerine spor yaparak bu hırs, öfke ve agresif davranışlarda bulunarak ceza vermekten zevk alır. Bu sayede zihinsel ve bedensel bakımdan yenerek tatmine kavuşmaktadırlar. Başka bir deyişle saldırganlık hayallerin arttığı yönde savunmaktadır (Şekertekin, 2003).

Saldırganlık davranışlarının etkilemesinde, skorun değişmezliğinin getirdiği gerginlik, yorgunluğun artması, karşı takımın performansı ve fizik gücünün yüksek olması ve en önemlisi olan karşı takımın sergilediği saldırgan davranışlarının hakem ya da seyirciler tarafından hoş görülmesi saldırganlık davranışlarında artma görülmektedir (Köknel, 1982). Saldırganlığa örnek olarak acı vermek, öfkelenmek ve kızdırmak, hedefiyle rakibe veya hakeme karşı yapılan hareketler veya alay etmek gibi göstere biliriz. Yumruk atmak, el ve kol hareketleri, tenis raketi vb. aletlerle rakibi tehdit savurmak kapsamakta olan eylemlerdir. Bireysel mücadele sporlarında görülen ve sadece yakın teması izin veren davranış ise bedeni saldırganlık olarak geçmektedir (İkizler, 1994).

Saldırgan davranış sergileyen sporcu, gerilim ve hırsını boşalttığı için saldırganlık davranışlarında azalma olur. Katarsis kuramı ile bu durumu açıklayabiliriz. Engellenme-saldırganlık kuramı ile açıklanır bu durum, saldırganlık veya öfkeyi sergileyen bireyin, saldırganlık içeren davranışla kazandığını ve başarıya yakalayacağını öğrenmesi sonucu saldırganlığı artmaktadır. Sosyal öğrenme kuramı ise insan gösterdiği saldırganlığın modeller ve çevresel ödüller yoluyla pekiştirilmesiyle beraber saldırganlık davranışında artış gerçekleşmesi ile açıklanmaktadır. Bu tür saldırgan modeli hareketin, saldırganlığa meyil üzerindeki olan etkisini kapsamaktadır (Cox, 1985).

Şiddetin ne anlama geldiğini veya hangi boyutta çıkacağını başka bir ifadeyle tanımlamak gerekirse eğer; Korkutmak, hakaret, dövmek, tehdit ve bağırarak gibi benzer çok boyutta ortaya çıkmaktadır.

Yalnız daha ciddi boyutta saldırganlık şiddetten söz etmektedir. Bireyin başkasına yaralama, zarar verme veya öldürme hedefine yönelik, fiziksel kuvvet uygulayarak yaratılan, ölümcül olan kişisel saldırganlık denilebilir (Halis ve ark., 2005).

Spor sahalarında aşırı saldırganlık sergileyen sporculara verilen cezalar genelde davranışı pekiştirir bir ödül gibi az gelmektedir. Spor sahalarında bu tür pekiştirmeler için çok uygun bir ortam olma özelliğine sahip görülmektedir. Diğer yandan

antrenörlerin bu davranışı ödüllendirmesinde bu tür sporcuların saldırgan olduğu nedeni açıklamaktadır. Sporda geçen bazı sloganlar aslında saldırganlığın spor sahalarında öğrenildiğini anlatmaktadır. Bu sloganlara örnek olarak “Top geçer, adam geçmez”, “Acı yoksa kazanma da yoktur”, “ya sert oyna ya evine git” gibi sözler saldırganlığı tetiklemektedir. Genel olarak takım halinde yapılan sporlarda şiddet daha çok görülmektedir. Karşı takım ya da öteki imgesi rekabet-yarışma çerçevesinde şiddetin yaşanmasında etkili olabilir.

Takım olarak yapılan maçlarda sporcuların yakın ve fiziksel teması daha fazla olduğu saldırganlığı tetiklemektedir. Buz hokeyi, basketbol ve futbol gibi takım halinde yapılan bu sporlarda yarışma içerisinde ve haricinde şiddet görülmektedir. Adı geçen sporlarda saldırganlığın ön planda olmasının nedenleri bu sporların kendi fiziksel olan yapı özelliklerinde bulunmaktadır. Fiziksel yapısı olan bu tür sporların şiddetle eşleşmesine katkı sağlamaktadır. Stat büyüklüğü, şiddetle bağlantısını kolaylaştıran en önemli özelliklerden biridir. Bu büyüklük seyirci tarafından kimlik belirsizliğinin kolaylaşmasında önemli role sahiptir.

Sözel ve fiziksel taciz, kimlik belirsizliği ve agresif davranış durumlarında, ceza görme olasılığı en aza indirdiğinden bu tür kalabalıklar toplum veya yasal açıdan tesdik görmeyen eylemler için elverişli bir zemin oluşturmaktadır. Bide aynı takımın taraftarlarıyla bir arada bulunma bu şekilde davranışlar için birey üzerinde baskı uygulamaktadır (Sertaç, 2012). Özellikle eğitim seviyesi az olan, işsiz, genç ve kendi şiddet eylemlerini daha çok dış faktörlere bağlayan fanatikler şiddet eylemini daha çok gösteren bireylerdir (Zanı ve Kirchler, 1991).

2.2. Liderlik

Liderlik, bir çok şekillerde açıklanmıştır. Ancak hemen her tanımda “etkileme” kavramı kullanılmıştır. Etkileme, başkalarında değişme yaratabilme kapasite ve yeteneği olarak tanımlanabilir; temelinde farklı dayanaklara bağlı güç bulunur. Liderin örgüt çalışmalarını, örgütün amaçlarına dönük gönüllü olarak etkinlikte bulunmaları için etkilemesi, yani onlara iş yaptırması gerekmektedir. Aynı şekilde yönetici de çalışanlara iş yaptırmak durumundadır (Barut ve Akdenk, 2015).

2.2.1. Lider

Lider belirli bir amaç doğrultusunda bir grup insanı bir araya getirerek onları etkileme, harekete geçirme yetenek ve bilgiye sahip olan kişidir. Bu tanımdan da anlaşıldığı gibi diğerlerini etkileme ve harekete geçirmek bir liderin esasını teşkil etmektedir. Kısaca bir kitle grubu etkileyebilen, nereye, nasıl gidileceğini gösteren, hedef ve misyon koyan yani yol gösteren bir kişiye lider denilmektedir (Barut ve Akdenk, 2015).

Lider, şirketin hedefe yönelik yaşamasını, gelişmesini sağlamada yaratıcı, başlatıcı rol oynayan kişidir. Lider ciddi durumlarda kararlar veren, örgütün geleceğine ilişkin inandırıcı vizyon ve amaç belirlemeyi ve insanları da bunları gerçekleştirmek için izlemelerini içermektedir (Şişman, 2001).

2.2.2. Liderde Bulunması Gerekli Olan Özellikler

Liderlerin özelliklerine baktığımızda hepsinin farklı özellikler taşıdığından dolayı tek bir lider prototipi tanımlanamamıştır. Liderde bulunması gereken özelliklerle ilgili bazı genel görüş ve ifadeler rastlanmıştır. Bu görüşlere baktığımızda liderlik kavramının amaçların idrak edebilmesinde, çok yönlü etkileşimlerin varlığı, lidere yöneltilen bazı özellikler gibi bazı ortak noktalar çerçevesinde genel karakteristik özelliklerini bu şekilde sıralamak mümkün olabilir (Erçetin, 2000).

Araştırmalarda ortak özellikler olan analiz ve sentez yapabilme becerisi, üstün zeka, fikirlerin iyi bir biçimde aktarılabilme becerisi ve hedeflere karşı sebatkarlık tüm önderlerde görülen ortak nitelikler olarak görünmektedir (Barut ve Akdenk, 2015).

Literatürü derinlemesine tarayan Wheelen ve Hunger, genel anlamda aşağıdaki ifadelerle başarılı liderin özelliklerini ifade etmektedir (Hunger ve Wheelen, 2003) ;

- Kuvvetli bir kazanma arzusu
- Amaçların kararlı bir şekilde izlenmesi
- Düşünce üretme ve problem çözme ve yaratıcılık ve zeka
- Özgüvene sahip olmak
- Olayların davranışsal sonuçlarını kabullenmek
- Stres olan durumlarda kendine hakim olması
- Belirsizliğe dayanma
- Diğerlerini etkileme becerisi

- Sosyal ilişkilere şekillendirmek yeteneği

Larwood, etkili bir lider olmak için yedi altın anahtarı şu şekilde sınıflandırmış.

Bunlar (Larwood , 1984);

- Astlara güvenmek
- Bir vizyon geliştirmek
- Soğuk kanlı olmak
- Risk alabilmek
- Uzman birisi olmak
- Eleştiriye izin vermek
- Basitleştirmek

Yukarıdaki vurguladığımız bu sözler, tek bir bireyde bulunması, oldukça zordur. Bu taktirde, bir liderin ne kadar bu özelliklerden fazlasına sahip olabilirse, başarılı ve etkinliğiyle de o kadar fazla olabileceği düşünülmektedir.

2.2.3. Liderliği Etkileyen Kaynaklar

Bu konuda en çok tanılan çerçeve ödüllendirme gücü (reward powerment), yasal güç (legitimate powerment), zorlayıcı güç (coercive powerment), uzmanlık gücü (expert powerment) ve benzeşim gücü (referent powerment) olarak sınıflandırmaktadır. Bunlar; yasal güç, kişinin, diğerinin kendisi için davranış biçimleri sınırlamak hakkı olduğunu fikri; ödüllendirme gücü, bir kişinin, diğerinin kendisinin ödüllendirilmesine aracılık edeceği yönünde algısı ile; zorlayıcı güç, bir kişinin ceza uygulama tehdidi imkânı ile; uzmanlık gücü, bireyin diğer bireyin özel bir bilgi ya da beceriye sahip olduğunu düşünmesi taktirde; benzeşim gücü, kişilerden birinin kendi davranışlarını başka bir kişinin davranışlarını örnek alarak değerlendirmesi ile gelişmektedir (French ve Bertram, 1959).

Lider toplum tarafından bazen iyi anlaşılabilir. Bundan dolayı liderini çok iyi anlayabilmeleri için toplumdaki kişilerin de liderde bulunan etki ve güç kaynaklarını anlaması gerekmektedir. Bunlar liderin; Zorlayıcı, yasal, ödül, uzmanlık, karizmatik gücü olarak bilinmektedir.

Yasal, zorlayıcı ve ödül gücü örgütsel gücünü ve uzmanlık ve karizma gücü ise kişisel güçleri oluşmsında yardımcı olmaktadır. Karizmatik gücü liderin kişiliğinden gelmektedir (Çelik, 2000).

Liderler bu güçleri kullanarak karşısındaki bireyleri daha fazla etkilediği düşünülmektedir.

2.2.4. Liderlik Kuramları ve Tipleri

Yapılan liderlik çalışmalarında genellikle liderin sahip olduğu özellikler veya davranışları açısından ve evrensel/durumsal yaklaşımlar ile konu alınmıştır (Ergeneli, 2006). Kirel (1998), Arthur Jago'ya dayanarak liderlik yaklaşımlarını liderlik özellikleri ve liderlik davranışları ile evrensel ve şartlara bağlı olarak sınıflandırmaktadır. Aynı şekilde Eren (2001), liderlik ile ilgili teorik çalışmaların üç grup altında toplanabileceğini ifade etmektedir. Bunlar; lider özellikleri, liderin davranışları ve durumsallık yaklaşımıdır. Liderlik kuramları; davranışsal kuramlar, belli özelliklere sahip olma kuramı, ve durumsal önderlik modelleri olarak 3 temel başlık altında ayrılmaktadır. Davranışsal kuramlar dahilinde Ohio ve Michigan Eyalet Üniversiteleri araştırmaları ile Blake ve Mouton'un yönetsel ölçek modeli ele alınmaktadır. Durumsal liderlik modelleri doğrultusunda ise; liderlik doğrusu kuramı, yol-amaç modeli, Reddin'in üç boyutlu liderlik modeli, Fiedler'in durumsallık modeli, Hersey ve Blanchard'ın olgunluk modeli, lider-üye değişimi kuramı ile Vroom ve Yetton'un lider-katılma modeli yer almaktadır (Can, 2005).

2.2.5. Liderlik Davranış Tipleri

Liderlik davranış tiplerinde üç boyut söz konusudur. Bunlar; otokratik liderlik, demokratik liderlik ve serbest bırakıcı liderlik davranış tipleridir. Bugüne kadar bu boyutlarla ilgili yapılan çalışmalarda hangisinin daha verimli veya hangisinin daha etkisiz olduğu konusunda net bir sonuca varılamamıştır. Her boyutun kendine özgü yararları ve sakıncaları söz konusudur. Bu bakımdan bu üç boyut ayrı ayrı ele alınmaktadır (Tolga, 2009).

Otokratik Liderlik Davranış Tipi; Otokratik liderlik, yalnız başına karar veren ve tüm gücü kendisinde toplayan bir eyleme sahiptir. Bu model lider tipine göre iyi çalışan, kendisine söyleneni itirazsız edebilen kişidir (Yukl, 1994). Otokratik lider ile takipçiler arasında herhangi bir ilişki söz konusu değildir. Bu bakımdan lider, kendi belirlediği kişilerle tüm takipçilerine ulaşmayı tercih eder. Bu liderlik türü genelde bürokratik kitlede yetişen eğitimi almış bireyler için uygun bir liderlik modelidir. Hedeflerini, niyetin ve politikaların saptanmasında astların hiçbir söz hakkı yoktur.

İzleyiciler, liderin belirlediği kararlar doğrultusunda düşünmeye ve davranmaya zorlanırlar. Otokratik lider için takipçilerinin bağıllığı ve sadakati önemlidir (Ergun, 1991). Liderin aşırı derecede astların duygularını dikkate almamaları otokratik liderlik tipinin en olumsuz tarafıdır. Bu çalışanlarda iş tatminsizliğin ve kuruma bağıllıklarının azalmasına sebep olabilmektedir (Locke, 1999).

Demokratik Liderlik Davranış Tipi; Demokratik liderlik tarzına uygun olan birey, elde edilen otoritelerini astları ile paylaşma yetisini taşırlar. Demokratik liderlik, takım içerisinde yalnız olarak güç olmaktan kaçınmaktadır. Demokratik olan bir lider altındaki grup çalışanları, sürekli olarak kendisini eğitime ve geliştirme için çaba göstermektedir (Locke, 1999).

Bunun sayesinde kurumlar daha etkin kararlar alabilme imkanına sahip olabilirler. Başka faydası ise kendisini çalıştığı kurumun bir parçası olarak bilmesi ile başlayan astların motivasyonları üzerindeki olumlu etkisidir (Yukl, 1994). Lider tüm izleyicileri ile yakın bir ilişki içerisinde. Liderin duruşu takipçilerine açıktır. En olumsuz yanı, karar mekanizmasının yavaş işlemesine bağlı olan kayıplardır. Demokratik liderliğin de olduğu gibi uç noktalarda uygulanması halinde, takım veya grup üyeleri zamanla hedef farklılığına kapılabilirler. Bu durumda, kargaşanın doğmasına neden olabilmektedir. Acil olan durumlarda ise bu liderlik tarzı başarısız olmaktadır. Bunun yanı sıra bireylerin fikrini alma çabası bazı durumlarda konu hakkında bilgisi olmayan astları zor durumda bırakabilmektedir (Locke, 1999).

Serbest Bırakıcı Liderlik Davranış Tipi; Bu tür liderler, sahip oldukları yetkiye ihtiyaç duymayan, astlara karışmayan ve her astın kendisine tanınan kaynaklara yönelik hedefler hazırlamasına olanak veren bir liderlik tarzı sergilemektedirler (Eren, 1985). Bu tarz liderin en önemli görevi malzeme ve kaynak sağlayarak bu konularla ilgili sorunları çözmektir. Bu modeli sergileyen liderler astların yaratıcılıklarını ve inisiyatiflerini arttırmaktadırlar (Konter, 1996).

Liderliğin Ortaya Çıkışı; Liderlik antik Yunan ve Roma dönemlerinden bu yana üzerinde durulmuş bir konudur. O zamandan bu yana toplum içerisinde bazı kişiler, diğerlerine üstünlük sağlamış ve kitleleri peşinden sürüklemişlerdir. Günümüz toplumlarında da, önemli görevler yüklenmiş, gerek fikir gerek davranışlarıyla çağımızı önemli ölçüde etkilemiş kişilere rastlamaktayız. İşte toplum; hedeflerini şartleyip tanımlayacak ve kendisini yönetecek bir lidere nasıl ihtiyaç duyarsa, gerek işletme

yönetimi, gerek sendikalar karşılaştıkları problemleri çözümleyebilecek nitelikteki bireylerin seçimi ve geliştirilmesiyle eskiden beri alakalanmışlardır (Dereli, 1976).

Bir kişiyi lider olmaya iten bir sebep var mıdır? Onlar lider olarak mı doğarlar, yoksa lider olmak sonradan kazanılabilecek bir özellik midir? Bu konu uzun zamandan bu yana bilim insanlarını tartışmaya iten bir kavram olmakla birlikte, bu özelliği açıklamaya çalışan başlıca teorileri şu başlıklarda incelemek mümkündür.

2.2.6. Liderlik Kuramları

Özellik Kuramı; Bu kuramla lider olmanın bazı kişisel özelliklere sahip olunması gerekliliği üzerinde durulur. İncelemeler sonucunda, başarılı liderlerin ortak kişisel özelliklerini açıklanmaya çalışılmıştır (Çelebi, 1987). Liderlik = f (lider, takipçiler, koşullar) eşitlik lider konseptine dayanmaktadır. Lider grup üyelerinden farklı özelliklere sahip ve malum bir grubun içinde kişinin lider olarak kabul edilmesi ve grubu yönetmesinin nedeni kişinin sahip olduğu kişisel özelliklerdir (Dindar, 2001). Lider doğuştan gelen bir takım özellikler ile olur ve bu özellikler de sıradan bir insanlara da öğretmek yoluyla kazandırılmaz (Kır, 1995). Ancak, her liderde olan özellikleri dikkate alındığımızda, liderde olması gereken özelliklerin miktarı gittikçe artmaya başlamıştır. Liderde bulunan özellikler, diğerlerinde tamamen bulunmadığı gibi, istenmeyen bazı özelliklerin bulunduğu görülmüştür. Bu sebeple, ferdi özelliklere bağlı olarak liderliği tanımlamak için, ifadeler arasında bir fikir birliğine varılmamıştır. Liderliği salt kişisel özelliklerle açıklama çabaları, fazla başarılı olamamıştır (Baysal ve Tekarslan, 1987).

Davranışçılık Kuramı; Liderlikte özellikler yaklaşımını yargılayan araştırmacılar liderin başarısının, niteliklerden daha çok, işlevlerini yerine getirirken davranış biçimine bağlı gösterdiği olduğuna önemle vurgu yapmışlardır (Kılınç, 1984). Bu yüzden araştırmacılar kişisel özellikler yerine davranışlara daha çok ilgi göstermişlerdir. Davranışlar, kişilik özelliklerine oranla kolay gözlenebilir ve tanımlanabilir olduğu şekliyle dolaylı araştırmacılar bu yaklaşımları çalışmalarında kullanmaya başlamışlardır (Karizma Dergisi, 1986).

Durumsallık Kuramı; Durumsallık kuramında lider, içinde bulunduğu pozisyon ve duruma göre karar veren kişidir. Bu kuramda lider, durumun gerektirdiği şekilde en iyi davranışı göstermektedir. Bu yüzden de içinde bulunulan durum liderin tarzını belirlemektedir. Liderlikte başarı, belli bir örgütsel durum içinde, liderle astları

arasında olan karşılıklı etkileşimin sonucudur. Buna bakılırsa, hiçbir ayırım gözetmeden tek bir liderlik davranış tarzının kullanılmasının, çok çeşitli yönetsel durumlarda başarı olasılığında söz edilememektedir (Kazmier, 1979).

2.2.7. Modern Liderlik Yaklaşımları

Etkin yönetimi gerçekleştirmesi ve etkin liderlerin meydana gelmesi yönetimin en temel hedeflerinden biridir. Liderin takipçisi olan kişilerin başarısı ve başında bulunduğu grubun belirlenen hedeflere ulaşip ulaşmadığı bir liderin etkili olup olmadığını gösterebilmektedir (Robbins, 1984). Lider ve izleyicileri arasındaki olan ilişkileri; teşkilata bağlı olan bireylerin davranış ve hareketlerindeki önemli değişimleri yönlendirme metoduyla ve onların amaçları ve vazifeleri hakkında karar almayla bağlı olan etkileşimci liderliğin, karizmatik liderliğin ve dönüşümsel liderliğin özellikleri ayrı ayrı açıklanmaya çalışılacaktır. 80'lerden itibaren liderlikle ilgilenen araştırmacıların odak noktaları liderin karizması ile global rekabet ortamında şirketlere yeniden canlılık kazandırılması olmuştur. Karizma, bir liderin resmi otoritesinden daha çok onun değerlendirmeleriyle ilişkili olarak, lideri izleyenlerin toplumsal etkilenen bir türü ortaya koymaktadır (Robbins, 1984).

Dönüşümsel lider ise, takipçilerini yalnızca bir grubun üyesini bir birey olarak görmesidir. Takipçilerinin bireysel farklılıklarını, gereksinimlerini ve yeteneklerini dikkate alır (Daft, 2001). Dönüşümsel liderlik, astlarının sahibi olduğu potansiyeli en üst düzeyde kullanmalarını sağlayan, değişimi ve yeniliği öngören ve bu doğrultuda onların yeni bakış açısı kazanmalarını sağlayan bir liderlik türüdür. Çalışanlar ile liderler arasındaki ilişkilerin temelde ise dayalı olduğu liderlik tarzı ise etkileşimci (transaksiyonel) liderlik olarak adlandırılmaktadır (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2005). Lider, hedef ve görevi tanımlar, işin yapılması için çalışanına yeterli özgüveni verir. Eğer çalışan amaca ulaşırsa, lider işi tamamladığı için çalışanına pozitif bir geri bildirim ve ödüller verir. Amaca ulaşamazsa eğer, lider yaptırımları kullanır (Daft, 2001).

Karizmatik Liderlik; Karizma terimi modern liderlik yaklaşımında oldukça söz edilen bir terimdir. Max Weber'den sonra, liderlikle ilgili pek çok araştırmanın konusu olan bu terim, 1980'li yıllara dayanan çalışmaların bütün kitlesinde sosyal, politik ya da dini rehberlik etkilemelerini açıklama yönünde incelemeye tabi tutulmuştur (Locke, 1999). Karizmatik liderler ise pozisyonlarını ve yeteneklerini doğrulayacak bir şekilde bir güven sergilerler. Kendileri hakkında kamuoyunda açık bir

imaj oluştururlar. Başarızlığa uğrasalar bile, bu hizmetlerini asla yansıtmazlar. Kişiler arası çatışmalarda üstünlük sağlayan niteliklere sahiptirler. Karizmatik liderler takipçilerine kendi güvenlerini yansıtır ve onları ikna ederler (Robbins, 1984).

Weber karizmatik liderlerin bazı özelliklerini sıralamıştır. Bunlar; Duygusallık, güven, kararlılık, iç çatışma taşıyama, inançlara sıkı sıkıya bağlılık , riski göze alabilme, girişimcilik, örnek teşkil edecek şekilde mükemmellik (Bryman, 1993).

Karizmatik liderler, izleyicilerin hissettiği, düşündüğu şeyleri herkesin önünde söyleyebilenlerdir. Karizmatikler astlarının ihtiyaçlarını, değerlerini, umutlarını dikkate alırlar ve bunların üstüne yenilerini katmak için temsili, ikna edici sözler kullanırlar (Locke, 1999).

Karizmatik liderlerin vereceği mesajlar basittir. Dinleyicinin ilgilendiği noktalara özellikle vurgu yaparlar. Ses tonları etkileyicidir ve sözcükleri baskılı söylerler, tekrardan kaçınırlar (Locke, 1999). Karizmatik liderler, sıradan takdirin, sevginin, bağlılığın ötesinde çok büyük çekme gücüne sahiptirler. Bu güç, bağlılığın yanısıra sevgiyi, saygıyı içerir. Karizmatik kişiye ve onun misyonuna karşı tanımlamayan bir inanç vardır. Liderle birlikte tanınma isteği mevcuttur (Bryman, 1993). Karizmatik liderlik üzerinde çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Bu çalışmalarını yapan bilim adamlarından biri olan House'a göre karizmatik liderler izleyicileri üzerinde derin etkilere sahiptirler. İzleyicileri, liderin inançlarını "doğru" olarak algırlar, lideri sorgusuz kabul ederler ve ona gönülden ve memnuniyetle itaat ederler (Bryman, 1993). House liderliği açıklaması için lideri takip edenlerin, liderin inançlarının doğruluğuna olan güvenleri, lideri takip edenlerin, liderin inançlarının doğruluğuna olan güvenleri, liderin takip edenler tarafından kayıtsız şartsız kabulü, liderin takip edenler tarafından sevilmesi ve gönülden itaatleri, lideri takip edenlerin yüksek çalışma hedefleri, lideri takip edenlerin ve grubun görevi başarabilmesi için katkıda bulunacak kabiliyete sahip olduklarına dair inanç olmak üzere bu teoriler getirmiştir (Bryman, 1993).

Dönüşümsel Liderlik; Siyasal bilimci James Burns'un 1978 yılındaki "Dünya Sınıfı Liderleri" adlı çalışmasında isimlendirilen dönüşümsel liderlik kavramı, insanlara ilgiyi, geliştirmeyi, farkına varmayı ve akıl hocalığını içermektedir. Burns'e göre dönüşümsel lider, gerçek bir sanatçı ve gerçek bir yol göstericidir (Robbins, 1984). Çevrelerindeki kişilerin, kendilerini aşma dürtüsünü öne çıkartmakta rol oynamaktadır. Lider için hiçbir fırsat çok küçük, hiçbir toplantı çok önemsiz ve hiçbir dinleyici de çok

genç değildir. Dönüşümsel liderler astının sürekli gelişmesini isterler. Her ayrıntı onu yakından ilgilendirir ve her düşünce onun için önemlidir. Burns, dönüşümsel liderliği, liderlerin ve onu takip edenlerin, birbirlerini yüksek amaç seviyelerine getirdiği bir yöntem olarak tanımlar (Daft, 2001).

Karizma Bass'a göre, dönüşümsel liderlik için gerekli olan fakat dönüştürme işlemi için tek başına yeterli olmayan bir malzemedir. Dönüşümsel lider, kendini kuvvetli göstermek düşüncesi yaratarak, takip edenlerini etkiler. Ama aynı zamanda takip edenleri bir antrenör, akıl rehberi, danışman ve öğretmen gibi hizmet ederek ve eğiterek dönüştürebilir güce sahiptir (Robbins, 1984).

Yukl ise dönüşümsel liderliği aşağıdaki bazı temel özelliklerle açıklamıştır (Yukl, 1994);

- Cazip bir vizyon geliştirme
- Vizyonu gerçekleştirmek için strateji geliştirme
- İletme ve yayması
- Vizyonun gerçekleşeceği ile ilgili güvenilirliğini göstermesi
- Vizyonun gerçekleşmesinde izleyenlere duyduğu güveni açıklaması
- Başarıları kutlama
- Model bir örnek olma
- Eskileri ayıklama ve kültürel şekli değiştirme;
- Değişimi kolaylaştırmak için törenleri sermonileri kullanma

Bass'a göre dönüşümsel liderliğin içerdiği dört temel davranış söz konusudur. Bunlar (Daft, 2001); İdealleştirilmiş etki, ilham verici motivasyon, bireysel düzeyde ilgi, entellektüel uyarım

İdealleştirilmiş Etki: Lider şirket vizyonu, misyonu ve amaçların işaretleyerek amaçlar doğrultusunda çalışan bireylerin tam bağlılık içerisinde çalışmalarını sağlar. Bu tarzda olan liderler, amaçlara ve vizyona tam bağlılık göstererek bu doğrultuda astları arasında koşulsuz güvene dayalı ilişkilerin kurulmasını sağlarlar. Böyle bir ortamda izleyenler kendilerini liderleri ile özdeşleştirirler ve onun değerlerini, inançlarını sorgusuz kabul ederler (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2005).

İlham Verici Motivasyon: Bu davranış tarzında ise liderlerin ilham kaynağı, diğerlerinin harekete geçmesidir. Astlarını örgütün geleceğe yönelik amaçlar ile ilgili bilgilendirirler ve bu amaca varılması için astlarının kendi kapasitelerinin üzerine

çıkımlarına yardım etmektedirler. Kurum stratejileri ve ihtiyaçları ile astların ihtiyaçları arasında bir uyum yaratan liderler bunun için izleyenleri ile birlikte hareket etmeye, düşünce, onların duygu, ilgi ve isteklerini dikkate alarak özen gösterirler. Liderler takipçilerine arkadaşça davranır, onlara tavsiyelerde bulunur, destekler, yardım eder ve onları başarılı olmaya cesaretlendirir (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2005).

Bireysel Düzeyde İlgi: Transformasyonel olan liderler, temelde takipçilerinin kişisel ihtiyaçlarına eğilirler. Bu tür liderler, astlarıyla birebir ilişkiler kuran ve onların kişisel gelişimlerine önem veren empati kurma becerileri gelişmiş bireylerdir. Transformasyonel liderler, bu özellikleri sayesinde, her bireyin örgüt, için değerli olduğunu hissetmelerini sağlarlar ve performanslarını arttırmalarına yardımcı olurlar (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2005).

Entellektüel Uyarım: Bu tip davranıştakiler, astlarının yaratıcılığını teşvik ederek astların geleneksel yaklaşımlardan ziyade değişimi ve yeniliği tercih etmelerini mümkün yapar. Her koşulda astlarının “daha iyi nasıl yapabilirim”i sorgulamalarını isterler ve kendi fikirleri olduğu gibi katılmalarını tercih etmezler. Burada takipçilerden geleneksel davranış kalıplarının dışında hareket edebilmeleri konusunda yönlendirmeler mevcuttur (Yukl, 1994).

Etkileşimci Liderlik; Etkileşimci liderlik, lider ve izleyicisi arasındaki ilişkiler üzerine yoğunlaşmıştır. Etkileşimci lider Burns’e göre bürokratik otoriteye, ve örgütteki yasal göze dayanmaktadır (Yukl, 1994). Etkileşimci liderlikte, çalışanların sorumlulukları, liderin onlardan beklentileri, astların gerçekleştirmeleri gereken işler, lidere itaat ve yapılan işleri doğru yapma karşılığında elde edecekleri ödüller açık bir biçimde sergiler (Locke, 1999).

Etkileşimci liderlikle ilgili yapılan çalışmalarda temel olarak üç boyut karşımıza çıkmaktadır. Bunlar; (Sabuncuoğlu ve Tüz, 2005).

Şarta Bağlı Ödül: Şarta bağlı ödül, izleyicilerin hedefe ulaştıklarında liderin ödül vermesi şeklinde açıklanabilir. İstenilen hedeflere ulaşmak için lider, izleyicilerine zaman zaman hatırlatmalarda bulunarak, pekiştirme yapmaktadır. İşyerinde çalışanlar işlerini ödüllendirmek ve işlerini yerine getirenler için yaparlar. Yani, yöneticilerle astlar arasında şartlı olan bir pazarlık söz konusudur.

İstisnalarla Aktif Yönetim: Bir şekilde ortaya çıkan hatanın veya bir problemin düzeltilmesi gerektiği durumunda liderin harekete geçmesi olarak tanımlanır.

Bu harekete geçmenin sonunda etkileşimci lider, yıkıcı eleştiride bulunabilir, cezalandırmaya veya işten çıkarmaya teşebbüsünde bulunabilir. Bu türdeki liderler anormal bir durumun olmaması halinde liderlik anlayışına sahip olan ve harekete geçmemeyi tercih etme eylemindedirler.

İstisnalarla Pasif Yönetim: Bazı araştırmacılar tarafından bu boyut serbest bırakıcı liderlik olarak da bilinmektedir. Çünkü bu anlayıştaki olan yöneticiler, çalışanlarını görevlerinin yapılması için tamamen özgür bırakmış durumdadırlar. Liderler karar aldıkları zaman zorlanıp ve yöneticiler karar almayı geciktirirler. Hatanın düzeltilmesi için müdahale etmek söz konusu değildir. Problemlerin çözümü astlardan beklenmektedir.

2.2.8. Sporda Liderlik

Counsinman göre her antrenörün sporda kendi kişiliğine bağlı ve uygun bir tarzı bulunduğunu, öncelikle sporcuların sevgi ve saygısını elde etmesi gerektiğini vurgulamıştır (Koç, 1994). Spor ve liderliğin üzerine yapılan çalışmalarda davranışsal yapılarına bağlı demokratik, otokratik ve katılımcı olarak antrenörleri sınıflandırılmıştır (Martens, 1987). Bunlar;

Otokratik Tipi; Sage araştırmalarında spor antrenörlerin özellikle otoriter, kurallara bağlı ve işlerini kolaylıkla yapan bireyler diye tabir etmiştir. Bu bilgiler yanlış olsa bile özellikle heyecanlı bir müsabaka gibi pek çok rastlanan durumda başarılı bir lider için önem taşıyabilir. Örnek olarak bir antrenör sporcularına oyun yeniden başladığında stratejileri kullanacaklarını 30 sn'lik bir molada açıklamak zorundadır. Bu süreç birey ya da demokratik bir lider için yeterli değildir. Bu durumda otokratik antrenör tek merkezden yönetim tarzını belirlese özellikle maç ortamında bazı faydaların görülebileceği söylenir. Otokrattik olan antrenörler yargılamaya açık olmayan, şiddetli cezaları onaylayan ve önyargılıdır (Williams, 1993).

Demokratik Tipi; Demokratik liderlerin otoriter liderlere göre farkı yetkinin kullanma ve takımın yapı ve işleyişindeki şekli açısından olmasıdır. Bu tarz liderler grup hedeflerinin tespiti ve gerçekleştirilmesinde büyük bir düzeyde yer almasına önem tanımaktadır. Bu liderler çeşitli üyelere dağıtılmasını ve her üyenin sorumluluğa katılım sağlamalarına çalışır. Bu liderler grup üyeleri içersinde taraf tutmadan çıkan çatışmaları uzlaştırarak objektif tedbirler almaya gayret gösterir. Özel imtiyazlara sahip birtakım

insanların bulunduğu hiyerarşik grup düzeninin gelişmesinin önüne çıkmaya çalışır (Alptekin, 1980).

Tam Serbesti Tanıyan Tipi; Anarşinin grup içinde yaratılması ve herkesin dilediği hedefler ve araçlara doğru yönelmesine yol açabilmesi bu tipin önemli olan bir sakıncasıdır. Ferdi başarının haricinde grup başarılarının önemli derecede düşmesi de bir sakınca olarak görülebilir. İş yapmaktan kaçan, kendi çıkarları için grup kaynaklarını kullanan bireyler oluşturabilmesi ve dahası takımı parçalama çabalarının yoğunlaşmasında rahatlayan, bu tür liderin önemli sakıncalarını oluşturmaktadır (Dinçer ve Fidan, 1996).

2.3. Zihinsel Beceri

Hecker ve Kaczo (1988), göre sportif olan bir hareketin önceden yapılmasını yoğun bir şekilde zihinde canlandırma becerisi olarak ifade edebiliriz. Bütün duygularımızla içsel ve dışsal dünyayı ve buna bağlı olarak ters bir şekilde içsel dünyamızı dışsal dünyamızda intikal edebilmesi ve tekrardan yaşayabilme becerisi bizi gelecekte olan olaylar karşı deneyimli, bilgili ve cesaretli ve daha öz-güvenli davranışlar sergilememizde yardımcı olabilmektedir (Konter, 2006).

Spor psikolojisinin gelişiminde zihinsel becerinin etkileri çoğu çalışmaların konusu haline gelmiştir. Zihinsel canlandırma yaratıcı bir içsel süreç olarak bireyi amaçlarına varılmasında yardımcı olabilecek gücündedir (Konter, 2006).

Belirli bir seviyede olan sporcular ve takımlar fizik kondisyon ve yetenek bakımından hemen hemen aynıdır. Sporcunun öğrenmeye çalıştığı yetenekleri sergilemeye geçmeden önce kafasına doğru şekillerde kaç kez tekrarlamaları harekete geçtiklerinde çok daha basitçe yapmalarını imkan sağlayabilir. Başarılı bir sporcu zihinsel becerilerini daha iyi kullanma yeteneğine sahip olan kişidir. Zihinsel becerinin bir diğer faydası da sporcunun yarışmaya tamamen adapte ederek izleyiciler, rakip ve yarışma baskısı gibi dış etkenleri umursamaması için yardımcı olur (Atalay, 2018).

Sporcuların imgeleme becerilerini dikkate alınması ve geliştirme suretiyle performansında olumlu yönde ilerleme kaydedecektir. Bu bağlamda imgelemenin spor performansın üzerindeki ilişkilerinin ön plana çıkması zihinsel beceriden programlı ve hedefli bir şekilde yararlanılması gerekmektedir (Türkiye parkour derneği, 2014).

Günümüzde elit düzeyde başarılı sporcular zihinsel beceriyi antrenmanlarında sistematik olarak kullanmaktadır. Bütün dünya düzeyinde farklı spor dallarında

başarılar elde etmiş sporcular fiziksel ve teknik faktörlerin yanı sıra zihinsel hazırlık ve daha önemlisi imgeleme antrenman tekniklerinden faydalanmışlar. Buna bağlı olarak farklı bireysel ve takım sporlarında çalışan spor psikolojisi danışmanlarının hemen hepsi zihinsel beceri tekniklerinden yararlanmaktadır (Konter, 2006).

Zihinsel antrenmanlar sporcuları ilerde yapılan sportif faaliyetlere hazırlanmalarında, önemli bir araçsal nitelik taşımaktadır. Sporcular zihinsel antrenmanlar sayesinde antrenmanlarını planlı ve programlı bir şekilde amaçsal faaliyet haline getirerek var olan zihinsel yeteneklerini daha da geliştirebilir. Böylece ilerde sporcuların daha etkili olma ve belirli ölçülerde kontrol kurmalarına yardımcı olunabilmektedir. Zihinsel tekniklerini uygulayan bir teknik, antrenmanın veya başarısına gerçekten ne kadar sonuçlar vereceği halen spor psikolojisi içerisinde tartışılmaktadır (Konter, 2006).

2.3.1. Zihinsel Beceri Çeşitleri

Zihinsel Antrenmanı; Sportif faaliyet sırasında, bu eylemin ondan önce veya ondan sonra bulunan bireyi etkileyen algı, dikkat, öğrenme, motivasyon, stres vb. psikolojik süreçlerin sevk ve idaresinin sistemli bir şekilde iyileştirilmesi sürecine denir (İkizler, 1994).

Gizli Algı Antrenmanı; Bu antrenman modelinde sporcu yapılan bir hareketin başkası tarafından yapılmasını zihninde canlandırır. Seyredilen kişi genelde model alınan kimsedir. Dikkat ve hafıza öğrenme sürecinde etkili olması yapılan hareketin şeklinin başarısında büyük önem taşımaktadır (İkizler ve Karagözoğlu, 1999).

Kendi Kendine Telkin Antrenmanı; Alman psikiyatrisi Schultz tarafından 1920-1930 yılları arasında geliştirilen, otojen kendi kendine telkin yöntemidir (Başer, 1986). Bu antrenman sırasında hiçkimsenin etkisi olmaksızın rahatlatıcı bir uykuya benzer. Kişinin tüm dikkatini kendi içine çevrilmesi ile başlanır. Birey kendi iç dünyasının güçlerinden olabildiğince yararlanma olanağı bulur. Kendi kendine telkin antrenmanı verimin, sağlığın, kendine hâkim olmanın, dinlenmenin artmasını sağlayabilmektedir (Aktop, 2008).

Kendini Canlandırma Antrenmanı; Sporcu yapılan bir hareketin kendisinin nasıl icra ettiğini ve etmesi gerektiğini hayal ederek kendisinin bu hareketi daha önce fiilen icra ettiği ve kendini özel bir ortam veya beceri gerektiren bir aktivite de canlandırmasını içermektedir. Sporcu bu antrenmanda yapılan hareket ve teknikleri

başarı bir şekilde yapması gerekmektedir. Bu modelde sporcu kendini hareket sırasında eğlenecek ve performanslarından memnun olması gerekmektedir. Kendini canlandırma antremanı bütün düşlerini şekillenmesi yada şekillenmemesi kapsayan zihinsel bir yetenektir (Gill, 2000).

Nefes Alıp Verme Antremanı; Nefes alıp verme yapılış şekli, göğüs solunumu ve karın solunumu olarak bilinmektedir (Diyafram Solunumu). Göğüs solunumunda yüzeysel olarak nefes alıp verdiğimiz için akciğerler tam olarak hava ile dolmaz ama diyafram solunumunda diyafram karna doğru hareket eder ve akciğerler daha fazla hava ile dolarak daha fazla oksijen alırız. Ayrıca bu tarz nefes alıp verme formu diyafram solunum iç organlara masaj etkisi de göstermektedir (Aktop, 2008).

Başka bir sınıflandırmada nefes alıp verme şekli; Dengeli nefes alıp verme (Nefes alma ve verme süresi bir birine eşitt olmalıdır), temizleyici nefesi alıp verme (nefes verme süresi nefes alma süresinden daha uzun olmalıdır) ve enerji verici nefes alıp verme formudur (nefes alma nefes vermede daha uzun olmalıdır) (Aktop, 2008).

Biyolojik Geri Bildirim; Biofeedback 1960'lı yılların sonlarında ortaya çıkan biyolojik geri bildirim tekniği bireyin fizyolojik aktivitelerini ve bu aktiviteler ile ilgili bilgi almasını sağlayacak, istemli olarak kontrol etmesini artırmaya çalışan teknikler olarak tanımlanmaktadır. Biofeedback, kısaca "Biyolojik süreçler ile ilgili bilgi edinme" tekniği olarak tanımlanmıştır (Olton, 1980). Biyolojik geri bildirim temel amacı bireyin bu fonksiyonları kendisini düzenleyebilmesini sağlamaktır. Biofeedback tekniğiyle bireyin istenen değişiklikleri ve düzenlemeleri ekipman kullanmadan yapabilmesi hedeflenmektedir. Sağlık ile ilgili olan alanlarda kullanılmasının yanı sıra, biofeedback özellikle bireyin spor ve egzersiz performansından elde edilen varsayımlar ile keşfedilmiştir (Perry, 1995).

Yoga; Hindistan kökenli olan bu yöntem bireyin kendi bedeni üzerinde hakimiyet kurması için, çeşitli duruş şekilleri alınır veya solunum alıştırmaları yapılır. Bu yöntem sporda konsantrasyon sürecinin iyileştirilmesi amacıyla kullanılmaktadır (Şinoforoğlu, 2006).

2.3.2. Zihinsel Beceri Faktörleri

Zihinde canlandırmayı beş temel duyumuz ile hayatlandırırız. Bunlar zihinde canlandırma yaparken kullanacağımız iç deneyimlerin oluşmasının temel faktörleri olarak geçmektedir (Singer ve ark., 1993).

Görsel; Zihinde canlandırılan düşler optik bir resim yada film şeridi gibidir. Zihinde canlandırırken her şeyin gerçekçi olması ve bu gerçeklerin yaşanabilmesi bu deneyimde önemlidir. En önemli yere sahip olan görsel faktör zihinde canlandırma resimlerle düşünmek becerisi olarak ifade edebiliriz. (Singer ve ark., 1993).

İşitsel; Bu deneyi kuvvetlendirmesi halinde iç deneyimlerin daha güçlü ve gerçeğe uygun hale getirmesinde yardımcı olur. Basketbolcu şut antrenman esnasında hareketi zihninde canlandırarak topun elinde olan yankısı, çemberden geçmesi ve yere değerken çıkarttığı sesi zihninde yaşaması bu deneyime örnek olarak gösterebiliriz (Singer ve ark., 1993).

Dokunsal Deneyimler; Duygular ve vücut hareketleriyle ilgili olan bu deneyimlerde sporcu zihninde canlandırarak kendini ileri derecede bir sporcu (model) gibi görür ve onun gibi hareket ederek modelin becerilerini öğrenmeye başlar. Bu deneyimlerde duygu ağırlığı, şiddet, aralığı, hafif yada ağır oluşu, sıcak yada soğukluğu, keskinliği, şiddeti, ölçülebilir yada benzer olması bir ölçüdür. Dokunsal deneyimlerde dış dünyada nasıl gerçekleşmesi mümkün olan hareketler isteniyorsa eğer bu deneyim de aynı şekilde yapılması önerilir (Singer ve ark., 1993).

2.3.3. Zihinsel Antrenmanın Etkileri

Yapılan araştırmalarda zihinsel beceri ağırlık olarak iki farklı yönde gelişmiştir. ABD’de yapılan çalışmalarda ağırlık egzersiz esnasında fizyolojik değişikliklerin saptanması konusuna dikkat çekilmiştir. Başka yapılan çalışmalarda ise Alman araştırmacıları, zihinsel antrenmanın etkileri dikkate alınmıştır. Yapılan bir hareketin ağırlıklı bir şekilde yapılmasına bağlı olarak merkezi sinir sisteminde bulunan hareket merkezi uyarılarak kaslarda kasılmalar ortaya çıkar. Bu olayın ortaya çıkmasına “Corpenner” etkisi denir (İkizler ve Karagözoğlu, 1999). Sporcu tarafından karşılaşılan problemlerle kaygı, konsantre olamama, gevşeyememe, baskı ve engellemeyle karşı karşıya kalma v.s. ile ilgili olabilmektedir. Zihinsel antrenman problemlerin nasıl tanımlanacağını, performansını düzeltmeyi hedefleyen düzenli uygulamalar yapılması ve sporcuya fiziksel ve zihinsel açıdan kendini programlama ve tekniğin fiziksel olarak yapılabilmesi için doğru karar vermek ve olayları organize edebilmeyi gösterir. Bu bağlamda diğer etkilerini şöyle sınıflandırabiliriz. Zihinde canlandırma;

- Duyguları kontrol eder
- Odaklanmayı geliştirir

- Hataları düzeltir
- Strateji oluşturmaya yardımcı olur
- Özgüveni geliştirir
- Becerileri artırarak sporcunun maksimum kapasitesine ulaşmasını rahatlatır
- Sakatlıkların iyileşmesini hızlandırır
- Isınmayı kolaylaştırır (Seyr, 1998).

2.3.4. Zihinsel Beceri’de Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar

Muhtemel olaylara kendinizi hazırlayın ve gerçekçi olmaya çalışın. Bir hareketi zihinde canlandırırken abartmadan mümkün olabilen hareketleri istemek gerekir. Gerçekçilik sınırları bireye göre değişen ve belli olmayan bir şeydir. Sporcular yapılması güç ve olamaz denilen amaçları gerçekleştirebiliyorsa onun limitleri sorgulanabilir. Bu yüzden, her şey isteye bağlıdır (Baran, 2012).

- Güçlü, olumlu ve etkili imajlar oluşturarak uygulama denemesini yapın.
- Zor durumlarla nasıl davranacağınızı bilin ve uygulayın.
- Daha çok çaba sarf ederek olumsuz olan düşüncelerinizi olumlu ve etkili hale getirin.
- Çalışma temponuzu hiç bir koşul altında aksatmadan ve ara vermeden yapın (Baran, 2012).

2.3.4. Zihinsel Beceri Modelleri

- İçsel Çalışma Modeli
- Grup Çalışması Modeli
- Sessiz Ortam Modeli
- Sesli Ortam Modeli
- Obje Çalışma Modeli (Aktepe, 1999).
- İçsel Çalışma Modeli

İçsel Çalışma Modeli; “İçsel koçluk” denilen dinamik bir sorgulama işlemi olan bu modelde sporcunun yalnızlık duygularını ve beceriler ile ilgili şüphelere düştüğü zaman kendi olumlu içsel duygularına geri dönmesi içinde kullanılan bir çalışmadır (Aktepe, 1999).

Grup Çalışması Modeli; Birden fazla sporcunun bir araya gelmesi ile hem sportif deneyimleri hem de bu deneyimler sonunda ortaya çıkan içsel duygularından konuşularak bireylerin problemlerini antrenörler tarafından farkına varılması, diğer sporcularında karşılaşılabilecekleri sorunların ne olduğuna dair bilgi sahibi olmaları ve kendileri için sonradan ortaya çıkabilecek bu sorunları nasıl önleyebileceklerine dair ön hazırlık yapmalarına fırsat vermesidir. Bu model çalışma sayesinde birçok konu daha canlı, yaşantısal hale gelir. Gerçek nesnelere yada gerçek nesnelere yerine konulan simgesel nesnelere yardımcı ile çeşitli konulardaki bir çok kavram ve bu kavramlara ait tanımlayıcı, açıklayıcı bilgiler daha çabuk ve kalıcı olarak öğrenilebilir (Aktepe, 1999).

Sessiz Ortam Modeli; Bu model çalışması sporcunun dış etkenlerden etkilenmeden kendi içsel sesini daha iyi bir şekilde dinleyebilmesi ve gürültülü bir ortamda antrenman veya müsabaka sırasında ortam değişikliğine çabuk adapte olabilmesi amacı ile yapılmaktadır. Sporcu maç ve antrenman öncesi ve sonrasında yaşadığı olayları sessiz bir ortamda değerlendirmesi ve zihinde canlandırıp yaşayabileceği olaylara karşı kendini hazır hale getirmesi hedeflenir. Bu hedefle sporcunun gürültüden arındırılmış bir ortamda olması sağlanır ve içsel bir çalışma içine girmesi hedeflenir. Böylece sporcu tamamen kendi içsel sesini dinleyerek konsantrasyon halinde olması hedeflenmektedir. Sporcu bu çalışmada duyu organlarını daha iyi çalıştırarak dış etmenlerin sporcunun kendisini kendi içsel sesine daha iyi odaklanarak olumsuz düşüncelerin engellenmesine dönük bir çalışmadır. Bu çalışma antrenman veya müsabaka ortamlarına yönelik bir modelidir (Aktepe, 1999).

Sesli Ortam Modeli; Sesli bir ortamda sporcu sadece kendisi veya yanında bulunan antrenörün sözleri ile kendini konsantre olmaya çalışır. Bu modelde sonradan duyulan seslerin konsantre olma halini bozması önlenir. Bu olay yarışma esnasında yaşandığı takdirde geri bildirim yani sporcunun tekrar konsantre olmasına yardımcı olur. Sporcu zihinsel canlandırma yaparak bireyi yarışma veya antrenman esnasında ortaya çıkabilecek ve sporcuyu etkileyebilecek ortamlara hazırlanabilmesi ve kendi dış etkilere karşı sporcunun kendini hazır bir hale getirmesini sağlamaya yönelik bir zihinsel hazırlık çalışmasıdır (Aktepe, 1999).

Objekt Çalışma Modeli; Bu modelde, spor sahasının çizgilerinden, kullanılan sportif aletlere, yarışmalardan seyircilere kadar her şey tıpkı fiziksel objeler gibidir.

Yani özellikleri, metotları ve olayları vardır. Zihinsel antrenmanın bu modelinde obje, haricinde veya içeriden sporcuyla etkileyecek her özelliği dikkate alınarak incelenir. Yapısı, özellikleri, hareket tarzı, etkisi gibi objenin özelliklerine bakılarak bölümlere ayrılır. Bu bölümler arasında gerekli ilişkiler ve bağlantılar kurulmak suretiyle sporcunun bu objelere karşı zihinsel hazırlık modeli hazırlanır. Bu da obje çalışma modelini oluşturur (Aktepe, 1999).

2.3.5. Zihinsel Becerinin Elit Spordaki Önemi

Elit Spora başka bir deyişle performans sporu da diyebiliriz. Bu tür spor performansı aşmak amacı ile yapılır ve kabiliyet esas olduğu yaklaşımı simgelemektedir. Sporun bu şekline milli kahramanların oluşması, dünyanın tanıdığı süper dahilerin ortaya çıkması ile “daha süratli, daha güçlü, daha kuvvetli” unsur ulaşmaya çalışır. Diğer bir ifade ile “Rekreasyon Spor” bireylerin yeniden varoluşu, sağlıklı olmaları, yaşam kalitelerini yükseltmelerini ve yabancılaşmadan kurtulmalarını sağlamak hedef ile gerçekleşen “herkes için spor” sloganında kristalleşen spor düşüncesidir (Koruç ve Bayar,1990)

Uygulamalı spor psikolojisi genellikle zihinsel beceri yardımıyla sporcuların teknik öğrenmelerinde güçlendirici uygulamalar olmasını ele almıştır. Performansa engel olan unsurların son uygulama alanında ortadan kaldırılması uygulamaları bulunmaktadır.

Bu ifade ile, maç kaygısı, maç stresi, gerginlik, ızdırıp, heyecan, yoğun antrenman, tükenmişlik gibi durumlarla baş etmek ve otomatik canlılık düzeyinin ayarlanması çalışmaları yer verilmektedir. Kazanmak ya da kaybetmek olarak sonuca odaklanmak ve ne olursa olsun galip gelmeye çalışmak sporcunun doğru düşünmesini ve doğru davranmasını engeller. Sporcu yalnız bulunan potansiyelini sergilemeyi düşünerek rakibin gücü, maçın önemi, seyircinin tezahüratı basın izlemesi, sporcu izin vermediği sürece performansını etkileyen bir etken olamaz. Sporcunun tek bir rakip düşünülen kendisi yendiği zaman, yani rakibinin, seyircinin, hakemin, ve hatta hava saha vaziyet başarısına tanık olmaya hazır beklediğine inandığı zaman kazanmış ve sonuç kendiliğinden gelmektedir. Sahaya çıkan özgüvenli sporcu her şeyin kendi kontrol altında olduğuna inanarak ne gerekiyorsa yapmaya hazır duruma gelmektedir. Çünkü sınır sistem ile vücudu arasında önlenemeyecek bir iletişim kurulmuştur. Tersini

düşüncesine kapılırsa eğer vücut da o şekilde hareket ederek beyinde o şekilde düşünür (Güler, 2015)

Sporcu yarış esnasında duygularını kontrol altına alarak ve yöneterek, sahip olduğu gerçek performans düzeyini iyi bir şekilde sergileyebilir. Genellikle genç sporcular kendine yönelik duyguları sergilemediği zaman yetersiz özgüven, bir yandan da beğenilme, kabul görme isteği arasındaki farklılık düşük performans ortaya konulmasına sebep olabilir. Bu durumda sporcu o gün havasında olmadığı veya bir şeylerin ters gittiği gibi ifadeler kurarak mazeretler uydurabilir. Bu durumda sporcu hava koşulu, saha, ulaşım, sansızlık, takım arkadaşlarının yaptığı hataları ve kendi başarısızlığını çevredeki insanlar ve olaylardan kaynaklandığını ifade eder gösterebilir. Bireysel farklılıklardan dolayı sporcuların duygusal yönelimleri ve bunların yönetimi de farklı olmaktadır. Bu farklılıklar müsabaka esnasında tespit ederek çözümlenmek olası değildir. Sporcu neşe, endişe veya öfke düzeyinde ise gösterdiği davranışlar performansını engelleyecek aşamada olmadığı düşüncesi kabul görmektedir. Ama bahsettiğimiz bu duygular alışkanlık haline gelmesi, maçı önemsememek ve önemsenmemesine yol açacağından göz ardı etmemesi gereken bir etkidir. Bir maç esnasında sporcunun duyguları olumsuz bir düzeyinde ise dikkati, koordinasyonu ve taktik davranışları üzerinde etki yapabilir. Bahsi geçen bu duygular sporcunun teknik ve taktik davranışlarının önemini kaybetmesine sebep olabilir. Başarılı sporcu bedensel performans, zihinsel performans ve psikolojik performansına sahip olan sporcudur. (Anshel, 1990).

2.4. Güreş

Güreş sözcüğü eski Türk dilinde “kür-eş” kök ve ekinden oluşmuştur. “Kür” kök sözcüğünün eş anlamına baktığımızda güçlü, kuvvetli, sarsılmayan, kabadayı ve cömert gibi ifadelerle rastlamaktayız (Dankoff, 1982). “eş” ek sözcüğüne baktığımızda ise; isimden fiil yapan diğer “aş, ış, iş, oş, öş, uş, üş” ekleri gibi karşılıklı mücadele, yardımlaşma, yarış ve rekabet anlamını taşımaktadır (Zamahşeri, 1993; Gabain, 2000). “Küreşmek” sözcüğüne genel olarak baktığımızda yiğit bir kişinin kendisine benzer bir kahramanla karşılaşarak mücadele etmesi anlamına gelmektedir. “Güreş” kavramı Türkçe’de “Güreş”, Çağatayca’da “Küreşmek”, Moğolca’da “Güra, Yakut Türkçesinde “Küreş” şeklinde olarak kullanılmaktadır (Avcuoğulları, 1993).

Güreşle ilgili yapılan tanımlara baktığımızda; İnsanoğlunun korunma, yeme ve içme ihtiyaçlarını karşılamak, kafa alma ve boğma gibi vahşi hayvanlardan korunmak hedefiyle geliştirmiş olduğu ve bu hareketleri zamanla karşılıklı kuvvet denemelerine dönüşerek ortaya çıkan bir spordur (Petrov ve Bakalova, 2011). İnsanların üstünlük kurması ve hayatta kalma mücadelesi vermek amacıyla doğan bu spor dalı insanoğlu tarafından fiziksel mücadelede en etkin yöntem olarak kullanılmaya başlanmıştır (Toschi, 2010). Güreş iki kişi arasında çeşitli oyunlarla birbirinin sırtını yere değdirmek için bir mücadele şeklidir (Yıldırım, 1977). Başka bir tanımla iki canlının arasındaki yapılan mükemmel bir mücadele şeklidir (Tayga, 1990). Son olarak bu tanımla tamamlaya biliriz; Güreş kişinin rakibini yenmesi için bütün yetenek ve kas gücünün kullanma şeklidir (Saruhan, 1996).

2.4.1. Güreşin Tarihsel Gelişimi

Güreş, insanlığın varoluşundan beri yapılmakta olan dünyanın en eski sporlarından birisi olduğunu diyebiliriz (İğrek ve Karataş, 2000). Toplum arasında güreş silah kullanmadan doğal bir mücadele şekli olarak insanlık tarihinde uzun yıllara giden bir geçmişe dayalıdır. İnsan doğasında var olan dört elle sarılma onları birbirine karşı saldırgan yaparak mücadeleleri dahada zorlaştırmıştır. İnsanlar ilkel yaşantılarında yeme ve içme ihtiyaçlarını gidermek ve varlıklarını sürdürebilmeleri için doğa ve vahşi hayvanlar verdikleri mücadelede boğuşmalarındaki hareketler güreşe konu olmuştur. İnsanlar zamanla yerleşik düzene geçerek yiyecek ihtiyaçlarını biriktirip ve çıkan boş zamanlarında temel ve doğal tutuşlar, vuruşlar, savunma ve boğuşma gibi basit olan hareketler dahada geliştirerek bu hareketler bir gösteri haline dönüşmüştür (Başaran, 1982). MÖ 3. ve 1. yüzyıl dayanan ve orta Nil kıyılarında Ben-i Hasan kalıntılarının üzerindeki kabartmalarda Mısır asker ordusunun askeri gücün arasındaki yaygın olduğu güreş şekli görülmektedir (Başaran, 1982). Güreş küçük Asya ve Kafkas topraklarında Hindistan, Çin, eski Yunan ve Roma kültürlerinde antik kölelik döneminde eğlence amaçlı olduğu görülmektedir (Başaran, 1982).

Güreş MÖ 7. veya 8. yüzyıllara dayalı spor dalı olarak sürdürülmesi bilinmektedir. Antik Yunan tarihinde en önemli sporlar arasında yer alması ve üstelik cimmastik eğitiminin bir parçası ve beşli mücadelelerde en önemli kısmını oluşturmuştur. Palestra denilen hafif topraklı veya kumlu bir alanda güreşçiler vücutlarına yağ ve kum sürerek yarışmaya çıkarlardı. Bu oyunda güreşçiler kurayla yere

düşmeden karşı rakibi üç defa savurmaları gerekiyordu. Kısa koşu, disk atma, uzun atlama, cirit atma ve tek kolla yapılan güreş yarışması beşli yarışma olarak bilinen spor dalıdır (Alpman, 2001). İnsanlık tarihinin en eski sporu olan güreş, iki canlının en güzel mücadele örneklerinden biridir. Eski medeniyetlerin hemen hepsinde görülen güreş, Türk spor kültüründe ve tarihinde engin ve zengin bir yere sahiptir (Türkmen, 2011). Güreş, Türk halklarının binlerce yıldır milli kültür halkalarında yer almıştır (Türkmen ve ark, 2006). Güreşin temelinde olan azim, mertlik, cesaret, dürüstlük ve bunlar gibi olumlu yönler ağırlığı sebebiyle Türk toplumun ilgisini çekmiştir (Başaran, 1989). Türklerin en temel sporu güreştir. Ata binmeyi ve güreş yapmayı bilmeyen bir Türk'ün evlenmesi zordur. Türk edebiyatının en önemli unsurlarından olan Manas, Köroğlu Destanı ve Dede Korkut Hikâyelerinde çoğu kahramanların yinilmez güreşçiler olduğunu söylenmektedir. Osmanlılar Anadolu'ya egemen oldukları zamanda Doğu Roma İmparatorluğu'nun güreş şekli ve tarzıyla tanışarak kendi sahalarında benimsememişlerdir. Türk toplumunda güreşin yayılması ve gelişmesinde Abdülaziz, I. Beyazid, II. Mehmed, I. Selim, IV. Murad, II. Mahmud gibi padişahların ordu teşkilatınca geliştirilmiş; beyler, paşalar çiftliklerinde pehlivanların eğitmesi bu spor dalına fayda sağlamıştır. Günümüzde güreş kulübü dediğimiz tekkeler (Pehlivan bölükleri) şeyhler başkanlığında mürit olarak adlandırılan sporcularca yapılmaktaydı.

Yapılan en büyük tekke ise İstanbul'da Osmanlı zamanında merkez konumunda kurulmuştur. Bu tekkelerde yapılan disiplinli çalışmalar ve çabalar sonucunda güreşi uğraş haline getirenler, ileri düzeyde teknik donanım ve beceriler kazanmışlardır. Tekkelerde başkanların aylık ve yemek vakfiyelerinden başka, birer ikişer imareti vardı ki, bu imaretlerde isteyen halk, gelen ziyaretçiler, geçen seyyahlar (turistler) parasız istedikleri gibi yer ve içebilirlerdi. Vakfiyeler bütün zamanın Beylerbeyleri, paşaları, vezirleri, ayanı ve Hakanları tarafından yüz binlerce altın hibe edilerek ortaya çıkarılmıştı (Gümüş, 1988). Bunun doğrultusunda bağlamda güreşe verilen önemi ortaya koyan önemli bir unsur da güreş müsabakalarının Osmanlı protokol törenlerinin bir parçası olmasıdır (Petrov ve Bakalova, 2011).

Türkiye Güreş Federasyonu Cumhuriyetin ilanından sonra 1923'te Ahmet Fetgeri'nin başkanlığında, kurulmuş ve Raul Peter Macaristan dan, Onni Pellinen Finlandiya'dan Grekoromen antrenörü olarak ülkemize getirilmiş ve gençlerimiz

çalıştırılmaya başlanmıştır. Modern olarak güreşçilerimiz güreşteki ilk dış müsabakaya 1924 Paris Olimpiyatlarına katılarak yapmıştır (Gökdemir, 2000).

Türk güreşinin yönetimde en üst basamağı oluşturan Türkiye Güreş Federasyonu, 1922 yılında TİCİ (Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı) bünyesinde kurulmuştur. 1923 yılında FILA'ya (Federation Internationale de Lutte Amateur- 2014 yapılan FILA genel kurulunda birliğin ismi United World Wrestling olarak değiştirilmiştir) üye olmuştur (TGF, 2015). Türkiye en fazla modern olimpiyat oyunları boyunca kazandıran en başarılı branş olarak bilinmektedir. İlk olimpiyat altın madalyası 1936 Berlin- Yaşar ERKAN tarafından kazanılırken en son olimpiyat oyunlarının ilk madalyası da yine güreşten 2012 Londra- Rıza Kayaalp tarafından, bronz madalyası kazanılmıştır.

Güreş, Türk medeniyetine mal olmuş bir spordur. Yüzyıllardan beri kültürle harmanlanması ve modern dönemde de uluslararası platformlarda ülkeye en fazla başarı kazandıran spor dallarından biri olması güreşin toplum için önemini artırmaktadır. Son yıllarda yapılan bilimsel yayınların da ortaya koyduğu gibi son yüzyılda Türk milleti her zaman güreşin en üst düzeyde sonuçlar almasını istemektedir (Türkmen ve ark., 2006).

2.4.2. Güreşin Türleri

a. Olimpik Güreşler

Serbest Stil: Bu stilde, karşı rakibinin ayakları dahil bütün vücuduna teknik uygulanabilen bir stil olarak tanımlayabiliriz (Petrov, 1977). Bu tür stili erkekler hem de lar için geçerlidir.

Greko-Romen Stil: Avrupa ülkelerinde yaygın olan bu stilde, rakibin ayakları ile oyun tatbiki yapamazken sadece belden yukarı kısmına oyun uygulanır. Bu stil larda yoktur.

b. Geleneksel Yapılan Güreşler

Her ülkenin kültür ve değerlerini simgeleyen güreşleri bulunmaktadır. (Ulus, 2008). Türkiye'de geleneksel güreşleri şöyle sınıflandıra biliriz;

Şalvar Güreşi: Sporcuların sadece geniş şalvar giydikleri ve belden yukarısı açık olduğu güreştir (Yücel, 2010). Adından da belli olduğu üzere şalvar güreşi türk

toplumun gelenek ve göreneklerini taşıyan, kültürel ve milli giysili bir güreş türüdür. Şalvar güreşinde üstleri ve ayakları çıplak olarak yarışılır (İşler ve Alpay, 2003).

Aba Güreşi: Kalın ve sağlam kumaştan olan giysi ile (Deve tüyün, Keçi kılı veya dövme yün) yapılan güreşe denir. Aba güreşinde sporcular abanın yaka ve belinden tutarak rakibi yere indirerek güreşi kazanır (Yücel, 2010).

Yağlı Güreşi: Alaturka güreş denilen ve yunanlılardan geçen; Bu güreş türe, tamamen Türklerin güreşi olarak bilinmektedir. Özel bir manda derisinde yapımlı bir kispet'le güreşilir. Yağlı güreşte pehlivanları vücudu yağladıktan sonra Cazgırın duasıyla davul-zurna eşliğinde yapılır. Göbek güneş gördüğünde yarış biter (Akkurt, 2008).

Karakucak Güreşi: İslami adabına uygun Pırpıt ismi verilen ve özel bir giysi ile yapılır. Bu güreşin kökeni ta Orta Asya'ya kadar dayanan geleneksel bir serbest Türk güreşidir (Kılınç ve ark., 2000). Pırpıt ismi bazı yörelerde "Kispet" olarak kullanılmaktadır. Tamamen yöresel olan karakuçal güreşi isimlendirmeden kaynaklanmaktadır. Genelde Pıpıt branda, çadır bezi, yelken bezinden yapılır. Pırpıtın yağlı olmaması şarttır. Uygulanan oyunlar pırpıttan tutularak yapılır. Bu güreş türü Türklerin öz güreşidir ve Türk güreşinin klasik tarzına uygun olarak rakibini tuşla yenme mücadelesine dayanmaktadır (Akkurt, 2008).

3. MATERYAL VE METOT

3.1. Materyal

3.1.1. Evreni ve Örneklem

Bu çalışma, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, sayı: B.30.2.ODM.0.20.08/529-571, 2016.12.08 tarihinde klinik araştırmalar etik kurulu kararları ışığında yürütülmüştür.

Çalışmanın evreni; Türkiye'de elit güreşçiler ile spor yapmayan bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise milli takımında güreş yapan erkek ve kadın sporcular ile Ondokuz Mayıs üniversitesinde spor yapmayanlar oluşturmaktadır. Türkiye güreş a milli takımları ve üniversiteler milli takımlar teknik-direktörleriyle yüzyüze görüşüldü. 2017sonu itibariyle yıldız, genç, u23 ve büyükler (A) takımlarında; Bay-, serbest ve greko-romen güreş takımlarına çağrılan elit ve aktif güreşçilerin nerelerde ve nekadardığı sorularına net cevaplar alındı. Bu doğrultuda anket çalışmaları yerleri belirlendi. Sedanterler ise Ondokuz Mayıs üniversitesi öğrenci işleri daire başkanlığından alınan verilere göre 2015-2016 döneminde eğitim gören lisans öğrencilerin listesi alınarak dahil edilmiştir. Daha sonra farklı çalışmalarda ortalama ve standart sapmalar incelenip ve denek sayısını belirlemek için yapılan power analiz sonucunda örneklem sayısı en az 129 Güreşçi ve 641 sedanterden oluşması yeterli görülmüştür. Bu bağlamda araştırmada toplamda 770 güreşçi ve sedantere ölçekler uygulanmıştır.

Güreşçi	$n = \frac{Nt^2\sigma^2}{(N-1)d^2 + t^2\sigma^2}$	Sedanter	$n = \frac{Nt^2\sigma^2}{(N-1)d^2 + t^2\sigma^2}$
	$\sigma = 0,70$		$\sigma = 0,58$
	$\alpha = 0,05$		$\alpha = 0,05$
	$t = 1,96$		$t = 1,96$
	$d = 0,04$		$d = 0,0464$

Şekil 1. Güreşçiler ve sedanterler için yapılan power analizi

3.1.2. Veri Toplama Araçları

Dört bölümden oluşan bu çalışmada; Birinci bölümde katılımcılara ilişkin demografik bilgiler yer almaktadır.

İkinci bölümde Perry ve Buss (1992), tarafından geliştirilen ve Demirtaş (2012), tarafından güvenilirlik çalışması yapılan “Saldırganlık Ölçeği” 5’li likret olarak kullanılmıştır. Bu anket 4 alt ölçeği içermektedir bunlar; Fiziksel saldırganlık alt ölçeği, fiziksel olarak diğerlerini zarar vermek amacıyla ilişkili olan 9 soru; sözel alt ölçeği, diğerlerini sözel olarak incitmeyi içeren 5 soru; öfke alt ölçeği, duygusal boyut olarak saldırganlığı ölçmeyi hedefleyen 7 soru; düşmanlık alt ölçeği ise bilişsel olarak boyutunu saldırganlığı ölçmeyi amaçlayan 8 soru tipi içermektedir. Ölçekteki her maddeye katılımcılar; (1) karakterime hiç uygun değil, (2) çok az uygun, (3) biraz uygun, (4) çok uygun ve (5) tam uygun şeklinde yanıt verilmiştir. Fiziksel saldırganlık alt ölçeği (2., 5., 16., 8., 11., 13., 22., 25. ve 29 soru), Öfke alt ölçeği (1., 9., 12., 18., 19., 28. ve 23. soru) Düşmanlık alt ölçeği (3., 7., 10., 15., 17., 20., 24. ve 26., ve soru) ve Sözel saldırganlık alt ölçeği (4., 6., 14., 27. ve 21. soru) şeklinde verilmiştir. 9. ve 16. sorular ters kodlanmıştır.

Üçüncü bölümde Lee, Bolman ve Terrence (1991), tarafından geliştirilmiş ve Türkiye’de geçerlilik güvenilirlik çalışmaları Dereli (2003), tarafından gerçekleştirilmiş. “Liderlik Ölçeği” 5’li likret olarak yer almaktadır. Bu anket 4 alt ölçeği içermektedir bunlar; insana yönelik, liderlin izleyicilerin arzu ve ihtiyaçlarını dikkate alarak tatmin etmeye ile ilgili, yapıya yönelik, lider grupları hedeflerine ulaşmak doğrultusunda yönelterek onların rol yapılarını belirlemek ile ilgilidi dönüşümsel, liderlin grup motivasyonuna odaklanma ve göreve ile ilgili, ve karizmatik ise liderlin kendine güven, risk alabilme, enerji ve iş ilişkileri yüksek, yeteneği kuvvetli ce izleyicilerini geliştirmeye odaklanmasıyla ilgili 4 temel liderlik özelliğini analiz etmektedir (Dereli, 2003). İnsana yönelik liderlik alt ölçeği (2., 6., 10., 14., 18., 22., 26 ve 30. soru), Yapıya yönelik liderlik (1., 5., 9., 13., 17., 21., 25 ve 29. soru), Dönüşümsel liderlik (3., 7., 11., 15., 19., 23., 27 ve 31. soru) ve Karizmatik liderlik (4., 8., 12., 16., 20., 24., 28 ve 32. soru) şeklinde verilmiştir. Ölçekteki her maddeye katılımcılar; (1) Hiçbir zaman, (2) Nadiren, (3) Bazen, (4) Sık sık ve (5) Her zaman şeklinde yanıt verilmiştir. En az 8 puan, en fazla 40 puan her bir boyuttan alınabilmektedir.

Dördüncü bölümde ise sporcuların mental yetenek düzeylerini belirlemek için Durand-Bush, Salmela ve Green-Demers (2001), tarafından geliştirilen ve Erhan, Güler, Ağduman ve Gerek tarafından güvenilirlik çalışmaları (2013) yapılan "Ottawa Mental Yetenek Değerlendirme-3 Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 48 madde, 12 alt boyut 4 madde ve 7'li likert tipinden oluşmaktadır. Bunlar : Hedef Belirleme; amaçta doğru motivasyon ve programları hedefler ile ilişkili olan, Özgüven; hedef ve beceriye olan inancı ifade etmekle ilgili olan, Kararlılık; amaca yoğunlaşma ile ilgili Stres; taleplere verilen tepkileri ilgili olan, Korku Kontrolü; düşünce, kaygıya sebep olan ve başa çıkmak kabiliyeti ile ilgili olan, Rahatlama; huzursuzluk ve kaygı düzeyini azaltmasıyla ilişkili olan, Canlandırma; enerji, fizyolojik ve zihinsel durumu yükselten süreç ile ilgili olan, Odaklanma; amaca uygun dikkatlice yönlendirebilme ve sürdürebilme yeteneğini ile ilgili olan, Yeniden Odaklanma; zihnin dağıldığı zaman odaklanmayı tekrar kazanmakla ilişkili olan, Hayal Gücü; zihinde canlandırmak için duygu ve fikirlerin kullanılmasını ile ilişkili olan, Zihinde Canlandırma; vücudu hareket ettirmeksizin fiziksel becerilerini, faaliyetin zihninde prova etmek ile ilişkili olan ve Mücadele Planı; yarışma esnasında, hissleri ve hareketlerine rehberlik ederek amacına ulaşma ile ilgili 12 temel zihinsel beceri özelliğini analiz etmektedir. Hedef belirleme alt ölçeği (1., 10., 23., 41. soru), Özgüven alt ölçeği (2., 12., 28., 48. soru), Kararlılık alt ölçeği (39., 17., 30., 7. soru) Stres alt ölçeği (36., 14., 32., 6. soru) Rahatlama alt ölçeği (3., 19., 29., 42. soru) Korku kontrolü alt ölçeği (24., 43., 4., 16. soru) Canlandırma alt ölçeği (37., 5., 20., 46. soru) Odaklanma alt ölçeği (31., 38., 15., 8. soru) Yeniden odaklanma alt ölçeği (34., 27., 22., 44. soru) Hayal gücü alt ölçeği (26., 9., 18., 33. soru) Zihinde Canlandırma alt ölçeği (45., 13., 21., 35. soru) ve Planlama alt ölçeği (47., 40., 11., 25. soru) şeklinde verilmiştir. Ölçekteki her maddeye katılımcılar; (1) Kesinlikle katılmıyorum, (2) Katılmıyorum, (3) Biraz katılıyorum, (4) Kararsızım (5) Biraz katılıyorum (6) Katılıyorum, (7) Kesinlikle katılıyorum şeklinde yanıt verilmiştir.

3.2. Metot

3.2.1. Örneklem Yöntemi ve Uygulama

Araştırmada; Sedanterler için çok aşamalı, tabakalı, rastgele örneklem seçimi kullanıldı. Çalışmanın evreni örneklem büyüklüğüne bölünerek bulunan katsayıya göre her bölümden alınacak öğrenci sayısı belirlendi.

Sınıflardan alınacak öğrenci sayısı, o sınıfta öğrenim görmekte olan öğrenci sayısı, bulunan katsayıya bölünerek hesaplandı. Sınıflarda hesaplanan ondalık değerlerin hepsi bir üst değere tamamlandı.

Tablo 1. Bölümlerdeki toplam evren sayısı ve alınan örnek sayısı

Fakülte	Öğrenci sayısı	Alınan sayı
Eğitim	7345	234
Fen-Edebiyat	4809	157
Ziraat	1372	51
İlahiyat	2324	82
İktisat ve İdari	1527	57
Tıp	1626	60
T-Sedanter	19003	641

Araştırmada; Güreşçiler için öncelikle araştırma evrenini oluşturabileceğine inanılan bir dağılım gözetmek kaydıyla Milli takım kamplarına giderek iki stilde erkek ve kadın güreşçilere ulaşılmıştır.

Bu kapsamda Yıldız, Genç, U23 ve A takımına Serbest ve Greko-romen güreş yapan toplam 129 denek üzerinde anket uygulanması planlanmıştır.

Araştırma kapsamına giren sporculara ulaşılarak araştırmaya katılmak isteyenlere anket uygulanmıştır.

Tablo 2. Toplam milli kampdaki güreşçi sayısı ve çalışmaya alınan örneklem sayıları

Milli Takım	Evren	Örneklem
Kadın Güreşçi Sayısı	44	41
Erkek Güreşçi Sayısı	92	88
Toplam Güreşçi Sayısı	136	129
Toplam Sedanter ve Güreşçi sayısı	19139	770

3.2.2. İstatistiksel Değerlendirme

Toplanmış veriler SSPS 20 istatistik paket programı ile değerlendirilmiş ve anlamlılık düzeyi ($p < 0.05$) olarak alınmıştır. Anketlerin normal dağılıma uymadığı için nonparametrik testler kullanılmıştır. İkili grup karşılaştırmalarında Mann-Whitney U testi, ikiden çok grup karşılaştırmalarında Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır.

Korelasyon analizi ise değişkenler arasındaki doğrusal ilişkinin gücünü ve yönünü tanımlamak için kullanılmıştır. Sadece sporcular için ölçeklerin toplam puanları normallik açısından değerlendirildiğinde; saldırganlık toplam puanının normal dağılıma sahip olduğu ($p>0.05$), liderlik ve zihinsel yetenek toplam puanlarının normal dağılımlı olmadığı ($p<0.05$) görülmüştür. Sporcular için saldırganlık ölçeği toplam puanının analizinde parametrik istatistiksel yöntemlerden iki grup karşılaştırmalarında T testi, ikiden çok grup karşılaştırmalarında ise Varyans analizi uygulanmıştır. Liderlik ve zihinsel yetenek ölçeği toplam puanlarının analizinde parametrik olmayan istatistiksel yöntemlerden ikili grup karşılaştırmalarında Mann-Whitney U testi, ikiden çok grup karşılaştırmalarında ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır.



4. BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde toplanan veriler; sporcu ve sedanter grubuna ait demografik özellikler ve hipotezleri tablolar halinde sunulmuştur.

4.1. Sporcu ve Sedanterlere Ait Demografik Özellikler

Tablo 1’de araştırmaya katılan katılımcıların dağılımları verilmiştir. Tabloya göre %57.7 kadın ve %44,77erkekler oluşturmaktadır. Bu çalışmada spor yapanların sayısı 124 (%17) ve sedanter sayısı ise 641 (%85) toplam 746 bireyden oluşmaktadır.

Tablo 1. Araştırmaya katılan katılımcıların spor yapma ve yapmamalarına göre dağılımı

C	Kadın sporcu	Erkek sporcu	Kadın spor yapmayan	Erkek spor yapmayan	toplam
N	41	88	391	250	770
%	5.3	11.26	51.41	32.51	100

Tablo 2’de araştırmaya katılan sporcuların stile göre dağılımları verilmiştir. Tabloya göre %57.7 kadın ve %44,77erkekler oluşturmaktadır. Toplam 129 kişiden oluşan bu çalışmada Greko-romen Erkek sayısı 41 (%31), Serbest Erkek sayısı 47 (%36) ve Serbest Kadın sayısı 41 (%31) ulaşmaktadır.

Tablo2. Araştırmaya katılan katılımcıların güreş stillerine göre dağılımı

C	G-romen Erkek	Serbest Erkek	Serbest Kadın	toplam
N	41	47	41	129
%	31.78	36.43	31.78	100

Tablo 3’de araştırmaya katılan sporcuların düzeye göre dağılımları verilmiştir. Toplam 129 kişiden oluşan bu çalışmada yıldız sayısı 15 (%11.62), genç sayısı 35 (%27.13), u23 sayısı 38 (29.45) ve atakımı sayısı 41 (31.78) ulaşmaktadır.

Tablo3. Araştırmaya katılan katılımcıların düzeye göre dağılımı

Düzye	Yıldız	Genç	U23	Büyükler	toplam
N	15	35	38	41	129
%	11.62	27.13	29.45	31.78	100

4.2. Ölçeklere Ait Analiz Değerleri

Tablo 4’de Tüm ölçeklerin toplam puanlarına ait ortalama standart sapma ve standart hata değerleri aşağıdaki tabloda verilmiştir. Sporcularda toplam liderlik puanı ortalama 123,7903 standard hata 1,43863 ve standart sapma puanı 16,01994 saldırganlık puanı ortalama 80,8710, standart hata 1,82056 ve standart sapma puanı 20,27292 toplam zihinsel beceri puanı ortalama 234,0161, standart hata 3,19047 ve standart sapma 35,52761 puanına ulaşılmıştır. Sedanterler de ise toplam liderlik puanı ortalama 118,0983 standard hata ,58927 ve standart sapma puanı 14,91920 saldırganlık puanı ortalama 69,6927 standart hata ,70160 ve standart sapma 17,76313 puanına ulaşılmıştır.

Tablo 4. Katılımcıların ortalama, standart hata ve standart sapma değerleri

	Toplam puan	N	Ortalama	Standart Hata	Standart Sapma
Sporcu	Liderlik	124	123,7903	1,43863	16,01994
	Saldırganlık	124	80,8710	1,82056	20,27292
	Zihinsel Beceri	124	234,0161	3,19047	35,52761
Sedanter	Liderlik	641	118,0983	,58927	14,91920
	Saldırganlık	641	69,6927	,70160	17,76313

Tablo 5’de Uygulanan ölçeklerin toplam puanları ve alt boyutlarına bakıldığında güvenilirlik katsayıları 0.9 değerinden büyük olduğundan bütüncül bir yapıyı ölçtükleri aşağıdaki tabloda görülmektedir. Ayrıca hiçbir ölçeğin toplam puanı normal dağılmadığı için verinin analizinde parametrik olmayan istatistiksel yöntemler kullanılmıştır. İkili grup karşılaştırmalarında Mann-Whitney U testi, ikiden çok grup karşılaştırmalarında ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır.

Tablo 5. Ölçeklerin toplam puanları ve alt boyutlarına bakıldığında güvenilirlik katsayıları

Ölçekler Ve Alt Boyutları	Güvenilirlik Katsayıları (Cronbach Alfa Değerleri)	Normal Dağılım Durumu
Liderlik Ölçeği Toplam Puanı	0,904	Normal dağılmıyor ($p<0.05$)
İnsana yönelik Liderlik	0,741	
Dönüşümsel Liderlik	0,766	Normal dağılmıyor ($p<0.05$)
Karizmatik Liderlik	0,766	
Yapıya Yönelik Liderlik	0,714	
Saldırıcılık Ölçeği Toplam Puanı	0,902	Normal dağılmıyor ($p<0.05$)
Düşmanlık	0,743	
Fiziksel Saldırıcılık	0,796	Normal dağılmıyor ($p<0.05$)
Sözel Saldırıcılık	0,630	
Öfke	0,797	
Zihinsel Beceri Ölçeği Toplam Puanı (sadece sporculara uygulanmıştır)	0,938	Normal dağılmıyor ($p<0.05$)
Adanma	0,800	
Enerji Düzeyini Canlandırma	0,669	
Hedef Belirleme	0,746	
Hayal Gücü/Görüntüler	0,706	
Korku Kontrolü	0,725	
Mücadele Planı	0,754	Normal dağılmıyor ($p<0.05$)
Odaklanma	0,728	
Özgüven	0,760	
Rahatlama	0,709	
Stres Kontrolü	0,745	
Yeniden Odaklanma	0,703	
Zihinde Canlandırma	0,758	

4.3. Sporcu ve Sedanterlerin Liderlik ve Saldırıcılık Karşılaştırılması

Tablo 6'yı incelediğimizde sporcu kadın ve spor yapmayan bireylerin saldırıcılık puanı arasında istatistiksel düzeyde farklılık göstermektedir. ($p<0.05$) Sporcu kadınların sedanter kadınlara göre saldırıcılık puanları daha yüksektir. Sporcu kadın ve spor yapmayan bireylerin liderlik puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($p<0.05$). Sporcu kadınların sedanter kadınlara göre saldırıcılık puanları daha yüksektir. Erkek sporcu ve sedanterlerin liderlik puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. ($p<0.05$) Sporcu erkeklerin liderlik puanları daha yüksektir. Erkek sporcu ve sedanterlerin liderlik puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. ($p<0.05$) Sporcu erkeklerin liderlik puanları sedanter grubuna göre daha yüksektir.

Tablo 6. Kadın ve erkek sporcu sedanterlerin saldırganlık ve liderlik karşılaştırılması

Alt Problemler						
C	Sporcu- sedanter	N	ortalama	Standart sapma	değerlendirme	
Kadın	Toplam	sporcu	40	76,2750	18,86387	
	Saldırganlık Puanı	sedanter	391	66,4015	15,96615	p=0,001<0.05
	Toplam	sporcu	40	122,0000	11,39501	
	Liderlik Puanı	sedanter	391	117,6061	14,64637	p=0,030<0.05
Erkek	Toplam_Sal dırganlık Puanı	sporcu	84	83,0595	20,65981	
	Toplam	sedanter	250	74,8400	19,18642	p=0,001<0.05
	Toplam	sporcu	84	124,6429	17,80527	
	Liderlik Puanı	sedanter	250	118,8680	15,33412	p=0,000<0.05

*= $P < 0,05$

Tablo 7’de sporcu ve sedanterlerin hem saldırganlık hem de liderlik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. ($p < 0.05$) Sporcuların hem saldırganlık hem de liderlik puanları sedanterlerden yüksektir.

Tablo 7. Sporcu ve sedanterlerin saldırganlık ve liderlik karşılaştırılması

		N	ortalama	Std. sapma	değerlendirme
Toplam	sporcu	124	80,8710	20,27292	
Saldırganlık Puanı	sedanter	641	69,6927	17,76313	$p=0.00 < 0.05$
Toplam	sporcu	124	123,7903	16,01994	
Liderlik Puanı	sedanter	641	118,0983	14,91920	$p=0.00 < 0.05$

*= $P < 0,05$

4.4. Güreşçilerin Demografik Özelliklerine Göre Karşılaştırılması

Sadece sporcular için ölçeklerin toplam puanları normallik açısından değerlendirildiğinde; saldırganlık toplam puanının normal dağılıma sahip olduğu ($p > 0.05$), liderlik ve zihinsel yetenek toplam puanlarının normal dağılımlı olmadığı ($p < 0.05$) görülmüştür. Sporcular için saldırganlık ölçeği toplam puanının analizinde parametrik istatistiksel yöntemlerden iki grup karşılaştırmalarında T testi, ikiden çok

grup karşılaştırılmalarında ise Varyans analizi uygulanmıştır. Liderlik ve zihinsel yetenek ölçeği toplam puanlarının analizinde parametrik olmayan istatistiksel yöntemlerden ikili grup karşılaştırmalarında Mann-Whitney U testi, ikiden çok grup karşılaştırmalarında ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır.

Tablo 8’de sporcu erkek ve kadınların saldırganlık puanları birbirlerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>0.05$). Sporcu erkek ve kadınların liderlik puanları birbirlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir ($p=0.017<0.050$). Sporcu erkeklerin liderlik puanları kadın sporculardan daha büyüktür. Sporcu erkek ve kadınların zihinsel beceri puanları birbirlerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p=0.093>0.05$).

Tablo 8. Sporcu erkek ve kadınların toplam saldırganlık, liderlik ve zihinsel becerilerinin karşılaştırması

Toplam puanı	cinsiyet	N	ortalama	Std. sapma	Değerlendirme
Saldırganlık	kadın	40	76,2750	18,86387	p=0.081>0.05
	erkek	84	83,0595	20,65981	
Zihinsel	kadın	10	216,000	39,55868	p=0.017<0.05
Beceri	erkek	114	235,596	34,90029	
Liderlik	kadın	10	119,400	20,21111	p=0.093>0.05
Puanı	erkek	114	124,175	15,65120	

Tablo 9’u incelediğimizde sporcuların medeni durumları saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri toplam puanlarını etkilememektedir ($p>0.05$). Sporcu erkek ve kadınların saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri puanları birbirleri ile istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Tablo 9. Sporcuların medeni durumları saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi

Toplam puanı	Medeni durum	N	ortalama	Std. sapma	Değerlendirme
Saldırganlık	evli	10	72,2000	16,97580	p=0.159>0.05
	Bekar	114	81,6316	20,42481	
Zihinsel beceri	evli	10	216,000	39,55868	p=0.122>0.05
	Bekar	114	235,596	34,90029	
Liderlik	evli	10	119,400	20,21111	p=0.432>0.05
	Bekar	114	124,175	15,65120	

Tablo 10'u incelediğimizde sporcularda spora başlama yaşına göre zihinsel beceri ve liderlik toplam puanları açısından istatistiksel anlamda önemli farklılık yoktur ($p>0.05$). Sporcuların spora başlama yaşları zihinsel beceri ve liderlik toplam puanlarını etkilemiyor.

Sporcularda spora başlama yaşına göre saldırganlık toplam puanları arasında istatistiksel düzeyde farklılık göstermektedir ($p<0.05$). Sporcuların spora başlama yaşları saldırganlık toplam puanlarını etkiliyor. Saldırganlık puanı en yüksek olan grup 11-12 yaşında spora başlayanlardan oluşuyor.

Tablo 10. Spora başlama yaşı ve saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi

	Spore başlama yaşı	N	Ortalama	Std. sapma	Değerlendirme
Toplam Zihinsel Beceri_Puanı	6-8	14	246,4286	26,44214	p=0.683>0.05
	8-9	28	234,6429	32,10078	
	9-10	36	237,3333	39,92278	
	10-11	13	235,3077	20,90209	
	11-12	17	228,0000	38,47402	
	12 yaş ve üzeri	16	219,9375	42,62780	
	Total	124	234,0161	35,52761	
Toplam Saldırganlık Puanı	6-8 y	14	78,0000	24,97691	p=0.020<0.05
	8-9	28	80,0357	18,61597	
	9-10	36	85,4167	20,20520	
	10-11	13	69,9231	19,90587	
	11-12	17	91,1765	19,18409	

Tablo 10. Spora başlama yaşı ve saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi (devamı)

	Spora başlama yaşı	N	ortalama	Std. sapma	Değerlendirme
Toplam Liderlik Puanı	12 yaş ve üzeri	16	72,5625	13,67708	p=0.323>0.05
	Toplam	124	80,8710	20,27292	
	6-8 yaş	14	126,9286	11,26236	
	8-9 yaş	28	121,3214	16,17051	
	9-10 yaş	36	128,6389	12,63137	
	10-11 yaş	13	119,5385	19,80158	
	11-12 yaş	17	118,6471	21,10966	
	12 yaş ve üzeri	16	123,3750	15,48279	
	Toplam	124	123,7903	16,01994	

Tablo 11 incelediğimizde sporcularda spor yapma süresi saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik toplam puanlarını etkilemiyor ($p>0.05$). Spor yapma süresi ile saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Tablo 11. Sporcuların spor yapma süresi saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri düzeylerinin incelenmesi

	Spor yapma süresi	N	Ortalama	Std. sapma	Değerlendirme
Toplam Zihinsel Beceri Puanı	3-6 yıl	11	243,9091	26,36458	p=0.626>0.05
	6-9 yıl	35	234,6857	34,38003	
	9-12 yıl	39	232,9487	37,59336	
	12-15 yıl	30	227,2333	39,27066	
	15 yıl ve üzeri	9	246,5556	26,81935	
	Toplam	124	234,0161	35,52761	
Toplam Saldırganlık Puanı	3-6 yıl	11	85,6364	18,17841	p=0.990>0.05
	6-9 yıl	35	80,8571	20,00903	
	9-12 yıl	39	79,8462	17,88051	
	12-15 yıl	30	79,8667	23,36920	
	15 ve üzeri	9	82,8889	25,71694	
	Toplam	124	80,8710	20,27292	

Tablo 11. Sporcuların spor yapma süresi saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri düzeylerinin incelenmesi (devamı)

	Spor yapma süresi	N	ortalama	Std. sapma	Değerlendirme
Liderlik Puanı	3-6 yıl	11	122,4545	17,99091	p=0.691>0.05
	6-9 yıl	35	123,8571	14,94528	
	9-12 yıl	39	123,3333	14,17064	
	12-15 yıl	30	122,3333	19,70355	
	15 yıl ve üzeri	9	132,0000	11,97915	
Toplam	Toplam	124	123,7903	16,01994	

Tablo 12 incelediğimizde sporcularda baba eğitim düzeyi saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik toplam puanlarını etkilemiyor ($p>0.05$). Baba eğitimi saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik alt buyutlarını etkilemiyor ($p>0.05$).

Tablo 12. Sporcuların baba eğitimi saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi

Baba eğitim düzeyi		N	Ortalama	Std. sapma	Değerlendirme
Liderlik Puanı	ilk okul	55	225,727	36,05472	p=0.140>0.05
	orta okul	59	240,203	34,00242	
	lise	7	241,714	42,40957	
	lisans	3	246,333	12,22020	
	Total	124	234,016	35,52761	
Saldırganlık Puanı	ilk okul	55	76,3818	22,27729	p=0.072>0.05
	orta okul	59	84,2881	18,41481	
	lise	7	91,4286	12,69983	
	lisans	3	71,3333	11,54701	
	Total	124	80,8710	20,27292	
Zihinsel Beceri Puanı	ilk okul	55	123,418	18,02847	p=0.996>0.05
	orta okul	59	124,152	15,00438	
	lise	7	123,571	12,35391	
	lisans	3	124,000	3,60555	
	Toplam	124	123,790	16,01994	

Tablo 13 incelediğimizde sporcularda aylık gelir düzeyi saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik toplam puanlarını etkilemiyor ($p>0.05$). Aylık gelir saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik alt buyutlarını etkilemiyor ($p>0.05$).

Tablo 13. Sporcuların aylık gelir saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi

	Aylık gelir	N	ortalama	Std. sapma	Değerlendirme
Toplam	1000 den az	36	239,2778	30,29438	
Zihinsel	1000-2000	44	235,4318	38,02472	
Beceri	2000-3000	16	217,8125	54,50776	p=0.385>0.05
Puanı	3000-4000	15	234,6000	20,32170	
	4000 ve üzeri	13	233,9231	21,05335	
	Toplam	124	234,0161	35,52761	
Toplam	1000 den az	36	84,1111	17,83700	
Saldırganlık	1000-2000	44	78,1818	21,31194	
Puanı	2000-3000	16	82,8750	22,02082	p=0.746>0.056
	3000-4000	15	80,5333	19,51507	
	4000 ve üzeri	13	78,9231	23,21803	
	Toplam	124	80,8710	20,27292	
Toplam	1000 den az	36	123,5556	15,84649	
Liderlik	1000-2000	44	123,5227	15,35092	
Puanı	2000-3000	16	119,6250	23,54818	
	3000-4000	15	127,9333	13,71374	p=0.689>0.05
	4000 ve üzeri	13	125,6923	9,60369	
	Toplam	124	123,7903	16,01994	

Tablo 14 incelediğimizde sporcularda uyku saat düzeyi saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik toplam puanlarını etkilemiyor ($p>0.05$).

Tablo 14. Sporcuların uyku saati saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi

Günlük uyku saati	N	ortalama	Std. sapma	Değerlendir	
Toplam	2-4	2	249,0000	11,31371	
Zihinsel	4-6	5	202,0000	36,62649	
Beceri	6-8	32	237,9688	40,01490	
Puanı	8-10	62	235,4516	33,28549	p=0.273>0.05
	10 +	23	230,3043	34,39006	
	Total	124	234,0161	35,52761	
Toplam	2-4	2	79,5000	2,12132	
Saldırganlık	4-6	5	82,2000	23,44568	
Puanı	6-8	32	78,2188	19,52952	p=0.940>0.05
	8-10	62	82,0806	21,98457	
	10 +	23	81,1304	17,46764	

Tablo 14. Sporcuların uyku sattı saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi (devamı)

	Toplam	124	80,8710	20,27292	
	2-4	2	118,0000	4,24264	
Toplam	4-6	5	114,6000	22,32263	
Liderlik	6-8	32	126,1563	16,54926	
Puanı	8-10	62	125,3871	15,24914	p=0.236>0.05
	10 +	23	118,6957	15,74927	
	Toplam	124	123,7903	16,01994	

Tablo 15 incelediğimizde Grekoromen ve serbest stil güreşenlerin zihinsel beceri puanları arasında istatistiksel anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($p=0,035<0,050$). Serbest stil güreşen güreşçilerin zihinsel beceri puanları daha yüksektir. Ayrıca grekoromen ve serbest stil güreşenlerin saldırganlık ve liderlik puanları arasında istatistiksel anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 15. Sporcuların still düzeye göre saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi

	Still	N	Ortalama	p- değeri
Zihinsel	G-romen	39	225,0000	0,035<0,05
Beceri Puanı	Serbest	85	238,1529	
Saldırganlık	G-romen	39	76,0769	0,074>0,05
Puanı	Serbest	85	83,0706	
Liderlik	G-romen	39	122,8205	0,991>0,05
Puanı	Serbest	85	124,2353	

Tablo 16 incelediğimizde yıldız, genç, u23 ve a takım düzeyinde spor yapanların zihinsel beceri, saldırganlık ve liderlik puanları arasında istatistiksel o anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>0,05$). Yani güreşçilerin spor yaptıkları düzeyler zihinsel beceri, saldırganlık ve liderlik puanlarını etkilememektedir.

Tablo 16. Sporcuların düzeye göre saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi

	Düzye	N	Ortalama	Std. Sapma	p-değeri
	Yıldız	14	238,8571	28,13390	
Zihinsel	Genç	34	239,8529	33,72539	
Beceri Puanı	U23	37	230,2162	42,53308	0,62>0,05
	A takımı	39	230,7949	32,39410	

Tablo 16. Sporcuların düzeye göre saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi (devamı)

	Toplam	124	234,0161	35,52761	
Saldırganlık Puanı	Yıldız	14	86,5000	18,44222	
	Genç	34	78,3235	18,71917	
	U23	37	84,8378	18,54201	0,238>0,05
	A takımı	39	77,3077	23,19727	
	Toplam	124	80,8710	20,27292	
Liderlik Puanı	Yıldız	14	120,4286	18,38358	
	Genç	34	123,5588	14,86136	
	U23	37	124,8108	17,60656	0,904>0,05
	A takımı	39	124,2308	14,97271	
	Toplam	124	123,7903	16,01994	

Tablo 17 incelediğimizde Kadın ve erkek güreşçilerin liderlik puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($p=0,017<0,050$). Erkek güreşçilerin liderlik puanları daha yüksektir. Ayrıca kadın ve erkek güreşçilerin zihinsel beceri ve saldırganlık puanları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 17. Güreşçilerin düzeye göre saldırganlık, liderlik ve zihinsel beceri incelenmesi

	cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	p-değeri
Zihinsel	Kadın	40	228,0750	29,01493	0,093>0,050
Beceri	Erkek	84	236,8452	38,07649	
Puanı					
Saldırganlık	Kadın	40	76,2750	18,86387	0,081>0,050
Puanı	Erkek	84	83,0595	20,65981	
Liderlik	Kadın	40	122,0000	11,39501	0,017<0,050
Puanı	Erkek	84	124,6429	17,80527	

4.5. Saldırganlık, Liderlik ve Zihinsel Beceri Alt Boyutlarının İncelenmesi

Tablo 18 ve 19'u incelediğimizde düşmanlık ile fiziksel, öfke ve sözel saldırganlık arasında 0.597, 0.652, 0.654 lük sırasıyla istatistiksel olarak anlamlı/önemli bir ilişki var. Fiziksel, öfke ve sözel saldırganlık arttıkça düşmanlık da artıyor. Korku alt boyutu ile düşmanlık, fiziksel, öfke ve sözel saldırganlık alt boyutları arasında sırasıyla 0.537, 0.344, 0.427, 0.311 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli bir ilişki var. Korku arttıkça saldırganlığın tüm alt boyutları da artıyor. Stres kontrolü alt boyutu ile düşmanlık, fiziksel, öfke ve sözel saldırganlık alt boyutları arasında sırasıyla 0.653,

0.445, 0.555, 0.442 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli bir ilişki var. Stres kontrolü arttıkça saldırganlığın tüm alt boyutları da artıyor. Fiziksel saldırganlıkla öfke arasında 0.832 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Mücadele planı ile fiziksel saldırganlık alt boyutları arasında 0.214 lük istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Fiziksel saldırganlık arttıkça mücadele planı puanı da artıyor. Mücadele planı ile özgüven alt boyutu arasında 0.590 lık istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Özgüven arttıkça mücadele planı puanı da artıyor.

Tablo 18. Sporcularda saldırganlık alt boyularının bazı zihinsel beceri alt boyutlarının incelenmesi

Korelasyon	s_ Düşmanlık	S_ Fiziksel	S_ öfke	S_ Sözel
Saldırganlık Düşmanlık	1	,597*	,652*	,654*
Saldırganlık Fiziksel	,597*	1	,832*	,703*
Saldırganlık Öfke	,652*	,832*	1	,706
Saldırganlık Sözel	,654*	,703*	,706**	1
ZB_Stres kontrolü	,653*	,445*	,555**	,422*
ZB_Mücadele planı	,116	,214*	,078	,141
ZB_Özgüven	-,019	,112	,092	,011
ZB_korku	,537*	,344*	,427*	,311**

*=P<0,05

Tablo19. Sporcularda saldırganlık alt boyularının bazı zihinsel beceri alt boyutlarının incelenmesi

Korelasyon	ZB_Stres kontrolü	ZB_mücadele planı	ZB_Özgüven	ZB_korku
Saldırganlık Düşmanlık	,653*	,116	-,019	537
Saldırganlık Fiziksel	,445*	,214*	,112	,344*
Saldırganlık Öfke	,555*	,078	,092	,427*
Saldırganlık Sözel	,442*	,141	,011	,311*

Tablo19. Sporcularda saldırganlık alt boyularının,zihinsel beceri alt boyutlarının incelenmesi (devamı)

Korelasyon	ZB_Stres kontrolü	ZB_mücadele planı	ZB_Özgüven	ZB_korku
ZB_Stres kontrolü	1	,137	,061	,710
ZB_Mücadile planı	,137	1	,590*	,126
ZB_Özgüven	,061	,590*	1	-,167
ZB_korku	,710**	,126	-,167	1

Tablo 20 incelediğimizde karizmatik liderlik ile dönüşümsel liderlik birbirlerini en çok etkiliyor. Aralarında 0.745 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Biri artınca diğeri de artıyor. Mücadele planı sırasıyla yapıya yönelik, insana yönelik, dönüşümsel ve karizmatik liderlik alt boyutlarını etkilemektedir.

Bu alt boyutların arasında sırasıyla 0.387, 0.345, 0.446, 0.416 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Mücadele Planı arttıkça Liderlik de artıyor. Hedef Belirleme sırasıyla yapıya yönelik, insana yönelik, dönüşümsel ve karizmatik liderlik alt boyutlarını etkilemektedir. Bu alt boyutların arasında sırasıyla 0.300, 0.375, 0.342, 0.299 luk istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Hedef belirleme arttıkça Liderlik de artıyor. Özgüven sırasıyla yapıya yönelik, insana yönelik, dönüşümsel ve karizmatik liderlik alt boyutlarını etkilemektedir. Bu alt boyutların arasında sırasıyla 0.315, 0.472, 0.349, 0.308 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Özgüven arttıkça liderlik de artıyor. Özgüven en çok hedef belirlemeyi etkilemektedir. Aralarında 0.788 lik istatistiksel olarak önemli/anlamlı bir ilişki vardır. Özgüven arttıkça hedef belirleme de artıyor.

Tablo 20. Güreşçilerde liderlik alt boyutlarının bazı zihinsel beceri alt boyutlarının incelenmesi

	Liderlik	Liderlik-	Liderlik-	Liderlik-	ZB-	ZB-	ZB-	ZB-
Korelasyon	-YY	İY	D	K	ZC	MP	HB	Ö
Liderlik-Y	1	,611*	,694*	,655*	,222	,387*	,300*	,315
Yönelik								
Liderlik-İ	,611**	1	,559	,525*	,309*	,345	,375*	,472*
Yönelik								

Tablo 20. Güreşçilerde liderlik alt boyutlarının bazı zihinsel beceri alt boyutlarının incelenmesi (devamı)

Liderlik- dönüşümsel	,694*	,559*	1	,745*	,290*	,446*	,342*	,349
Liderlik- Karizmatik	,655*	,525*	,745*	1	,303	,416*	,299*	,308*
ZB-Zihinde canlandırma	,222*	,309*	,290*	,303*	1	,633*	,767*	,728*
ZB-Mü- planı	,387*	,345*	,446*	,416*	,633*	1	,656*	,590*
ZB-hedef belirleme	,300*	,375*	,342*	,299*	,767*	,656*	1	,788*
ZB- Özgüven	,315	,472*	,349*	,308*	,728*	,590*	,788*	1
*p<0.05								

Tablo 21 incelediğimizde grekoromen ve serbest stilde güreş yapan sporcuların öfke alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve önemli bir düzeyde farklılık göstermektedir ($p=0.044<0.050$). Serbest stilde güreşenlerin grekoromen stilde güreşenlere göre öfke puanları daha yüksektir. Grekoromen ve serbest stilde güreş yapan sporcuların stres kontrolü alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($p=0.001<0.050$). Serbest stilde güreşenlerin grekoromen stilde güreşenlere göre stres kontrolü puanları daha yüksektir.

Tablo 21. Güreşçilerin saldırganlık alt boyutlarında stile göre incelenmesi

	Still	N	Ortalama	Std. Sapma	p- değeri
Saldırganlık-	G-romen	39	19,1538	5,63606	0.044*
Öfke	Serbest	85	21,2000	5,63535	

*p<0.05

Tablo 22 incelediğimizde Greko-romen ve Serbest stilde güreş yapan sporcuların odaklanma alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve önemli bir düzeyde farklılık göstermektedir ($p=0.029<0.050$). Serbest stilde güreşenlerin grekoromen stilde güreşenlere göre stres kontrolü puanları daha yüksektir. Grekoromen ve serbest stilde güreş yapan sporcuların yeniden odaklanma alt boyutu

puanları istatistiksel olarak anlamlı ve önemli bir düzeyde farklılık göstermektedir ($p=0.015<0.050$). Serbest stilde güreşenlerin grekoromen stilde güreşenlere göre yeniden odaklanma puanları daha yüksektir. Grekoromen ve serbest stilde güreş yapan sporcuların korku alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık göstermektedir ($p=0.007<0.050$). Serbest stilde güreşenlerin grekoromen stilde güreşenlere göre korku puanları daha yüksektir. Diğer alt boyutlarda güreş yapılan stil açısından herhangi bir farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 22. Güreşçilerde zihinsel beceri alt boyutlarında stile göre incelenmesi

	Still	N	Ortalama	Std. Sapma	p- değeri
ZB_Stres Kontrolü	Grekoromen	39	14,8718	5,92132	0.001*
	Serbest	85	18,5529	5,37743	
ZB_Odaklanma	Grekoromen	39	15,2308	5,81948	0.029*
	Serbest	85	17,7529	5,40482	
ZB_Yenide Odaklanma	Grekoromen	39	12,2051	4,66329	0.015*
	Serbest	85	14,1294	3,93031	
ZB_Korku	Grekoromen	39	10,2821	4,83381	0.007*
	Serbest	85	12,8588	4,70094	

* $p<0.05$

Tablo 23 incelediğimizde kadın ve erkek güreşçilerin fiziksel saldırganlık alt boyutu puanları istatistiksel olarak aralarında anlamlı ve önemli düzeyde farklılık göstermektedir ($p=0.018<0.050$). Erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre fiziksel saldırganlık puanları daha yüksektir.

Kadın ve erkek güreşçilerin dönüşümsel liderlik alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve önemli bir düzeyde farklılık göstermektedir ($p=0.045<0.050$). Erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre dönüşümsel liderlik puanları daha yüksektir.

Kadın ve erkek güreşçilerin mücadele planı alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve önemli bir düzeyde farklılık göstermektedir ($p=0.017<0.050$). Erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre mücadele planı alt boyut puanları daha yüksektir. Diğer alt boyutlarda güreş yapılan cinsiyet açısından herhangi bir farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 23. Güreşçilerde Saldır ganlık alt boyutlarının cinsiyete göre incelenmesi

	cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	p-değeri
Saldır ganlık_	kadın	40	23,4250	6,83463	0.018*
Fiziksel	erkek	84	26,8095	7,31804	
Liderlik_Dö	kadın	40	29,0250	3,09248	0.045*
nüşümsel	erkek	84	29,7619	5,09339	
ZB_Mücadel	kadın	40	19,1750	4,46001	0.017*
ePlanı	erkek	84	20,8690	4,91562	

*p<0.05

Tablo 24 incelediğimizde güreşçilerin spor yaptıkları düzeylere göre stres kontrolü puanları birbirinden farklılaşmaktadır. Yani stres kontrolü puanları güreş yapılan düzeye göre değişmektedir (p=0.014<0.05). Diğer tüm alt boyutlarda güreş yapılan düzey açısından istatistiksel olarak anlamlı ve önemli bir düzeyde farklılık bulunamamıştır (p>0.05).

Tablo 24. Güreşçilerde stres kontrolü alt boyutın düzeye göre incelenmesi

	Düzye	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Error
ZB_Stres	Yıldız	14	19,5000	4,23811	
	Genç	34	19,0000	4,95434	0.014*
Kontrolü	U23	37	17,8649	5,56358	
	A takimi	39	14,7949	6,37503	

*p<0.05

Tablo 25 incelediğimizde A takım düzeyinde güreş yapanların stres kontrolü puanları en düşük olup daha sonra sırasıyla u23, genç ve yıldız düzeyleri gelmektedir. Bu düzeylerde spor yapanların her birinde stres kontrolü puanı istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde diğerinden farklılık göstermektedir (p<0.05). Aşağıdaki grafik de bunu net olarak göstermektedir.

Tablo 25. Güreşçilerde düzeylerin stres kontrolü karşılaştırılması

Düzye	Düzye	Ort- Farkı	Std. Hata	P değeri
A Takımı	Yıldız	-4,70513	1,73053	0,008*
	Genç	-4,20513	1,30325	0,002*
	U23	-3,06999	1,27471	0,018*

*p<0.05

5. TARTIŞMA

Bu çalışma Türkiye'de Yıldız, Genç, U23 ve büyükler (A) takımlarında; Elit olan bay-, Serbest ve Greko-romen stil güreşçi ve Ondokuz Mayıs üniversitesinde öğrenci olan ve spor yapmayan bireylerde zihinsel yetenek, liderlik ve saldırganlık özelliklerini karşılaştırmak amacıyla yapılmıştır. Bu bağlamda; ilişkisel ve betimsel taramaya yönelik yöntemler ele alınmıştır. Yapılan bu araştırmada veriler, ölçek yöntemi ile toplam'da 746 anket ile toplanmış ve SPSS programında çeşitli analizler yapılarak yorumlanmaya hazır hale getirilmiştir. Çalışmaya katılan güreşçilerin, 88 Serbest stil güreş yapan (%68), 41 Greko-romen stil güreş yapan (%32) toplamda 129 sporcu ve sendanter sayısı ise 641 olmak üzere toplamda 770 birey araştırmaya katılmıştır.

Yapılan literatür taramasında sporun ruh sağlığı üzerinde olumlu katkılar sağladığı ve bu sayede sporcuların performanslarını olumlu olarak etkilediği vurgulanmaktadır. Spor yapmak bir çok olumsuz güdüleri boşaltarak saldırganlık dediğimiz davranışın kontrol altına alınmasında önemli bir role sahiptir (Öztürk, 2005). Elit düzeyde spor yapmanın kazanma hırısı ve bununla beraber getirdiği sorumluluklar zamanla sporcular üzerinde oldukça olumsuz etkiler yaratmaktadır. Yapılan bir çok araştırmada sporcuları en üst düzeye çıkarmalarını sağlayan ve geliştiren psikolojik yöntemler önem taşımaktadır. Sporcular çoğu zaman performans sergilemesinde çok sık iniş çıkışlar yaşıyor, hedefe odaklanamıyor, stres altında eziliyor, saldırganlaşıyor, odaklanamıyor, sporculuk sonrası hayatını planlayamıyor, takımına lider olamıyor, çabuk pes ediyor, vs ve. Bu yüzden bu yöntemler zihinsel ve ruhsal yönden sporculara yardımcı olacağı düşünülmektedir. Günümüzde modern araştırmalar, motorik özelliklerin yanısıra zihinsel faktörlerin ne kadar önemli olduğunu göstermektedir (Erhan ve ark., 2011). Neff (2006), Sportif faaliyetler yüksek potansiyele ulaşmak adına konsantrasyon ve motive olmak, hedef belirleme, odaklama, özgüven, olumlu düşünme gibi benzeri psikolojik becerilerin öğrenilmesi ve geliştirilmesini imkan tanıyan, hedefli bir süreci olan zihinsel beceri hayati önem taşımaktadır (Neff, 2006).

Tartışma bölümünde ortaya çıkan bulgular literatür ile ilişkili bir biçimde ele alınarak tartışılmış ve sonuçlar yorumlanmıştır. Tablo 5'e kadar olan tüm tablolar betimsel (tanımlayıcı) istatistiksel yöntemlere aittir. Araştırmanın temelde cevap arandığı sorulara ilişkin bulgular tablo 6 itibarıyla başlamaktadır. Literatür incelendiğinde sporcu

ve sedanterlerin liderlik, saldırganlık ve mental yetenek özelliklerini araştıran çalışmaya pek çok rastlanmıyor ama benzer alanlarda çalışmamızın sonuçlarıyla aynı ve ya farklı bulgular rastlamak mümkündür.

Tablo 5 incelendiğinde, Kadın ve erkek sporcu sedanterlerin saldırganlık ve liderlik istatistiksel karşılaştırılmalarında şu sonuçlara varılmıştır: Erkek sporcu ve sedanterlerin saldırganlık puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık göstermektedir.($p<0.05$) Sporcu erkeklerin saldırganlık puanları daha yüksektir. Kadın sporcu ve sedanterlerin saldırganlık puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ve önemli bir düzeyde farklılık göstermektedir.($p<0.05$) Sporcu kadınların sedanter kadınlara göre saldırganlık puanları daha yüksektir. Sporcu ve sedanterlerin saldırganlık puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.($p<0.05$) Sporcuların saldırganlık puanları sedanterlerden daha yüksektir.

Pekgirgin (2018), kadın ve erkeğin saldırganlık durumlarının farklı olduğunu ifade ederek erkeklerin kadınlara göre fiziksel saldırganlık sergilemeleri daha fazladır. Araştırmacılar; kadınların fiziksel saldırganlığı pek sergilemeseler de sözel, duygusal saldırganlık ve sosyal red gibi saldırganlık türlerini kullandıklarını belirtmişlerdir (Pekgirgin, 2018).

Çobanoğlu (1993), Spor yapan öğrenciler ile spor yapmayan öğrencileri karşılaştırmıştır. Bulgularına göre; spor yapan erkeklerin spor yapmayan kızlara göre saldırganlık eğilimlerinin anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca aynı zamanda spor yapan kızlar ile spor yapmayan kızlar ve spor yapan erkekler ile spor yapmayan kızlar arasında önemli ve anlamlı bir fark elde edilememiştir (Çobanoğlu, 1993).

Tiryaki (1996), tarafından sporcu olan ve olmayan üniversite öğrencileri üzerinde bir çalışmada spor yapanların yapmayanlara göre daha saldırgan olduğu belirlenmiştir (Tiryaki, 1996).

Fletcher ve Dowel (1971), kolej öğrencilerine yaptıkları çalışmada sporcuların sporcu olmayanlara göre daha agresif olduğunu gösterilmiştir (Fletcher ve Dowel, 1971).

Dervent ve Ark (2010), saldırganlık düzeyi ve sportif aktivitelere katılım ilişkisini konu alan çalışmasında, spor yapan tüm bireylerin (erkek, kız) sedanterlere

göre atılganlık düzeylerinin önemli bir düzeyde daha yüksek olduğu gösterilmiştir (Dervent ve ark., 2010).

Solak (2011), saldırganlıkla ilgili yaptığı çalışmada, spor yapan öğrencilerin atılganlık puanları, spor yapmayan öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Solak, 2011).

Yarcheski ve arkadaşlarının (2002), yaptıkları çalışmalar sonucunda: erkeklerin saldırgan davranış puanları kadınlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Yarcheski ve ark., 2002).

Yurtaş (2016), “Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi isimli” çalışmada spor yapan bireylerin fiziksel saldırganlık, düşmanlık ve sözel saldırganlık alt boyutlarında spor yapmayan bireylerden yüksek olduğu ve erkek bireylerin fiziksel saldırganlık, düşmanlık ve sözel saldırganlık alt boyutlarında kadın bireylerden yüksek olduğu tespit edilmiştir (Yurtaş, 2016).

Scharf (2000), cinsiyet ile saldırganlığı karşılaştırmış olduğu çalışmada. Araştırma sonucunda sözel saldırganlıkta kadın erkek arasında fark bulamazken, fiziksel saldırganlığa daha çok erkeklerin başvurduğu sonucunu bulmuştur (Scharf, 2000).

Shokoufeh ve Erhan (2014), farklı branşlarla ilgilenen sporcular ile sedanterlerin kişilik ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi adlı çalışmada, spor yapan bireyler spor yapmayan bireylere göre saldırganlık özelliklerinin spor yapmayanlara göre daha düşük olduğu saptanmıştır (Shokoufeh ve Erhan, 2014). Bu çalışma bizim yaptığımız çalışma ile paralellik göstermemektedir.

Alp ve Ersalan (2014), spor yapan ve yapmayan çocukların saldırganlık üzerinde yaptıkları çalışmada; düzenli spor yapan çocukların saldırganlık düzeyinin birçok faktörden etkilendiğini gösterilmiştir (Alp ve Ersalan, 2014).

Dervent ve ark (2007), çalışmalarında ise spor yapanların atılganlık düzeylerinde anlamlı derecede bir ilişki olduğu gösterilmiştir (Dervent ve ark., 2007). Bu Çalışmalar bizim yaptığımız sonuçlar ile benzerlik göstermemektedir.

Başka bir çalışmada 18 yaşından küçük katılımcıların saldırganlık ve şiddet düzeyi, 18 yaş ve üzeri katılımcıların saldırganlık ve şiddet düzeyinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu ve yaşı ilerledikçe sorumluluk alma, olgunlaşma düzeyleri de arttığından

saldırıcılık ve şiddet eğilimlerinin düşmesi beklenen bir durum olduğu sonucuna varılmıştır (Beşkat, 2016). Bu çıkan sonuç bizim çalışmamızı destekler nitelikte bir çalışmadır.

Literatür taramasında bulunan çalışmaların çoğu sporcuların sedanterlere göre daha çok saldırıcılık düzeylere sahip bireyler olduklarını belirtmişlerdir. Bir maç esnasında o spor dalının kuralları çerçevesinde yapılan bazı hareketler doğal bir davranış olarak kabul edilmektedir. Ama saldırıcılığı belirleyen etken o spor dalında kurallarının dışına çıkmasıyla belirlenmektedir. Örneğin yakın teması olan bir spor esnasında rakibe atılan yumruk veya tekme o spor dalının kuralları çerçevesinde kabul edilebilirken, günlük hayatta yapılırsa eğer saldırıcılık bir davranış olabilmektedir (Kırımoğlu ve ark., 2008).

Erkek sporcu ve sedanterlerin liderlik puanı arasında anlamlı bir düzeyde farklılık göstermektedir.($p<0.05$) Sporcu erkeklerin liderlik puanları daha yüksektir. Kadın sporcu ve sedanterlerin liderlik puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur.($p<0.05$) Sporcu kadınların sedanter kadınlara göre liderlik puanları daha yüksektir.

Sporcu ve sedanterlerin liderlik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık göstermektedir.($p<0.05$) Sporcuların liderlik puanları sedanterlerden daha yüksektir.

Literatür taradığımızda ise sporcu ve sedanterlerin liderlik özelliklerini araştıran çalışmaya pek rastlanmıyor olsa da bile benzer alanlarda çalışmamızın sonuçlarıyla aynı ve farklı sonuçlara rastlamak mümkündür.

Can (2002), “Resmi ve özel okullarda okul yöneticileri ve beden eğitimi öğretmenlerin liderlik davranışları yönünden incelenmesi” adlı çalışmada, araştırma sonuçlarına göre beden eğitimi öğretmenlerinin ve okul yöneticileri anlayış gösterme boyutundaki liderlik davranışlarına önem verdikleri gösterilmiştir (Can, 2002).

Bireysel ve takım sporuyla uğraşan bireylerin üzerinde yapılan bir çalışmada, spor yapan bireylerin sedanterlere göre duygusal zekâ ve liderlik puanlarının yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel düzeyde anlamlı olduğu ve aynı zamanda liderlik puanları incelendiğinde kadınların puanlarının, erkeklerden oranla yüksek olduğu görülmüştür (Öztürk, 2015).

Yücel (2011), orta öğretim (lise) kurumlarında eğitim gören, spor yapan ve yapmayan öğrencilerin liderlik özellikleri” adlı çalışmada, katılan öğrencilerin dönüşümcü, demokratik ve etkileşimci liderlik puanları ortalamalarının yaptıkları spor branşından memnun olma durumu değişkenine göre anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşmıştır (Yücel, 2011).

Öz (2018), “Beden eğitimi öğretmenlerinin iletişim becerilerinin liderlik davranışlarına olan etkisinin incelenmesi” isimli çalışmasında liderlik düzeyleri erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür (Öz, 2018). Bu çalışma bizim yaptığımız araştırmayla kısmen paralellik göstermektedir.

Çar (2013), “Spor eğitimi alan üniversite öğrencilerinin liderlik özelliklerinin incelenmesi” isimli çalışmada spor eğitimi alan üniversite öğrencilerinin, spor yaparak liderlik özelliklerin geliştirilebilmeleri için çeşitli öneriler sunmuştur (Çar, 2013).

Eagly ve ark (1995), cinsiyet ve liderlik üzerinde yaptığı çalışmada, örgütsel etkililik le ilgili, kadın ve erkek arasında istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık bulunmamıştır; ancak, erkeksi olarak tanımlanan rollerde erkekler daha etkili olurken kadınlar ise erkeksi olmayan rollerde daha başarılı olmaktadır (Eagly ve ark., 1995).

Eagly ve Johnson (1990), cinsiyet ve liderlik özellikleri üzerine yaptığı bir araştırmada’ demokratik ve katılımcı bir liderlik daha çok kadınlar sergiledikleri ve erkeklerin davrandıkları liderlik stil, otokratik ve buyurgan liderlik stilleri olmuştur. Bu bağlamda kadınlar erkeklere göre insan ilişkilerine daha çok önem verdiklerini ortaya koymuşlardır. Bazı araştırmalar da kadın ve erkeklerin arasında liderlik davranışları anlamında hiçbir düzeyde farklılık olmadı ve bazılarıda kadınların daha demokratik ve katılımcı bir tarz uygulamalarına rağmen aradaki farklılığın çok anlamlı olmadığını gösterilmiştir (Eagly ve Jhonson, 1992).

Yukarıda anlatılan bilgiler doğrultusunda genel anlamda kadınları erkeklerin farklı yapıda olduklarını söyleyebiliriz. Bu nedenler farklı yetiştirilme tarzı, ebeveynler çocuklara yüklenen sorumluluklar, ve kız çocuklardan beklenen beklentilerden kaynaklandığını söyleyebiliriz.

Tablo 7’den itibaren sadece sporcular için yapılan analizlere yer verilmiştir. tablo 7 ile 17 Sporcuların demokratik özellikler incelenmiştir; Spor yapan erkek ve kadın sporcuların cinsiyete göre, medeni durum, spor başlama yaşı, spor yaşı, baba

eğitimi, aylık gelir durumu ve g¼nl¼k uyku saatine g¼re saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik istatistiksel karşılaştırılmış ve şu sonuçlara varılmıştır: Bu b¼l¼mde ortaya çıkan bulgular literat¼r ile ilişkili bir biçimde ele alınarak tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Araştırmamızda; D¼řmanlık, fiziksel saldırganlık, s¼zel saldırganlık ve stres kontrol¼, m¼cadele planı, ¼zg¼ven ve korku arasında doğru orantılı bir ilişki olduğu g¼r¼lm¼řt¼r. Yani zihinsel becerilerin baz alt boyutları (stres kontrol¼, m¼cadele planı, ¼zg¼ven ve korku kontrol¼) y¼kselmesiyle, saldırganlık çoğalmaktadır. Ama zihinsel becerinin diğer alt boyutlarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Diğer taraftan yapıya y¼nelik, insana y¼nelik, d¼n¼ř¼msel ve karizmatik liderlik ve zihinde canlandırma, m¼cadele planı hedef belirleme ve ¼zg¼ven arasında doğru orantılı bir ilişki olduğu g¼r¼lm¼řt¼r yani zihinsel becerilerin baz alt boyutları (hedef belirleme, m¼cadele planı, ¼zg¼ven ve zihinde canlandırma) y¼kselmesiyle, liderlik puanlarında çoğalmaktadır.

Literat¼r çalışmalarına baktığımızda sporcular ve sedanterlerle ilgili çok sayıda araştırmaya rastlanıyor ama g¼reřilerin performansını psikolojik y¼nden etkileyen fakt¼rleri sorgulayan çalışmaların sayısı oldukça az, hatta yurt içi yayın bakımından yok denecek kadar azdır. Bu alışma bu bağlamda ¼nem arz etmektedir. Yurt içi yayınlara bakıldığında liderlik, saldırganlık ve mental yetenek konularında ayrı ayrı çalışmalar g¼r¼lm¼ř, ama bu konuların ¼zerine odaklanmış bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Fiziksel beceri ile zihinsel beceri aynı şiddetle yapılması ¼nem taşımaktadır. Aksi takdirde bir becerinin uygulanması gerektiği hızdan daha yavaş olarak zihinsel becerisi, beceriye ilişkin davranım ¼r¼nt¼lerinin belirgin bir halde değişmesine neden olabilmektedir (Rushell ve ark, 1997).

Bizim yaptığımız alışmamada ise, g¼reřilerde liderlik, zihinsel beceri ve saldırganlık arasında doğru orantılı anlamlı bir d¼zeyde farklılık g¼sterilmiřtir. Bu bağlamda liderlik ve saldırganlık artıkca g¼reřilerde zihinsel becerilerinde artabileceği g¼r¼lm¼řt¼r. Çalışmada elde edilen bulgular literat¼r ile uyumlu olduğunu s¼ylebiliriz.

Sporcu erkek ve kadınların saldırganlık puanları istatistiksel olarak anlamlı bir d¼zeyde farklılık g¼stermektedir ($p > 0.05$). Sporcu erkek ve kadınların saldırganlık puanları arasında anlamlı olarak bir farklılık g¼stermemektedir ($p = 0.081 > 0.05$). Erkek g¼reřilerin kadın g¼reřilere g¼re fiziksel saldırganlık puanları daha y¼ksektir.

Sporcu erkek ve kadınların liderlik puanları birbirlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık göstermektedir ($p=0.017<0.050$). Sporcu erkeklerin liderlik puanları kadın sporculardan daha büyüktür. Erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre dönüşümsel liderlik puanları daha yüksektir.

Yüksek özgüvene, vizyon ortaya koyma, izleyicilerine olan güven, onlardan yüksek performans beklentileri ile ilişkili fikirlerin açıklamaları ve kişisel risk üslenmeleridir karizmatik liderlerin en önemli özellikleridir (Varies ve ark., 1997).

Gürsoy (2005), istenç ve öz disiplinle birlikte özgüven, liderin hiçbir şey yapmamanın daha kolay olduğu durumlarda harekete geçmesini ve kendi adamlarına da aynı şekilde davranmaya ikna etmesini kolaylaştırır (Gürsoy, 2005).

Sporcu erkek ve kadınların zihinsel beceri puanları birbirlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir fakat erkek güreşçilerin mücadele planı daha yüksektir ($p=0.093>0.05$).

Sporcularda spora başlama yaşına göre zihinsel beceri ve toplam liderlik puanları açısından anlamlı olarak bir düzeyde farklılık göstermektedir ($p>0.05$). Sporcuların spora başlama yaşları zihinsel beceri ve liderlik toplam puanlarını etkilemiyor.

Sporcularda spora başlama yaşına göre saldırganlık toplam puanları arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık vardır ($p<0.05$). Sporcuların spora başlama yaşları saldırganlık toplam puanlarını etkiliyor. Saldırganlık puanı en yüksek olan grup 11-12 yaşında spora başlayanlardan oluşuyor.

Sporcularda spor yapma süresi saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik toplam puanlarını etkilemiyor ($p>0.05$).

Sporcularda baba eğitim düzeyi saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik toplam puanlarını etkilemiyor ($p>0.05$).

Sporcularda aylık gelir düzeyi saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik toplam puanlarını etkilemiyor ($p>0.05$).

Sporcularda günlük uyku saati düzeyi saldırganlık, zihinsel beceri ve liderlik toplam puanlarını etkilemiyor ($p>0.05$).

Cinsiyet ve saldırganlıkla ilgili çoğu araştırmalarda hem yurt içinde hem yurt dışındaa genellikle cinsiyete göre saldırganlık düzeylerinin değişebileceği ve erkeklerdeki saldırganlık düzeyinin yüksek olduğunu açıklamaktadırlar (Ceylan, 2012;

Sawrie ve ark., 1991; Tiryaki, 1996; Bettencourt ve Kernchan, 1997; Dikmen ve ark, 2011; Alp ve ark., 2014)

Öztürk (2015), katılan takım sporcuların cinsiyete göre toplam liderlik puanları incelendiğinde kadın katılımcıların puanlarının erkek katılımcılara oranla daha yüksek olduğu ve farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür. Bu bizim çalışmamıza zıt olarak geçmiştir (Öztürk, 2015).

Özmutlu (2008), beden eğitimi öğrencilerin liderlik ve yaratıcılık özelliklerinin konu alan çalışmasında: araştırma grubunun liderlik alt boyutundan yapısalçı çerçeve alt boyutunda anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. Fakat ortalama değerlerinde; erkeklerin yapısalçı çerçeve düzeylerinin ortalaması ($X = 31,6860$), kız öğrencilerin yapısalçı çerçeve düzeylerinin ortalaması ise ($X = 31,5108$)'dir. Bu sonuçlar göre; erkekler kız öğrencilere göre yapısalçı çerçeve düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Cinsiyet değişkenine göre; araştırma grubunun insan kaynakları boyutundan çerçevesi arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmamıştır ($p > 0,05$). Fakat diğer ortalama değerlere baktığımızda; İnsan kaynakları çerçevesinin ortalaması erkek öğrencilerde ($X = 32,6280$), kız öğrencilerin insan kaynakları çerçevesinin ortalaması ise ($X = 32,4245$)'dir. Bu sonuçlar bize; erkekler kızlara göre kişiler arasındaki iletişimin yönünün daha güçlü olduğunu göstermektedir.

Yücel (2011), orta öğretim (lise) kurumlarında eğitim gören, spor yapan ve sedanter öğrencilerin liderlik özelliklerini konu alan araştırmasında katılan bireylerin cinsiyet değişkenine göre dönüşümcü liderlik puan ortalamalarına baktığında grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulmuştur. Ortalamalar arasındaki farka göre, erkeklerin dönüşümcü liderlik puanları, kızların dönüşümcü liderlik puanlarından daha yüksektir. Bu çalışma bizim yaptığımız çalışma ile paralellik göstermektedir (Yücel, 2011).

Serhat, (2015) takım ve bireysel sporu yapan sporcular ile sedanterlerin duygusal zeka ve liderlik özelliklerini konu alan çalışmasında araştırmaya katılan grupların cinsiyete göre, duygusal zekâ ve liderlik puanları incelendiğinde kadınların puanları, erkek katılımcılardan oranla daha yüksek olduğuna ulaşılmıştır. Erkeklerin girişkenlik ve saldırganlık, kadınların ise duygusal ve itaatkar oldukları sonucuna varılmıştır (Serhat, 2015).

Ceylan (2012), Besyo öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi isimli çalışmanın sonuçlarına göre, erkeklerin saldırganlık düzeyi kadın katılımcılardan daha yüksek olduğu çıkmıştır (Ceylan, 2012).

Çoğu araştırmalara göre spor yapanların daha çok saldırgan oldukları bulgusuna ulaşılmıştır (Kuzgun, 1995; Tiryaki ,1996; Nixon, 1997)

Güler (2015), farklı branşlarda spor yapan bireylerin mental yeteneklerinin değerlendirilmesi isimli çalışmasında evlilik değişkeni dikkate alınarak yapılan araştırma sonucunda evli katılımcılarla bekar katılımcıların vermiş oldukları cevaplar arasında hiçbir alt boyutta istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamıştır.

Karakuzulu (2018), “Savunma ve dövüş sporları yapan sporcular ile diğer bireysel sporları yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin incelenmesi” isimli; erkeklerin kadınlara göre edilgen saldırganlık ve genel saldırganlık eğilimlerin daha yüksek olduğu bulunmuştur (karakuzulu, 2018).

Okyaz (2017), 18-24 yaş arası taekwondo ve yüzme sporu ile uğraşan gençlerin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi amaçlı yaptığı çalışmasında erkek sporcuların saldırganlık ortalamasını yüksek bulmuş ve erkelerin saldırıya daha eğilimli olduğu sonucunu bulmuştur (Okyaz, 2017).

Başka bir çalışmada yaş ve spor yaşı gruplarında saldırganlık düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olmadığı ancak saldırganlığın öğrenilebilir bir davranış olmasına dikkat çekmiştir (Galata, 2017).

Karabulut (2013), yaptığı çalışmasında spor yapma yılı değişkeni açısından saldırganlık sonuçları incelediğinde hokey sporuyla ilgilenen 1-4 yıl olan sporcuların yıkıcı saldırganlık alt boyutları diğer iki gruba göre daha düşük olduğu, edilgen saldırganlık alt boyutunda 1-4 yıl olanlar diğer iki gruba göre daha düşük puan elde ettiklerine rastlanmıştır. Bu bağlamda spor yapma yılı arttıkça yıkıcı ve edilgen saldırganlık puanlarının da arttığı görülmektedir (Karabulut, 2013). Bizim yaptığımız çalışmada anlamlı sonuçlara rastlanmamıştır.

Beşkat (2016), yaptığı çalışmada saldırganlık ve şiddet ölçeği baba eğitim durumuna göre puanlarının anlamlı farklılık olmadığını elde edilmiştir (Beşkat, 2016).

Litratürleri incelendiğimizde baba eğitim düzeyinin tek başına belirleyici bir değişken olmadığı görülmektedir.

Şenyüzlü (2013), “Üniversite öğrencilerinde spora katılımın saldırgan davranışlar üzerine etkilerinin incelenmesi” adlı çalışmasında yaş, ebeveyn eğitim düzeyi ve aile aylık gelir durumlarına göre genel saldırganlıklarının farklılık olmadığını bulunmuştur (Şenyüzlü, 2013).

Sezan (2016), üniversite öğrencilerinin öfke ifade tarzlarını spor yapıp yapmamalarını konu alan çalışmasında kardeş sayısı, cinsiyet ve anne-baba eğitim düzeyi ile sürekli ve öfke tarzı boyutları arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir (Sezan, 2016).

Kuruoğlu (2009), baba eğitim düzeyi ile öfke ifade tarzları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna varmıştır.

Altuntaş (2012), ergenler üzerinde yaptığı bir çalışmada baba eğitim düzeyi ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanamamıştır.

Özdemir (2017), yaptıkları çalışmada; voleybol oynayanların eğitim durumu düşüğe yıkıcı ve edilgen saldırganlıklarının arttığını gözlemlemişlerdir.

Grekoromen ve serbest stil güreşçilerin zihinsel beceri puanları istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık bulunmuştur ($p=0,035<0,050$). Serbest stil güreşçilerin zihinsel beceri puanları daha yüksektir. Ayrıca grekoromen ve serbest stil güreşçilerin saldırganlık ve liderlik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Yıldız, Genç, U23 ve A takım düzeyinde spor yapanların zihinsel beceri, saldırganlık ve liderlik puanları istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde ilişkiler bulunmamıştır ($p>0,05$). Yani güreşçilerin spor yaptıkları düzeyler zihinsel beceri, saldırganlık ve liderlik puanlarını etkilememektedir.

Kadın ve erkek güreşçilerin liderlik puanları istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık bulunmuştur ($p=0,017<0,050$). Erkek güreşçilerin liderlik puanları daha yüksektir. Ayrıca kadın ve erkek güreşçilerin zihinsel beceri ve saldırganlık puanları istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Tablo 18’den itibaren saldırganlık, liderlik ve zihinsel becerilerin alt boyutlarının arasındaki farklılıklara bakılmıştır. Sporcularda saldırganlık alt boyutlarının bazı zihinsel beceri alt boyutlarının arasında anlamlı bir farklılık vardır.

Düşmanlık ile fiziksel, öfke ve sözel saldırganlık arasında 0.597, 0.652, 0.654 lük sırasıyla istatistiksel olarak anlamlı/önemli bir ilişki var. Fiziksel, öfke ve sözel saldırganlık arttıkça düşmanlık da artıyor.

Korku alt boyutu ile düşmanlık, fiziksel, öfke ve sözel saldırganlık alt boyutları arasında sırasıyla 0.537, 0.344, 0.427, 0.311 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli bir ilişki var. Korku arttıkça saldırganlığın tüm alt boyutları da artıyor.

Stres kontrolü alt boyutu ile düşmanlık, fiziksel, öfke ve sözel saldırganlık alt boyutları arasında sırasıyla 0.653, 0.445, 0.555, 0.442 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli bir ilişki var. Stres kontrolü arttıkça saldırganlığın tüm alt boyutları da artıyor.

Fiziksel saldırganlıkla öfke arasında 0.832 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var.

Mücadele planı ile fiziksel saldırganlık alt boyutları arasında 0.214 lük istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Fiziksel saldırganlık arttıkça mücadele planı puanı da artıyor.

Mücadele planı ile özgüven alt boyutu arasında 0.590 lük istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Özgüven arttıkça mücadele planı puanı da artıyor.

Güreşçilerde liderlik alt boyutlarının bazı zihinsel beceri alt boyutlarının anlamlı bir farklılık vardır. Karizmatik liderlik ile dönüşümsel liderlik birbirlerini en çok etkiliyor. Aralarında 0.745 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Biri artınca diğeri de artıyor.

Mücadele planı sırasıyla yapıya yönelik, insana yönelik, dönüşümsel ve karizmatik liderlik alt boyutlarını etkilemektedir. Bu alt boyutların arasında sırasıyla 0.387, 0.345, 0.446, 0.416 lük istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Mücadele planı arttıkça liderlik de artıyor.

Hedef belirleme sırasıyla yapıya yönelik, insana yönelik, dönüşümsel ve karizmatik liderlik alt boyutlarını etkilemektedir. Bu alt boyutların arasında sırasıyla 0.300, 0.375, 0.342, 0.299 luk istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Hedef belirleme arttıkça liderlik de artıyor.

Özgüven sırasıyla yapıya yönelik, insana yönelik, dönüşümsel ve karizmatik liderlik alt boyutlarını etkilemektedir. Bu alt boyutların arasında sırasıyla 0.315, 0.472,

0.349, 0.308 lik istatistiksel olarak anlamlı/önemli kuvvetli bir ilişki var. Özgüven arttıkça liderlik de artıyor.

Özgüven en çok hedef belirlemeyi etkilemektedir. Aralarında 0.788 lik istatistiksel olarak önemli/anlamlı bir ilişki vardır. Özgüven arttıkça hedef belirleme de artıyor.

Güreşçilerin saldırganlık ve zihinsel beceri alt boyutlarında stile göre anlamlı bir ilişki var. Greko-romen ve Serbest stilde güreş yapan sporcuların öfke alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve önemli bir düzeyde farklılık bulunmuştur ($p=0.044<0.050$). Serbest stilde güreşenlerin grekoromen stilde güreşenlere göre öfke puanları daha yüksektir.

Greko-romen ve Serbest stilde güreş yapan sporcuların stres kontrolü alt boyutu puanları istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık bulunmuştur ($p=0.001<0.050$). Serbest stilde güreşenlerin Greko-romen stilde güreşenlere göre stres kontrolü puanları daha yüksektir.

Greko-romen ve Serbest stilde güreş yapan sporcuların odaklanma alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı/önemli bir farklılık vardır ($p=0.029<0.050$). Serbest stilde güreşenlerin Greko-romen stilde güreşenlere göre stres kontrolü puanları daha yüksektir.

Greko-romen ve Serbest stilde güreş yapan sporcuların yeniden odaklanma alt boyutu puanları arasında istatistiksel düzeyde anlamlı/önemli bir farklılık vardır ($p=0.015<0.050$). Serbest stilde güreşenlerin Greko-romen stilde güreşenlere göre yeniden odaklanma puanları daha yüksektir.

Greko-romen ve Serbest stilde güreş yapan sporcuların korku alt boyutu puanları istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık bulunmuştur ($p=0.007<0.050$). Serbest stilde güreşenlerin Greko-romen stilde güreşenlere göre korku puanları daha yüksektir.

Diğer alt boyutlarda güreş yapılan stil açısından herhangi bir farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Güreşçilerde saldırganlık alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı bir ilişki vardır. Kadın ve erkek güreşçilerin fiziksel saldırganlık alt boyutu puanları istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde ilişki bulunmuştur ($p=0.018<0.050$). Erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre fiziksel saldırganlık puanları daha yüksektir.

Kadın ve erkek güreşçilerin dönüşümsel liderlik alt boyutu puanları istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde ilişki bulunmuştur ($p=0.045<0.050$). Erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre dönüşümsel liderlik puanları daha yüksektir.

Kadın ve erkek güreşçilerin Mücadele Planı alt boyutu puanları istatistiksel olarak anlamlı ve önemli bir düzeyde farklılık bulunmuştur ($p=0.017<0.050$). Erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre mücadele planı alt boyut puanları daha yüksektir.

Diğer alt boyutlarda güreş yapılan cinsiyet açısından herhangi bir farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Güreşçilerde stres kontrolü alt boyutun düzene göre anlamlı bir farklılık vardır. Güreşçilerin spor yaptıkları düzeylere göre stres kontrolü puanları birbirinden farklılaşmaktadır. Yani stres kontrolü puanları güreş yapılan düzeye göre değişmektedir ($p=0.014<0.05$).

Diğer tüm alt boyutlarda güreş yapılan düzey açısından anlamlı olarak bir düzeyde ilişkiler göstermemektedir ($p>0.05$).

Güreşçilerde düzeylerin karşılaştırılması göre anlamlı bir farklılık vardır. A takım düzeyinde güreş yapanların stres kontrolü puanları en düşük olup daha sonra sırasıyla u23, genç ve yıldız düzeyleri gelmektedir. Bu düzeylerde spor yapanların her birinde stres kontrolü puanı istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde diğerinden farklılık göstermektedir ($p<0.05$).

Litratöre baktığımızda maalesef Greko-romen ve Serbest stile yönelik kapsamlı ve kullanılması konusunda ele alınmış çalışmalar yok denecek kadar azdır. Ancak ele alındığı bazı çalışmalarda, ağırlıkla demografik özellikler konu edilmiştir.

Shah (2011), erkek ve kadın elit güreşçiler arasındaki psikolojik açıdan karşılaştırma isimli çalışmasında kadın ve erkek elit güreşçilerin iztirab ve kendine güven alt boyutlarında anlamlı bir fark bulunamadı (Shah, 2011).

Sosyal ve kültürel değerlerle biyolojik faktörlere bakıldığında, erkeklerin saldırganlığa eğilimli oldukları ve aynı zamanda saldırılara daha fazla hedef oldukları kadınlara göre daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır. Biyolojik faktörler, saldırganlığı hormonal olarak etkilemektedir (Şahin, 2003). Erkekler yoğun bir şekilde fiziksel saldırganlığa başvururken; kadınlar ise daha çok sözel saldırganlığa başvurmaktadır (Lerner, 1993). Bizim yaptığımız çalışmada ise aynen yukarıda geçtiği gibi erkeklerin daha çok fiziksel saldırganlığa başvurduklarının kanaatindeyiz.

Azaiez ve ark (2013), üst düzey sporcuların zihinsel becerilerinin değerlendirilmesi isimli çalışmasında: Güreş, boks, jodu ve karate sporcular örneği isimli çalışmasında, aktiviteler arasındaki tüm zihinsel beceriler için ortalama farklılıklarında anlamlı bir fark bulunamadı. Buna rağmen ortalamalardaki fark, cinsiyete göre zihinsel becerinin analizinde sadece korku kontrolü için önem taşımaktadır (Azaiez ve ark, 2013).

Rezai, (2016) Farklı ağırlık gruplarında elit serbest ve grekoromen güreşçiler arasında stres baş etme stratejilerinin karşılaştırılması isimli çalışmada iki grup arasında stresle başa çıkmak alt boyutlarında anlamlı bir sonuca ulaşılmamıştır (Rezai, 2016).

Tazegülü ve Sancaklı (2012), Güreşçilerin saldırganlık düzeylerinin sosyo-demografik açıdan incelenmesi isimli çalışmasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık saptanamamıştır (Tazegülü ve Sancaklı, 2012).

Pamela ve ark. (1979), “Güreşçilerin psikolojik özellikleri” isimli çalışmasında psikolojik faktörlerden herhangi birinin aslında elit güreşçilerde anlamlı bir fark bulunmadığı ama sonuçlar daha yakın inceleme gerektirecek özel psikolojik boyutlar önermektedir (Pamela ve ark., 1979).

Koruç (2004), maç veya antrenman sırasında zihinsel beceri, yapılan bir hareketin olumlu veya olumsuz durumlara karşı düşüncenin pratik olmaksızın hedefli ve yoğun bir biçimde zihinsel canlandırma olarak ifade edilebilir. Bilinçle yapılan bir hareket esnasında vücut beyin tarafından verilen emirlere uymaya mecburdur. Başka bir ifade ile zihinsel beceri, sporcunun maç esnasında karşılaşacağı durumlar karşısında hazırlıklı beklemekten ibarettir (Koruç, 2004).

Nicholls ve ark. (2009), erkeklerin zihinsel dayanıklılık becerileri kadınlara göre daha yüksek olduğunu ve özgüven ve kaygı konusunda düşük puan alan kadınlar bildirmiştir (Nicholls ve ark, 2009).

Georgiy ve ark. (2009), elit güreşçilerde motivasyon ve psikolojik durum isimli çalışmasına motivasyonunun yüksek olduğu güreşçilerde göreceli rahatlık, harekete geçme, ilerleme ve destek bulma durumları yüksek olduğu tespit edilmiştir ve aynı zamanda motivasyonu az olan güreşçilerin, kabiliyette azalma ve rahatsızlığın ortaya çıkması ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Georgiy ve ark., 2009).

Güler (2015), “Farklı branşlarda spor yapan bireylerin mental yeteneklerinin değerlendirilmesi” isimli çalışmasında farklı branşlardaki aktif sporcuların mental yetenek düzeylerinin, yaş, spor türü, temas düzeyi, spor düzeyi ve spor yaşı değişkenleri ile tüm mental yetenek boyutları arasında anlamlı farklılık vardır. Bu doğrultuda farklı branşlardaki sporcuların mental yetenek düzeylerinin bu değişkenlere göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır (Güler, 2015).

Gil ve ark. (2015), yaptıkları bir çalışmada elit düzeyde erkek ve kadın güreşçilerde kendine güven puanlarının diğer amatör olan güreşçilerden daha fazla çıktığını belirlenmiştir (Gil ve ark., 2015).

Ersoy ve ark. (2012), güreşçilerin saldırganlık düzeylerinin sosyo-demografik açıdan inceleyen çalışmalarında değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Ersoy ve ark., 2012).

Scharf (2000), yaptığı çalışmada cinsiyet ile saldırganlığı karşılaştırmıştır. Araştırma sonucunda sözel saldırganlıkta cinsiyetler arasında fark bulamazken, fiziksel saldırganlığa daha çok erkeklerin başvurduğu sonucunu bulmuştur (Scharf, 2000).

Anılır (2007), Basketbol Antrenörleri üzerine yaptığı çalışmada; antrenörlerin eğitim düzeyleri ile göstermiş oldukları liderlik özellikleri arasında anlamlı bir fark bulunmadığı bulmuştur (Anılır, 2007).

Basoglu (2006), Askeri lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada bireysel sporla uğraşan öğrencilerin dönüşümsel liderlik özelliklerini yoğun olarak yansıttıklarını vurgulamaktadır (Basoglu, 2006).

Hall ve ark. (1980), farklı spor branşlarında zihinsel beceri kullanımlarını konu alan çalışmada, 381 sporcunun farklı branş dallarından katıldığı bu araştırma sonucunda motivasyonel fonksiyonu açısından sporcuların antrenmanlardan ziyade, yarışmalarda zihinsel beceri yöntemine daha fazla başvurduklarını gösterilmiştir. Bu bağlamda zihinsel antrenmanların kullanımı ile farklı değişkenler arasındaki ilişki de son zamanlarda popüler araştırmaların arasında yer almıştır (Hall ve ark., 1980).

Yapılan bir çalışmada zihinsel beceri anket yardımıyla (imagery use questionnaire) farklı spor dallarında spor yapan 381 bireyin zihinsel beceri kullanımlarını incelenmeye alınmıştır. Bu araştırmanın sonucunda sporcular motivasyon açısından antrenmanlardan ziyade, yarışmalarda zihinsel beceri yöntemini daha fazla kullandıklarını gösterilmiştir. Bu bağlamda zihinsel antrenman yardımıyla farklı

değişkenler arasındaki farkı da son zamanlarda en çok yapılan çalışmalar arasında yer almıştır (Hall ve ark., 1980).

Brezilyada elit düzeyde voleybolcuların üzerinde yapılan bir çalışmada sporcular maç sırası ve öncesinde performanslarında olumlu gelişme sağlamaya yönelik psikolojik faktörlerini dengelemeye çalıştıkları ve buna bağlı olarak zihinsel becerilerini geliştirmeye yönelik çalışmalar yaptıkları ortaya koyulmuştur (Deschamps ve Rose, 2003).

Güler (2015), çalışmasında Türkiye'nin çeşitli bölgelerinde aktif olarak spor yapan sporcuların zihinsel antrenman düzeylerinin ve tekniklerinin değerlendirmesi için çalışmaya elit düzeyde farklı branşlarda spor türleri ile ilgilenen 116 kadın, 224 erkek olmak üzere toplam 340 lisanslı sporcu gönüllü katılmıştır. farklı branşlardaki aktif sporcuların mental yetenek düzeylerinin, yaş, spor türü, temas düzeyi, spor düzeyi ve spor yaşı değişkenleri ile tüm zihinsel yetenek boyutları arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Cinsiyet medeni durum ve eğitim değişkenine göre katılımcılar arasında mental yetenek düzeyleri alt boyutları açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamadı. Yaş ve spor yaşı değişkenine göre sporcuların mental yetenek tüm alt boyutlarda anlamlı farklar tespit edilmiştir (Güler, 2015). Bu çalışma kısmen bizim yaptığımız paralellik göstermektedir.

Magnúsdóttir (2017), elit düzeyde sporcuların Olimpiyat oyunlarından önce zihinsel yetenek ve stres faktörlerini konu alan çalışmasında 8 farklı spor dalından 16-45 yaş arası toplam 33 elit düzeyde sporculara ulaşmıştır. İki farklı gruba ayrılan deneklere, olimpiyat oyunlarına hak kazanan (N=11) ve hak kazanmayan (N=22) bireyler olarak Omsat 3 ölçeği ve stres ölçeği uygulamıştır. Çalışma sonucunda Olimpiyat oyunlarına hak kazanan sporcuların zihinsel beceri puanlarının yüksek olduğu ve stres düzeylerinin az olduğu saptanmıştır ve iki grup arasında önemli bir ilişkiye rastlanmamıştır. Bu durumda, elit düzeyde sporcular için zihinsel becerilerin önemini daha da vurgulayabiliriz. Bu çalışma bizim yaptığımız çalışmayı kısmen desteklemektedir (Magnúsdóttir, 2017).

Sporcu, sporculuk kariyerin en yüksek noktasına ulaştığı zaman onunla beraber baskıda artmaktadır ve bu baskı bunaltıcı olarak strese yol açmaktadır. Hem zihinsel hem de fiziksel hazırlığa odaklanan sporcuların, baskı altında kırılma olasılığı sadece

fiziksel becerilere odaklanan sporculardan daha az olduğu görülmüştür (Gould ve ark., 2002).

Zihinsel becerilerin spor başarının üzerindeki önemini çoğu araştırmacılar tarafından ortaya konmuştur (Gould ve ark., 1992; Gould ve ark., 1993; Gould, Jackson ve Finch, 1993; Mahoney ve ark., 1987; Orlick, 2008; Orlick ve Partington, 1988; Salmela ve ark., 2009).

Elit düzeyde spor yapan sporcular bağlı oldukları camianın beklentilerin karşılamak için büyük bir sorumluluk içersindedir. Sporcu antrenmanların yoğunluğu, hırs, sıklığı ve kendine zaman ayırmama sebebiyle takım içerisindeki bazı agresif hareketler ve anlaşmazlıklarla karşı karşıya kalmaktadır. Bu durumda sporcuların saldırganlık düzeylerinde olumsuz yönde etkiler bırakabilir. Bazen bu agresif hareketler fiziksel ve ya sözel olarak ortaya çıkabilir. Bu zihinsel yorgunluk sporcuların günlük yaşamlarında da psikolojik olarak olumsuz yönde etki gösterdiği söylenebilir. Sporcuların zihinsel yetenek düzeyleri düşük olması, maç stresi, hata yapma korkusu da etki etmiş olabilir. Sporun bireye kazandırdığı olumlu psikolojik durumların yanı sıra, yüksek derecede beklentiler, başarısızlıklar, uyumsuzluk, antrenörle yaşanan anlaşmazlıklar bireyde olumsuz davranışlarının oluşmasına neden olabileceği düşünülmektedir.

Sporcu grubun liderlik ve zihinsel yetenek puanlarının yüksek olması, güreşçi grubun kendi sorumlu olduğu alan çerçevesinde daha çok stres reaksiyonu, odaklanma, zihinde canlandırma, hedef belirleme, karizmatik liderlik ve dönüşümsel liderliğin üst düzeyde olması, bu grubun puanlarının yüksek olmasını sağlayabilir. Yinde sporcu grubundaki bireylerin maruz kaldığı, korku, öfke, stres ve heyecan kontrol etme ve denetleyen bir mekanizmanın olmaması bu grubun saldırganlık puanlarını olumsuz bir yönde etkiliyor olabilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmanın bu bölümünde, elde ettiğimiz bulgulara dayanarak sonuç ve önerilere yer verilmiştir. Bu çalışma Türkiye'de elit erkek ve kadın güreşçiler ile spor yapmayan bireylerin zihinsel yetenek, liderlik ve saldırganlık özelliklerini incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yapılan bu çalışma doğrultusunda: 18-20 yaşındaki sporcuların sedanterlere göre saldırganlık ve liderlik puanları daha yüksek oldukları, 20-22 yaşındaki sporcuların sedanterlere göre liderlik ve saldırganlık puanları daha yüksek oldukları, sporcu kadın ve erkek, sedanterlere göre saldırganlık ve liderlik puanları daha yüksek oldukları, baba eğitim düzeyi ilkokul olan sporcuların liderlik puanları sedanterlere göre daha yüksek oldukları, baba eğitim düzeyi ortaokul olan sporcuların saldırganlık puanları sedanterlere göre daha yüksek oldukları, baba eğitim düzeyi ortaokul olan sporcuların liderlik puanları sedanterlere göre daha yüksek oldukları, baba eğitim düzeyi lise olan sporcuların saldırganlık puanları sedanterlere daha yüksek oldukları, gelir düzeyi 1000 tl den az olan sporcuların saldırganlık puanları aynı gelir düzeyine sahip sedanterlere göre daha yüksek oldukları, gelir düzeyi 1000 tl den az olan sporcuların liderlik puanları aynı gelir düzeyine sahip sedanterlere göre daha yüksek oldukları, gelir düzeyi 1000-2000 tl olan sporcuların saldırganlık puanları aynı gelir düzeyine sahip sedanterlere göre daha yüksek oldukları, gelir düzeyi 1000-2000 tlı olan sporcuların liderlik puanları aynı gelir düzeyine sahip sedanterlere göre daha yüksek oldukları, gelir düzeyi 2000-3000 tl olan sporcuların saldırganlık puanları aynı gelir düzeyine sahip sedanterlere göre daha yüksek oldukları, üç kardeş sahibi sporcuların hem saldırganlık hem de liderlik puanları sedanterlere göre daha yüksek oldukları, iki kardeş sahibi sporcuların saldırganlık puanları sedanterlere göre daha yüksek oldukları, beş kardeş sahibi sporcuların saldırganlık puanları sedanterlere göre daha yüksek oldukları, Sporcuların hem saldırganlık hem de liderlik puanları sedanterlerden daha yüksek oldukları, büyükşehirde yaşayan sporcuların hem saldırganlık hem de liderlik puanları sedanterlerden daha yüksek oldukları, şehir de yaşayan sporcuların hem saldırganlık hem de liderlik puanları sedanterlerden daha yüksek oldukları, toplam sporcuların saldırganlık ve liderlik puanları sedanterlerden daha yüksek oldukları, sporcu erkeklerin zihinsel beceri puanları kadın sporculardan daha yüksek oldukları, erkek sporcuların dönüşümsel liderlik puanları daha yüksek oldukları, serbest stil güreşen güreşçilerin

zihinsel beceri puanları Greko-romen güreşçilerinden daha yüksek oldukları, erkek güreşçiler kadınlara göre liderlik puanları daha yüksek oldukları, Serbest stilde güreşenlerin Greko-romen stilde güreşenlere göre öfke puanları daha yüksek oldukları, Serbest stilde güreşenlerin Greko-romen stilde güreşenlere göre stres kontrolü puanları daha yüksek oldukları, Serbest stilde güreşenlerin Greko-romen stilde güreşenlere göre yeniden odaklanma puanları daha yüksek oldukları, Serbest stilde güreşenlerin Greko-romen stilde güreşenlere göre korku puanları daha yüksek oldukları, gözlemlenmiştir.

Sonuç olarak, Spor, bireylerde öfke ve saldırganlığı kontrol edebilme ve doğru bir yönde yönetmelerinde yardımcı olabilecek bir etkidir. ancak bazı spor psikologları saldırganlığın performansı artırabileceğini ileri sürmektedir. Genel anlamda, yaşam koşullarında veya grup dinamikleri ile bağlantılı olarak saldırganlığın, olumlu bir rolü yoktur. Ama spor müsabakalarına gelince, saldırganlık olumlu bir role sahiptir. Örneğin bir önemli müsabakada, sporcu rakibine karşı şiddetli bir saldırıya başvurarak geri kalan yarışma boyunca avantaj sağlayabilmektedir (Kumar ve Chouhan 2016). Bu durumda, sporcu kazanmaya kararlıysa duygularını kontrol altına alması önemlidir. Bu yüzden elit düzeyde spor yapanlarda saldırganlık düzeylerinin daha fazla olduğu düşünülebilir

Spor özgüven yaratarak liderliğin daha etkili bir çıkış noktası varılmasında yardımcı olarak her zamankinden daha önemli ve değerlidir. Duygu ve ihtiyaçlarını anladığı insan kaynağını yüksek ve mutlu bir performansa yönlendirir. Sporcularda zihinsel faktörlerin ortaya çıkması, yeteneksel ve becerisel tekniklerin eğitilmesi ile mümkündür. Sporcunun performansını yükseltme ve sürdürmesinde önemli bir güce sahip olan zihinsel antrenman psikolojik bir beceri olduğunu diyebiliriz. Psikolojik beceriler sporcuların performanslarını ne şekilde ve nasıl kullanacaklarını öğretmek hayati önem taşımaktadır. Bu antrenman tarzı sporcunun mümkün olan en iyi bilgisini kullanarak becerileri kazanması konusunda yardımcı olacaktır. Zihinsel antrenmanlar sayesinde sporcu antrenmanlarını tamamlayıp, performanslarının yükseltip ve daha verimli hale getirebilir. Fiziksel becerilerde olduğu gibi, zihinsel becerileri öğrenmesi ve uygulaması elit düzeyde sporcularda gereklidir.

Ericsson (2007) belirttiği gibi, beceri öğrenimi hedeflenmiş bir şekilde eğitilmişse eğer yaşam boyu sürmekte olan bir süreç haline gelecektir (Ericsson, 2007). Spor psikolojisi alanında liderlik, saldırganlık ve zihinsel yetenek kavramlarının çok iyi analiz edilmesi ve üzerinde sıklıkla çalışılması gerekmektedir. Bu kavramlar sporcuların

sporif performanslarının gelişimesinde ya spor yapmanın bu uç kavramın gelişimesinde mi etkiler gösterdiğini söyleyebilmemiz için elimizde yeterli olarak bilimsel sonuçlar bulunmamaktadır. Spor sahasında saldırganlık düzeyi çok fazla olan ve zihinsel yetenek düzeyleri az olan sporcular, spor branşlarında çok başarılı olmayabilir, öyle ki ma ve antrenman sırasında takım arkadaşlarıyla ve antrenörle yaşadığı en ufak problemliler telafisi mümkün olmayan davranışlar sergileyebilirler.

Zihinsel yetenek ve liderlik özellikleri yüksek olmayan bireylerin özellikle hırs ve mücadele gibi gerektiren branşlarda beklenmedik zamanda beklenmedik bir Şekilde yapacağı hareket ve ya saldırgan davranışlarla takımını ve kendini zor durumlarda bırakabilirler. Örneğin, bir üst düzey güreş müsabakasında, sporcu alakası olmayan bir davranış biçiminde ters bir hareketle centilmenlik dışı hareketler, yumruk atma, ısırma, tekme atma gibi hareketler ile oyundan diskalife olabilir. Özellikle Milli maçlarda ortak hedef doğrultusunda başarıya karşı odaklanma çok önemlidir. Bu ortak hedefe olaşmak için sporcuların uyum içerisinde olmaları gerekmektedir. Zihinsel ve liderlik yetenekleri düşük olan sporcuların arkadaşlarıyla bir uyum içerisinde olmayarak takımın moral, motivasyonunu ve başarısını olumsuz yönde etkiliyor olabilir. Bu amaçlar doğrultusunda yetenek seçiminde zihinsel beceri ve liderlik özelliklerinin dikkate alınması başarılı sporcuların yetişmesinde katkılar sağlayabilir.

Bu çalışmaya yönelik öneriler aşağıda sunulmuştur;

1. İlerde yapılacak olan çalışmalarda farklı ülkelerde elit düzeyde güreş yapan bireylerin dahil edilmesi fayda sağlayabilir.

2. Çalışma kapsamına alınan sporcu ve sedanterler farklı bölgelerde yaşayan, farklı demografik özelliklere sahip olmaları bu tür araştırmalarda fayda sağlayabilir.

3. Yeni çalışmalarda bireylerin uyku saati, eğitim düzeyi, sağlak ve solaklık, yaşadıkları blęe, haftalık antreman saati ve en önemlisi güreş stiller ve düzeyleri dahil edilmesi önerilmektedir.

4. İlerde yapılacak olan araştırmalarda Olimpiyat ve uluslararası düzeydeki elit sporcular dahil edilmesi önerilmektedir.

5. Farklı spor branşlarında elit düzeyde sporcuların, liderlik ve zihinsel beceri belirlemeye yönelik çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Bu araştırmadan hareketle spor yapan elit düzeyde ve yapmayan bireyler ve davranışlarına yönelik akademik çalışmaların derinleştirilmesi, çoğaltılması ve

sporcuların performansını psikolojik yönden etkileyen faktörleri daha iyi anlamak için katkı sağlayabilir.



KAYNAKLAR

- Ağlamaz T. Lise öğrencilerinin saldırganlık puanlarının kendini açma davranışı, okul türü, cinsiyet, sınıf düzeyi, anne-baba örgenim düzeyi ve ailenin aylık gelir düzeyi açısından incelenmesi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun, Yüksek Lisans Tezi, 2006; 20-30.
- Aktop A. Biyolojik geribildirimle zihinsel antrenman yönteminin dart performansına etkisinin incelenmesi. Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya, Doktora Tezi. 2008; 34.
- Aktepe K. Sporda zihinsel antrenmanın önemi ve ferdi milli sporcuların zihinsel antrenman bilgi ve uygulama düzeylerinin tespiti. Niğde Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Niğde, Doktora Tezi, 2006; 4-5.
- Aktepe K. Zihinsel antrenman. 2. Baskı. Ankara. Aydoğan Ofset. 1999.
- Allister MB, Schmid AP. "Theories of Terrorism", The Routledge Handbook of Terrorism Research, Alex P editor. New York, Schmid, Routledge. 2011; 201-271.
- Alpman C. Eğitim Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyunca Gelişimi. 3. Baskı, Ankara, Basın Yayın Ofset Matbaacılık. 2001; 36.
- Alptekin M. Kültür ve liderlik. Trabzon, Karadeniz Teknik Üniversitesi Offset Grubu, 1980: 25.
- Altuntaş G. Boşanmış ebeveynler ile boşanmamış ebeveynlerin lise birinci, ikinci, üçüncü sınıflarında okuyan çocuklarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzı, benlik saygısı ve anksiyete düzeylerinin karşılaştırılması. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, Yüksek Lisans Tezi. 2012; 25-26.
- Ankay AN. Ruh Sağlığı ve Davranış Bozuklukları. 1. Baskı. Ankara, Turhan Kitabevi. 1998; 120.
- Anshel MH. Sport Psychology, From Theory To Practise. Arizona Publishers Scottsdale.1990; 70-76.
- Acet M. Sporda Saldırganlık ve Şiddet. 1.Baskı. İstanbul, Morpa Kültür Yayınları. 2006; 20-23.
- Aral N. Ayhan A. İlköğretim okullarının sekizinci sınıfına devam eden çocukların saldırganlık eğilimlerinin incelenmesi. Çağdaş Eğitim Dergisi 2004; 17:18-24.
- Buss AH. Perry M. The Aggression Questionnaire. J Pers Soc Psych 1992; 63: 452-9.
- Başaran M. Güreşin Öğretim ve Antrenman Temelleri. 1.Baskı. Manisa, Manisa Gençlik ve Spor Akademisi Yayınları. 1982; 1-3

- Baran F. Zihinsel engelli çocukların motor beceri öğreniminde değişken uygulanmaların edinim transfer ve hatırlama süreçlerine etkisinin incelenmesi. Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya, Doktora tezi. 2012; 33-35
- Barut Y, Akdenk M. Saldırganlık. Çoşkun, H. Editör, Sosyal Psikoloji'de, 2.baskı İstanbul:Lisans Yayıncılık. 2015; 197-214.
- Başer E. Uygulamalı Spor Psikolojisi, 1.Baskı. Ankara, Milli Eğitim Gençlik ve Spor Basım Yayın. 1986; 185.
- Basoglu UD. Askeri liselerde eğitim öğretim gören takım sporu yapan, bireysel spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin liderlik özellikleri. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Yüksek Lisans Tezi. 2006; 23-25
- Baysal AC, Tekarslan E. Davranış Bilimleri. 2.Baskı. İstanbul, I.Ü İşletme Fakültesi Yayın. 1987; 146.
- Beşkat M. Futbol seyircilerinin empatik eğilimleri ile sporda saldırganlık ve şiddet düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Şanlıurfa ili örneği). Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Şanlıurfa, Yüksek Lisans Tezi. 2016; 85
- Bryman A. Charisma and Leadership in Organizations, Sage Publications, 3rd Ed, London. 1993;.56-58.
- Budak S. Psikoloji Sözlüğü. 1.Baskı. Ankara, Bilim ve Sanat Yayınları. 2001; 654.
- Burton, D. Goal Setting İn Sport. In R.N. Singer M, Murphey T, editors. Handbook of Researc On Sport, 6rd Ed., New York: Macmillan. 1993; 467-491.
- Buss AH, Durkee A. An inventory for assessing different kinds of hostility. Consult Psychology J 1957; 21(3):343-9.
- Can H. Organizasyon ve yönetim. 9. Baskı. Ankara. Siyasal Kitabevi. 2005; 10-19.
- Çelebi N. İşletmelerde Yönetici Geliştirme Konferansları. 3.Baskı. Üniversite Sanayi İşbirliği Yayını. 1987; 46
- Çelik V. Eğitimsel Liderlik. 2. Baskı. Ankara: Pegema Yayıncılık. 2000; 12-15.
- Chelladurai P, Imamura H, Yamaguchi Y, Oinuma Y, Miyauchi T. Sport leadership in a cross-national setting: The case of japanese and canadian universty athletes. Sport and Exercise Psychology J 1988; 21(10):374- 389.
- Cox RH. Sport Psychology. 1nd Ed. Iowa, Brown Press. 1985; 134-143.
- Cüceloglu D. İnsan ve Davranışı. 14.Baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi. 1993; 60.

- Daft R. Organization Theory and Design. 8th Ed. South Western. South-Western College. 2001; 114-126.
- Dankoff JK, Mahmut AK. Compendium of Turkit Dialect (Divan Lugat at- Turk), Part I, Harvard University Printing Office. 1982; 319-320.
- Demirtaş AM. Saldırganlık ölçeğinin turkce formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. Türk Psikiyatri Dergisi 2012;(23):1-5.
- Dereli M. A survey research of leadership styles of elementary school principles. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Bilimler Enstitüsü, Ankara, Yüksek Lisans Tezi. 2003.
- Dereli, T. Organizasyonlarda Davranış, 4.Baskı, İstanbul, Yayın Dağıtım. 1976; 221.
- Dervent F, Arslanoğlu E, Şenel Ö. Lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ve sportif aktivitelere katılımı ilişkisi (İstanbul ili örneği). Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi. 2010;7(1):521-533.
- Dervent F. Lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ve sportif aktivitelere katılımı ilişkisi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Yüksek Lisans Tezi, Ankara. 2007; 6-42.
- Dinçer Ö, Fidan Y. İşletme Yönetimi. 7.Baskı, İstanbul, Beta Yayınları. 1996; 26.
- Dindar AM. Liderlik Tarzları ve Bir Uygulama. Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul Technical University, İstanbul, Yüksek Lisans Tezi. 2001; 20-24.
- Deschamps SG ,ROSE JD. Psychological factors influencing performanse of high level volleyball players , XI European Congress Of Sport Psychology ,Copenhagen. 2003; 36.
- Duygu C. Çanakkale onsekiz mart üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksek okulu spor yöneticiliği bölümü besyo öğrencilerinin saldirganlik düzeylerinin incelenmesi. Çanakkale üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Çanakkale, Mezuniyet tezi. 2012; 40
- Duygu C. Besyo Öğrencilerinin Saldırganlik Düzeylerinin Incelenmesi. Onsekiz Mart Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Çanakkale, Yüksek Lisans tezi. 2012; 30-32
- Eagly A, Jhonson B. Gender and leadership style: a meta-analysis, psychological bulletin. American Psychological Association 1992;108(2):233-256.
- Efil İ. İşletmelerde Yönetim ve Organizasyon. 7.Baskı, Bursa, Uludağ Üniversitesi Güclendirme Vakfı. 2002;110.

- Efiliti E. Orta öğretim kurumlarında okuyan öğrencilerin saldırganlık, denetim odağı ve kişilik özelliklerinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya, Doktora tezi. 2006; 60-63.
- Erçetin ŞŞ. Lider Sarmalında Vizyon. 2.Baskı, Ankara, Nobel Yayın Dağıtım. 2000;1-21.
- Eren E. Yönetim ve Organizasyon. 4.Baskı, Ankara, İ.Ü. Yayınları. 1985;337- 357.
- Eren E. Stratejik yönetim ve işletme politikası. 2.Baskı, İstanbul, Beta Yayınları. 2001;54.
- Ergun T. Türk Kamu Yönetiminde Önderlik Davranışı, 6.Baskı, Ankara, Todaie Yayınları. 1991;7.
- Ericsson K A. (2007). Deliberate practice and te modifiability of body and mind: Toward a science of the structure and acquisition of expert and elite performance. *Int J Sport Psychology* 2007;38:1, 4-34.
- Eron LD. The development of aggressive behavior from the perspective of a developing behaviorism. *American Psychologist J* 1987;42 (5):435-442.
- Ersoy A, Tazegül Ü, Sancaklı H. Güreşçilerin saldırganlık düzeylerinin sosyo demografik açıdan incelenmesi (ankara örneği). *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 2012;9(1):385-397.
- Fletcher R, Dowell L .Selected personality of high-school athletes and non-athletes". *J of Psychology* 1971; 7(7):39-41.
- Freedman JL, Sears DO, Carlsmith JM. Sosyal Psikoloji. Dönmez H Editör,1. Baskı, Ankara:. İmge Kitabevi Yayınları. 2003;74.
- French J, Bertram H. Raven studies of social power ann arbor, institute for social behaviors and weapon carrying. *Health Education & Behavior* 1959;26(6);774-787.
- Fromm E. Freud Düşüncesinin Büyüklüğü ve Sınırları, Arıtan A. Editör, (çeviri) 'de 1.Baskı, İstanbul, Arıtan Yayınları. 1993; 99-100.
- Fromm E. Sevginin ve Şiddetin Kaynağı.İçten N, Salman Y Editör, (çeviri) 'de 6.Baskı, İstanbul, Payel Yayınları. 1990; 23.
- Galata MR. Sporcularda testosteron ve serotonin düzeyleri ve saldırganlık ilişkisi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun, Yüksek Lisans Tezi. 2017;71.
- Garza TR. Neurobiological factors in aggressive behavior. *Jornal of Hosp Community Psychiatry* 1994;45(3):690-9.

- Geçtan E. Çağdaş Yaşam ve Normaldışı Davranışlar 4.Baskı, İstanbul, Remzi Kitabevi. 1996;5.
- Gil RB, Ruiz GL, Gullón JL, Caravaca EC, Psychological skills and burnout in sports performance – an analysis of Olympic wrestling. *Science of Martial Arts* 2015; 11(6):81-87.
- Gill L, *Psychological Dynamics of Sport and Exercise*, 2th ed, USA, Human Kinetics. 2000;5
- Goffe R, Jones G. İnsanlar liderliğize ne diye gerek duysun? (N. El Hüseyini Çev.) *Riviev Dergisi* 1999; 18.
- Gould D, Dieffenbach K, Moffet A. Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *J Appl Sport Psychology* 2002;14, 172-204.
- Gould D, Eklund RC, Jackson SA. 1988 U.S. Olympic wrestling excellence: I. Mental preparation, precompetitive cognition, and affect. *Sport Psychologist* 1992;6(4):358–382.
- Gould D, Finch L M, Jackson SA. Coping strategies utilized by national champion figure skaters. *Re Q Exercise Sport* 1993; 64:453–468.
- Gould D, Jackson SA, Finch L M. Life at the top: The experience of U.S. national champion figure skaters. *The Sport Psychologist* 1993; 7: 354–374.
- Gökdemir K. Güreş Antrenmanının Bilimsel Temelleri. 2.Baskı, Ankara, Poyraz Ofset. 2000; 8.
- Güler MŞ. Farklı branşlarda spor yapan bireylerin mental yeteneklerinin değerlendirilmesi. Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, Yüksek Lisans Tezi. 2015;45-46.
- Gümüş A. Güreş Tarihi. Ankara, Türk Spor Vakfı Yayınları. 1988; 12-16.
- Gürsoy, A. Liderlikte duygusal zekâ (liderlik özellikleri ile duygusal zekâlı liderlere ulaşılması) Türk silahlı kuvvetlerinde örnek bir uygulama, Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Ensttüsü, Manisa, Yüksek Lisans Tezi. 2005; 20-22.
- Hafize Ş. Lise öğrencilerinde mükemmeliyetçilik ve saldırganlık ilişkisi. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Ensttüsü, İstanbul, Yüksek Lisans Tezi. 2011;72-73.
- Halis M, Şahin HM, Peñçe S, Şahin F, Koç S. Futbol takımı taraftarlarının şiddet ve saldırganlığa bakışlarına ilişkin bir araştırma. *Polis ve Sosyal Bilimler Dergisi* 2005;32(3):1-18.

- Hall CR, Rodgers WM. Enhancing coaching effectiveness in figure skating through a mental-skills training program. *Human Kinetics* 1980; 4(3):1-10.
- Hecker JE, Kaczor LM. Application of imaginary theory to sport psychology. *J Sport Exercise Psychology* 1988;10:363-373.
- Harris D, Williams J. Relaxation and energizing techniques for regulation of arousal in applied sport psychology. *Mayfield Publishing Company* 1993; 21:5-10.
- Hunger D, Wheelen T. *Strategic Management and Business Policy*. Tenth Edition, Prentice Hall. 2003; 21-22.
- İğrek MM, Karataş A. *Son Yüzyılda Türk Güreşi*, 1.Baskı, İstanbul, Step Ajans Matbaacılık Reklamcılık Hizmetleri. 2000; 19.
- İkizler C. Karagözoglu C. *Sporda Başarının Psikolojisi*, 4. Baskı, İstanbul, Alfa Basın Yayınları. 1999; 63.
- İkizler C. *Sporda Başarının Psikolojisi*. 2. Baskı, İstanbul, Alfa Basım Yayım. 1994; 26.
- İşler H, Alpay B. Türk spor tarihinde geleneksel aba-şalvar güreşlerimiz ve günümüzdeki durumunun araştırılması. Niğde Üniversitesi, Bilimsel ve Teknolojik Araştırmalar Projeleri Birimi, Niğde, Proje No: SOB 2001/008. 2003; 76-77.
- Kabak F. Ergenlerde spora katılımın saldırgan davranışlar üzerine etkilerinin incelenmesi. Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana Yüksek lisans tezi. 2009; 23.
- Karabulut EO. 16 yaş altı çim hokeyi sporcularının saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fak Dergisi* 2013;11(2) :139-147.
- Karagözoğlu C. *Sporda Psikolojik Destek*, 1. Baskı, İstanbul, Morpa Kültür Yayınları. 2005; 13.
- Karakuzulu E. Savunma ve dövüş sporları yapan sporcular gile diğer bireysel sporları yapan sporcuların saldırganlık düzeylerğnğn incelenmesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun, yüksek lisans tezi. 2018; 46.
- Kazmier LJ. *İşletme Yöntimi İlkeleri*. Cemil C. Editör. 3.Baskı, Ankara, Todaie Yayını. 1979; 306-307.
- Khan SK, Comparison between male and female elite wrestlers: a psychological study. *journal of education and practice, Physical Health & Sports Education*. 2011;2(4): 2222-1735.

- Kılınç F, Göral M, Acet M. Spor Bilimleri Terminolojisi, 2.Baskı Kütahya, Tuğra Ofset. 2000; 65.
- Kır KC. Patron ve profesyonel yöneticilerin liderlik tarzları. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, Yüksek Lisans Tezi. 1995;49.
- Kırımoğlu H, Parlak N, Dereceli Ç, Kepoğlu A. Lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin spora katılım düzeylerine göre incelemesi. Niğde Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2008; 2(2): 147-154.
- Koç Ş. Spor Psikolojisine Giriş. 6.Baskı, İzmir, Saray Kitapevleri. 1994; 149-165.
- Köknel Ö. Bireysel ve Toplumsal Açından Şiddet. 3. Baskı. İstanbul, Altın Kitaplar. 1996; 142-150.
- Köknel Ö. Kaygıdan Mutluluğa Kişilik. 1.Baskı, İstanbul, Altın KitaplarYayınevi. 1982: 50.
- Konter E. Bir Lider Olarak Antrenör. 2.Baskı. Ankara, Alfa Yayınevi. 1996 ; 102-105.
- Konter E. Spor Psikolojisi Uygulamalarında Yanılgılar ve Gerçekle. 1. Baskı, Ankara, Dokuz Eylül Yayınları. 2003; 7-37.
- Konter E. Uygulanmalı Spor Psikolojisinde Zihinsel Antrenman. 3. Baskı, İstanbul, Nobel Yayın Dağıtım. 2006; 54-57.
- Korkut F. İfade edici saldırganlık ölçeğinin (İSÖ) Türkçeye uyarlanması üzerine bir ön çalışma. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2002;2(23):48-53.
- Koruç Z, Bayar P. Kitle sporu ve spor psikolojisi. spor ahlaki ve spor felsefesine yeni yaklaşımlar sempozyumu, İstanbul Üniversitesi. 1990: 115- 118.
- Kozcu S. Saldırganlığın kuramsal analizi.izmir: Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, Seminer Dergisi İçinde 1985;4:171-181.
- Kumar V, Chouhan G S. A comparative study of anxiety and aggression between rural and urban players of udaipur division.TİJR. 2016; 2349-4867
- Kuru E, Var L. Futbol seyircilerinin spor alanlarındaki saldırganlık davranışları hakkında betimsel bir çalışma. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi 2009;10:141-153.
- Kuruoğlu D. Üniversite öğrencilerinin sürekli öfke düzeyleri, öfke ifade tarzları ile obsesif kompulsif semptomları arasındaki ilişki. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, Yüksek Lisans Tezi. 2009;56.

- Larwood L. Organizational Behavior and Management. 3rd Ed., Boston, Kent Publishment. 1984; 245-246.
- Locke E. The Essence of Leadership., 7th Ed., Lexington Books. 1999; 147-155, 166, 183-191.
- Martens R. Coaches Guide to Sport Psychology. Illinois: Human Kinetics Publishers. 1987: 33-47.
- Martin KA, Moritz SE , Hall CR. İmagery use in sport. aliterature review and applied model, Human Kinetics 1999;13(2):245-268.
- Martin RA, Jose MA. Justification of aggression in severalasian and european countries with different religious and cultural background. İJBD 2000;51:9-15.
- Mahoney MJ, Gabriel T J, Perkins T S. Psychological skills and exceptional athletic performance. The Sport Psychologist 1987; 1: 189-199.
- Rezai M, Farklı ağırlık gruplarında elit serbest ve grekoromen güreşçiler arasında stresle baş etmek. Beden Eğitimi ve Spor Gelişmeler İkinci Ulusal Kongresi, Chabahar, Özet Kitabı. 2016; 24.
- Mngomezulu BR. “What makes terrorism special in africa?”, African Renaissance. 2015;12(1):27-46.
- Magnúsdóttir M. Athletes mental skills and stress factors:in the preparation of competing at the olympic games. Reykjavik University, Hafrún Kristjándsdóttir, Iceland, Master of Science Degree. 2017; 4-5.
- Miotto P, Coppi M, Frezza M, Petretto D. Eating disorders and aggressiveness among adolescents. Jornal of Acta Psychiatrica Scandinavica 2003;108:183-189.
- Murphy SM, Jowdy DP. Imagery And Mental Practice. Horn TS, editors. 2nd Ed, Champaign, Advance İn Sport Psychology IL: Human Kinetics 1992; 221-250.
- Nicholls AR, Polman RC, Levy AR, Backhouse SH. Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type. Personality & Individual Differences 2009;47(02):73-75.
- Nideffer RM, Sagal M. Concentration And Attention Control. Williams JM editors. 3rd Ed., California, Applied Sport Psychology: Personal Growth To Peak Performance Mountainview. 1998; 296-315.
- Okyaz B. 18-24 yaş arası teakwondo ve yüzme sporu ile uğraşan gençlerin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş ,Yüksek Lisans Tezi. 2017;46.

- Olton DD, Noonberg AR. Biofeedback, Clinical Application In Behavioral Science. Practice Hall. 1980; 4-5.
- Orpinas P, Murray N, Kelder S. Parental influences on students'aggressive behaviors and weapon carrying. Health Education & Behavior 1999;26(6):774-787.
- Orlick T. The Psychology of Personal Excellence. Contemporary Thought On Performance Enhancement 1992;1:109-122.
- Orlick T. In pursuit of excellence. 4th Ed. Champaign, IL: Human Kinetics. 2008.
- Özbey S. Alisinanoğlu F. Okul öncesi eğitim gören 60–72 aylık çocukların problem davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi 2009;2(6):373-38.
- Orlick T, Partington J. Mental links to excellence. The Sport Psychologist 1988; 2: 105–130.
- Özdemir N, Abakay U. Kadın voleybol ve futbolcularda iletişim becerileri ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi 2017; 2(1):41-52.
- Özdemir S. Uçucu madde kullanımı ve şiddet. Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, Yüksek Lisans Tezi. 2001.53-55.
- Özmutlu İ. Beden eğitimi ve spor yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin liderlik ve yaratıcılık özelliklerinin karşılaştırılması. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Yüksek Lisans Tezi. 2008; 86.
- Paul B, Marie S. An exploration of aggressive and prosocial behavior subtypes in adolescence. Journal of Youth and Adolescence 2005;31: 99-199.
- Pekgirgin I. İnsanlar-neden-saldırganlasir.
<http://www.yenimarmaragazetesi.com/insanlar-neden-saldırganlasir--247596>.
Erişi tarihi : 11Şubat 2018 22:00.
- Petrov R, Bakalova S. Wrestling in the Written Word. Balkan Publishing Company Ltd, Sofia, Bulgaria. 2011; 11: 162-165.
- Perry C, Morris T. Mental Imagery In Sport. Summers J, Morris T, Editors . Sport Psychology, Theory, Application and Issues. 1995; 342-343
- Robbins S. Management: Concepts and Practices. 8th edition, New Jersey Prentice-Hall. 1984; 389-391.
- Rotella RJ, Lerner JD. Responding To Competitivepressure. In: Singer RN, Murphey M, Tennant LK, editors. Handbook of Researc On Sport. 3rd Ed., New York, Macmillan Inc. 1993; 528-541.

- Sabuncuoğlu Z, Tüz M. Örgütsel Psikoloji. 2.Baskı, Bursa, Alfa Yayınevi. 2005; 205-206 220-230.
- Şahin HM. Sporda şiddet ve Saldırganlık. 1.Baskı, Ankara, Nobel Yayın Dağıtım. 2003;104-113, 291-292.
- Salmela JH, Monfared SS, Mosayebi F, Durand BN. Mental skill profiles and expertise levels of elite Iranian athletes. İ J Sport Psychology 2009; 40(3): 361-373.
- Saruhan YS. İstanbul Güreş İhtisas Kulübünde Güreş Sporunun Psiko-Sosyal Yönü Üzerine Araştırmalar, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Yüksek Lisans Tezi. 1996; 3.
- Scharf SC. Gender Differences in Adolescent Aggression: An Analysis of Instrumentality vs Expressiveness. Michigan University, Department of Clinical Psychology, Michigan. Doctoral Thesis. 2000;68.
- Şekertekin M. Spor eğitiminin uyum, kişiler arası ilişkiler tarz ve saldırganlık üzerine etkileri. Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum, Doktora tezi. 2003; 6.
- Selye, H. Stress Without Distress. 2nd Ed., New York, New American Library. 1993;156-160.
- Şenyüzlü E. Üniversite öğrencilerinde spora katılımın saldırgan davranışlar üzerine etkilerinin incelenmesi. Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya, Yüksek Lisans Tezi. 2013; 53.
- Sertaç A. Sporda şiddet ve saldırganlık üzerine yapılan araştırmalar. <http://www.bilgininadresi.net/Madde/32306/Sporda-Siddet-ve-Saldırganlık> Erişim tarihi: 20.04.2012.
- Sezan T. Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin öfke ifade tarzları. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, konya, Yüksek Lisans Tezi. 2016; 5.
- Singer N, Milledge M, Keith L. Handbook On Research In Sport Psychology, 1st Ed, NewYork, Macmillan Publishing. 1993;113.
- Şinoforoğlu O. İstanbul ilinde elit düzeyde takım sporları ile uğraşan sporcuların zihinsel antrenman ve zihinsel becerilerini kullanma düzeyleri zerine bir araştırma. Gazi Üniversitesi, Eğitim bilimlerinin enstitüsü, İstanbul, Yüksek lisans tezi. 2006; 48.
- Şişman M, Turan S. Eğitimde toplam kalite yönetimi. 2. Baskı, Ankara, Pegema Yayıncılık. 2001; 210-212.

- Solak N. Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleriyle empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, Gazi Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Yüksek Lisans Tezi. 2011;5.
- Syer J. Connolly C. Mental Training Guide For Athletes. Çev: Erkan F. Sporcular İçin Zihinsel Antrenman Rehberi. Ankara, Bağırhan Yayın evi 1998; 9-11.
- Tayga Y. Türk Spor Tarihine Genel Bakış, 2.Baskı, Ankara, Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Yayınları 1990; 1- 23.
- Tiryaki Ş. Spor Psikolojisi Kavramlar, Kuramlar ve Uygulama, 1. Baskı. İstanbul, Eylül Kitap ve Yayınevi 2000; 109.
- Tiryaki S. Spor yapan bireylerin saldırganlık düzeylerinin belirlenmesi. Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin, Yüksek Lisans Tezi, 1996; 12.
- Toschi L. Art of Wrestling, Wrestling in Art Antiquity, FILA. 2010; 13.
- Tolga B. Türkiye basketbol erkekler 1. ligi'nde (bekobasketbol ligi) görev yapan antrenörlerin algılanan liderlik özellikleri ile gerçekte var olan liderlik özelliklerinin incelenmesi ve yeni bir model önerisi. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, Yüksek Lisans Tezi. 2009; 6.
- Türkiye parkour derneği. <http://www.parkour.org.tr/zihinsel-antrenman-nedir>. 20 Ocak 2014.
- Türkmen M, İmamoğlu O, Ziyagil MA, Güngör B. Türkiye'de güreş sporunun popülaritesi ve seçilmiş bazı spor branşları ile karşılaştırılması, Türk Dünyası Araştırmaları Dergisi 2006;(163):79.
- Ulukan M. Futbolcuların kulübe bağlılıklarında antrenörlerin liderlik özelliklerinin rolü. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya, Doktora Tezi. 2006 ;56-60.
- Ulus CA. Yıldız güreşçilerde antrenman ve beslenme durumunun irdelenmesi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun, Yüksek Lisans Tezi. 2008; 4-5.
- Usal A, Aslan Z. Davranış Bilimleri (Sosyal Psikoloji), 3. Baskı, İzmir, Barış Yayınları. 1995; 241-245.
- Varies DE, Roe, R A. And Taillieu, T C B. "Charisma and need for leadership", In Paper Presented At The Workshop On Transformational Leadership Tilburg University, The Netherlands. WORC Paper 1997; 12.018/3.
- Vealey RS. Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: preliminary investigation and instrument development. J Sport Psychology 1986;8:221-246.

- Williams JM. Applied Sport Psychology. 2nd Ed. California: Mayfield Publishing Co. 1993; 98-120.
- Yıldırım E. Güreşte Yeni Eğitimin İlmi ve Metodik Temelleri. 4.Baskı, Ankara, Uzman Matbaacılık.1977; 222.
- Yücel Y. Orta öğretim (lise) kurumlarında eğitim gören, spor yapan ve yapmayan öğrencilerin liderlik özelliklerinin araştırılması. Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erciyes, Yüksek Lisans Tezi. 2011; 71.
- Yukl G. Leadership in Organizations, 3rd Ed, New Jersey, Prentice Hall. 1994; 317-327.
- Zanı B, Kirchler E. When violence overshadows the spirit of sporting competition: talian football fans and their clubs. J Community Appl Soc Psychol 1991;1:23-28.
- Zülal A. Çağımıza Özgü Bir Sorun Mu? Şiddet. Bilim ve Teknik Dergisi 2001;37(399):34 41.

EKLER

EK-1. Demografik Özelliklerle İlgili Sorular

Sayın Katılımcı,

Bu anket 19 Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda hazırlanmakta olduğumuz "Türkiye'de Elit Erkek ve Bayan Güreşçiler ile Spor Yapmayan Bireylerin Zihinsel Yetenek, Liderlik ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi." konulu Doktora tezi kapsamında yapılmaktadır. Çalışmanın güvenilir ve doğru sonuçlar vermesi, sizlerin soruları dikkatle okuyup doğrulukla cevaplandırmanıza bağlıdır. Katılım ve ilginiz için teşekkür ederiz.

Tez Danışmanı Doç. Dr. MEHMET TÜRKMEN

İkinci Tez Danışmanı Yrd.Doç.Dr. Yaşar BARUT

Tez Öğrencisi. SAEED SHOKOUFEH

- KİŞİSEL BİLGİ FORMU -

1. Cinsiyetiniz: () Bayan () Erkek 2. Yaş:..... 3. Medeni Hali: () Evli () Bekar
4. Aylık Gelir Düzeyi:..... 5. Stil: Grekoromen () Serbest ()
6. Düzey: Yıldız () Genç () U23 () A takımı () Antrenör () Spor yapmıyorum ()
7. Lisanslı olarak kaç yıldır sporu yapmaktasınız? : 8. Spora Başlama Yaşınız:.....
9. İlgilendiğiniz Başka Spor Branşı: 10. Haftalık Antrenman Sayısı:
- 11) Eğitim Düzeyi: () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisansüstü
12. Kardeş Sayınız:.....: 13. Yaşadığınız yer? 1) Büyükşehir 2) Şehir 3) İlçe 4) Köy
14. Babanızın eğitim durumu nedir? 1) Okur yazar değil 2) İlkokul mezunu 3) Orta dereceli okul mezunu
- 4) Üniversite mezunu 15. Günde ortalama kaç saat uyuyorsunuz? 16. İliniz

EK-2. Liderlik Ölçeği

Sayın katılımcı, aşağıdaki ifadelere vereceğiniz cevapları 1'den 5'e kadar sıralanan	Hiçbir zaman	Bazen	Nadiren	Sık Sık	Her Zaman
1- Hiç bir zaman, 2- Bazen, 3- Nadiren, 4- Sık sık, 5- Her zaman açıklamalarından birini seçerek (X) işareti ile belirtmeniz gerekiyor. İfadelerin doğru veya yanlış yoktur. Bu nedenle ifadeyi okuduğunuzda aklınıza gelen ilk cevap sizin tutumunuzu en iyi yansıtan olacaktır.					
1. Net ve mantıklı bir biçimde düşünürüm					
2. Diğer insanları destekler ve onların sorunlarına karşı ilgi gösteririm					
3. İşlerin yerine getirilmesi amacıyla insanları harekete geçirme ve kaynakları etkili kullanma gibi bir yeteneğim vardır					
4. Ellerinden gelenin en iyisini yapmaları konusunda diğer insanlara ilham veririm					
5. Dikkatli planlamam ve planlanan işlerin zamanında bitirilmesinin önemini vurgularım					
6. Açık ve işbirliğine dayalı ilişkiler yoluyla güven yaratırım					
7. Karşıt görüşlere sahip insanları ikna etmede başarılı ve Yetenekliyimdir					
8. Karizmatik bir insanımdır					
9. Problemlerin mantıklı çözümleme ve dikkatli düşünmeyle çözülebileceğine inanırım					
10. Diğer insanların ihtiyaç ve duygularına karşı duyarlılık gösteririm					

11.İkna kabiliyetim iyi ve etkileyiciyim					
12.Diğer insanlar için ilham kaynağım					
13.Net,akılcı politikalar ve süreçler geliştirir ve uygulam					
14.Kararlarda insanların aktif rol almalarını ve katılmalarını Desteklerim					
15.Kurum içi anlaşmazlık ve çatışmaları önceden götür ve çözüme konusunda yılmadan çalışırım					
16.Hayal gücüm kuvvetlidir ve yaratıcıyım					
17.Problemlere gerçekçi ve mantıklı bir biçimde yaklaşırım					
18.Tutarlı bir biçimde başkalarına karşı açığım ve yardım ederim					
19.Etki ve güç sahibi başka insanların desteğini kazanmada etkiliyim					
20.Güçlü ve iddialı bir vizyon ve misyon duygusu aşılarım					
21.Açık ve ölçülebilir hedefler ortaya koyarım ve kişileri sonuçlarından sorumlu tutarım					

22.İyi bir dinleyiciyim, diğer insanların fikirlerine ve katkılarına genellikle açığım					
23.Politik davranma konusunda duyarlı ve yetenekliyim					
24.Mevcut gerçeklerin ötesini görerek yeni ve heyecan verici fırsatlar yaratırım					
25.Detaya önem veririm					
26.İyi yapılan işler konusunda insanları takdir ederim					
27.Yeterli desteği sağlamak için kurum içi ve kurum dışı ilgi grupları(paydaşlar) ile koalisyonlar geliştiririm					
28.Sadakat ve şevk aşılarım					
29.Net bir kurumsal yapı ve kurumsal yapıda ast-üst hiyerarşisinin gerekliliğine inanırım					
30.Katılımı destekleyen bir yöneticiyim					
31.Çatışma ve muhalefete rağmen başarıya ulaşıırım					
32.Çevremdeki insanlar için kurumsal değer ve amaçları kişiliğimde yansıtan model/örnek bir yöneticiyim					

EK-3. Saldırganlık Ölçeği

Değerli Öğrenciler

Aşağıdaki sorular "Erzurum'da Farklı Branşlarla İlgilenen Sporcular İle Spor Yapmayan Bireylerin Kişilik ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi" konulu yüksek lisans tezi için veri toplama amacıyla düzenlenmiştir. Sorulara vereceğiniz samimi yanıtlar araştırmanın sonuçları açısından önemlidir. Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

KİŞİSEL BİLGİLER				
Cinsiyetiniz	A. Kadın	<input type="radio"/>	B. Erkek	<input type="radio"/>
Yaşınız				
Eğitim durumunuz				
	A. İlköğretim	<input type="radio"/>	B. Ortaöğretim(lise)	<input type="radio"/>
	C. Yüksek Okul	<input type="radio"/>	D. Doktora	<input type="radio"/>
D. Fakülte(Lisans)	<input type="radio"/>	E. Yüksek Lisans	<input type="radio"/>	F. Doktora
Kaç seneden biri spor yapıyorsunuz	Hiç yapmamışım		<input type="radio"/>	
Branşınız:	Branşım yok		<input type="radio"/>	
İsim-soy isim:				
Ulaşım numarası:				
Gelir durumunuz	500_1000	1000_2000	2000_3000	3000'ü üzerinde
Sağlık mısınız yoksa solak mı? Yada her ikisini de sorunsuz kullanabiliyor musunuz?				

Saldırganlık anketi

Aşağıdaki ifadelerden nekadarı sizin karakterinizi ifade ediyor belirtiniz. Bunun için aşağıdaki numaraları kullanabilirsiniz

1. Benim karakterime hiç uygun değil 2. çok az uygun 3. biraz uygun 4. çok uygun 5. tam uygun

1. Bazı arkadaşlarım benim öfkeli biri olduğumu söylerler.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
2. Gerekirse hakkımı korumak için şiddete başvurabilirim.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
3. Birisi bana fazlasıyla iyi davrandığında "Acaba benden ne istiyor?" diye düşünürüm.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
4. Arkadaşlarımın görüşlerine katılmadığım zaman bunu onlara açıkça söylerim	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
5. Öfkeden deliye döndüğümde bir şeyler kırıp dökерim.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
6. İnsanlar benim görüşlerime katılmadıklarında onlarla tartışmaktan kendimi alıkoyamam.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
7. Zaman bazı olaylara/kişilere yönelik kızgınlığım uzun süre bitmek bilmez.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
8. Bazen başkalarına vurma dürtümü kontrol edemiyorum.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
9. Sakin yapılı biriyimdir.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
10. Tanımadığım insanlar bana fazla yakın davrandıklarında onlara şüpheyle yaklaşırım.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
11. Daha önce, tanıdığım insanları tehdit ettiğim oldu.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
12. Çok çabuk parlar ve hemen sakinleşirim.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>

13. Birisi bana sataşırsa kolaylıkla onu itip tartaklayabilirim.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
14. İnsanlar sinirimi bozduklarında kolaylıkla onlar hakkında ne düşündüğümü söyleyebilirim.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
15. Zaman kıskançlık beni yiyip bitirir.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
16. Bir insana vurmanın mantıklı bir gerekçesi olamayacağını düşünüyorum.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
17. Bazen hayatın bana adaletsiz davrandığını düşünürüm.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
18. Öfkemi kontrol etmekte zorluk çekerim.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
19. Yapmak istediğim bir şey engellendiğinde kızgınlığımı açıkça ortaya koyarım.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
20. Zaman insanların arkamdan güldüğü duygusuna kapılırım.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
21. İnsanlarla sıkça görüş ayrılığına düşerim.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
22. Birisi bana vurursa ben de karşılık veririm.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
23. Bazen kendimi patlamaya hazır bir bomba gibi hissediyorum.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
24. Diğer insanların her zaman çok iyi fırsatlar yakaladıklarını düşünüyorum.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
25. Birisi beni iterse onunla kavgaya tutuşurum.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
26. "Arkadaşlarım"ın arkamdan konuştuklarını biliyorum.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
27. Arkadaşlarım münakaşacı/tartışmayı seven biri olduğumu söylerler.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
28. Bazen olmadık şeylere ortada mantıklı bir neden yokken aniden sinirlerim, tepki veririm.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>
29. Çoğu insana kıyasla daha sık kavgaya karıştığımı söyleyebilirim.	1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/>

Soru 9 ve 16 ters puanlanmıştır.

EK-4. Mental Yetenek Ölçeği

Sayın katılımcı, aşağıdaki ifadelere vereceğiniz cevapları 1'den5'e kadar sıralanan (Zihinsel Beceri Anketi) 1- Kesinlikle katılmıyorum , 2- Katılmıyorum , 3- Biraz katılmıyorum , 4- Kararsızım , 5- Biraz katılıyorum 6- Katılıyorum 7- Kesinlikle katılıyorum. açıklamalarından birini seçerek (X) işareti ile belirtmeniz gerekiyor. İfadelerin doğru veya yanlış yoktur. Bu nedenle ifadeyi okuduğunuzda aklınıza gelen ilk cevabınızın tutumunuzu en iyi yansıtan olacaktır.	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Kararsızım	Biraz katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Günlük antrenman hedefleri belirlerim							
2. Seçtiğim alanda başarılı olacağıma inanırım.							
3. Kolay dinlenirim							
4. Sporumda potansiyel tehlike ve beni korkutan birçok şey vardır.							
5. Antrenmanda yorulduğumda ,enerji seviyemi artırabilirim.							
6. Çok gergin biri olduğumdan ,performans problemleri yaşarım.							
7. Sporumda asla pes etmemekte kararlıyım.							
8. Önemli anlarda konsantrasyonumu kaybederim.							
9. Zihnimde kolaylıkla bir şeyler canlandırabilirim.							
10. Zor fakat başarılabilir hedefler belirlerim.							
11. Bir müsabakadan önce yapılacak şeyler listesi çıkarırım.							
12. Sporda zor durumlar da bile özgüvenli hareket ederim.							
13. Günlük olarak zihnimde sporumu canlandırırım.							
14. Müsabakalarda vücudum gereksiz yere kasılır.							
15. Günlük antrenmanlarda konsantrasyonumu kaybederim.							
16. Sporumla ilgili korkularım yüzünden antrenman yapmak bana							
17. Başarılı bir sporcu olmaya kendimi adanmışım.							
18. Zihnimdeki düşünceleri kolayca değiştirebilirim.							
19. Kaslarımda ki gerginliği bilinçli olarak azaltabilirim.							
20. Yarışmalarda çok fazla rahat olduğumda ,enerji seviyemi artırabilirim.							
21. Günlük olarak,sporumu zihnimde canlandırırım.							
22. Yarıştığimde beklenmeyen olaylar, hatalar diğer hatalara yol							

EK-5. Hasta Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

HASTA BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU ÖRNEĞİ

*

ARAŞTIRMANIN ADI (ÇALIŞMANIN AÇIK ADI):

Türkiye'de Elit Erkek ve Güreşçiler ile Spor Yapmayan Bireylerin Zihinsel Yetenek, Liderlik ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi.

Gönüllünün Baş Harfleri << >>

Bir araştırma çalışmasına katılmanız istenmektedir. Katılmak isteyip istemediğinize karar vermeden önce araştırmanın neden yapıldığını bilgilerinizin nasıl kullanılacağını çalışmanın neleri içerdiğini anlamanız önemlidir Lütfen aşağıdaki bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırınız.

BU ÇALIŞMAYA KATILMAK ZORUNDAMIYIM?

Çalışmaya katılıp katılmama kararı tamamen size aittir. Eğer çalışmaya katılmaya karar verirsiniz imzalamanız için size bu Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu verilecektir. Katılmaya karar verirsiniz, çalışmadan herhangi bir zamanda ayrılmakta özgürsünüz.

ÇALIŞMANIN KONUSU VE AMACI NEDİR? Açıklayınız

Türkiye'de Elit Erkek ve Güreşçiler ile Spor Yapmayan Bireylerin Zihinsel Yetenek, Liderlik ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi.

ÇALIŞMA İŞLEMLERİ:

Araştırmacı tarafından konun aktarılması ve anketlerin doldurulması.

BENİM NE YAPMAM GEREKİYOR?

Sizlere dağıtılan anketleri doğru olarak doldurmanız istenmektedir.

ÇALIŞMAYA KATILMAMIN NE GİBİ OLASI YAN ETKİLERİ, RİSKLERİ VE RAHATSIZLIKLARI VARDIR?

Bu çalışmaya katılmanın size herhangi bir yan etkisi, riski ve rahatsızlık verecek bir durumu yoktur.

ÇALIŞMAYA KATILMANIN OLASI YARARLARI NELERDİR? (Varsa açıklayınız)

Egzersiz ile sporcuların Mental Yetenek, Liderlik ve saldırganlık özellikleri arasında ilişki incelenecektir.

Çıkan sonuçlar neticesinde spora yönlendirme yapılabilecektir.

GÖNÜLLÜ KATILIM

Bu araştırmaya katılma kararımı tamamen gönüllü olarak veriyorum. Bu çalışmaya katılmayı reddedebileceğim veya katıldıktan sonra istediğim zaman hiçbir sorumluluk almadan ayrılabileceğim bilincindeyim. Çalışmadan her hangi bir zamanda ayrılırsam, ayrılma nedenlerimi sorumlu araştırmacı ile tartışacağım.

ÇALIŞMAYA KATILMAMIN MALİYETİ NEDİR?

Çalışmaya katılmanın hiçbir maliyeti yoktur.

KİŞİSEL BİLGİLERİM NASIL KULLANILACAK?

Bu formu imzalayarak sorumlu araştırmacıya çalışma için sizin kişisel bilgilerinizi (“Çalışma Verileri”) toplamalarına ve kullanmalarına onay vermiş olacaksınız. Bu durum doğum tarihiniz, cinsiyetiniz, etnik kökeniniz ayrıca Çalışma verilerinizin kullanımı ile ilgili verdiğiniz onayın herhangi bir belirlenmiş birim tarihi yoktur, ancak sorumlu araştırmacıya haberdar ederek bu onayınızdan herhangi bir zamanda vazgeçebilirsiniz.

Sorumlu araştırmacı çalışma verilerinizi çalışma için kullanacaktır. Çalışmanın sonuçları bilimsel yayınlarda yayınlanabilir, ancak sizin kimlik bilgileriniz bu yayınlarda açıklanmayacaktır.

Sorumlu araştırmacıdan toplanan çalışma verileriniz hakkında bilgi isteme hakkında sahibsiniz.

Bu formu imzalayarak, çalışma verilerinizin bu formda tanımlandığı şekilde kullanımına onay vermekteyim.

ARAŞTIRMA SÜRESİNCE 24 SAAT ULAŞILABİLECEK KİŞİLER:

Ad, Soyadı ve telefon numaraları

Saeed SHOKOUFEH

ÇALIŞMADAN AYRILMAMI GEREKTİRECEK DURUMLAR:

Hastalık veya özel durumunuzun olması

YENİ BİLGİLER ÇALIŞMADAKİ ROLÜMÜ NASIL ETKİLEYEBİLİR

Çalışma sürerken ortaya çıkmış olan bütün yeni bilgiler bana derhal iletilecektir.

Çalışmaya Katılma Onayı

Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formundaki tüm açıklamaları okudum. Bana, yukarıda konusu ve amacı belirtilen araştırma ile ilgili yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen sorumlu araştırmacı tarafından yapıldı. Araştırmaya gönüllü olarak katıldığımı, istediğim zaman gerekçeli veya gerekçesiz olarak araştırmadan ayrılabileceğimi ve kendi isteğime bakılmaksızın araştırmacı tarafından araştırma dışı bırakılabileceğimi biliyorum.

Söz konusu araştırmaya, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın kendi rızamla katılmayı kabul ediyorum. Sorumlu araştırmacı saklamam için bu belgenin bir kopyasını çalışma sırasında dikkat edeceğim noktaları da içerecek şekilde bana teslim etmiştir.

Gönüllünün Adı / Soyadı / İmzası / Tarih

Açıklamaları Yapan Kişinin Adı / Soyadı / İmzası / Tarih

Gerekliyse Olur İşlemine Tanık Olan Kişinin Adı / Soyadı / İmzası / Tarih

Gerekliyse Yasal Temsilcinin Adı / Soyadı / İmzası / Tarih

*** Açıklamalar hastanın anlayabileceği açıklıkta ve teknik terimlerden uzak bir şekilde belirtilmelidir.**

DÜNYA TIP BİRLİĞİ HELSİNKİ BİLDİRGESİ

İnsan Gönüllüleri Üzerindeki Tıbbi Araştırmalarda Etik İlkeler

Dünya Tıp Birliği'nin

18. Genel Kurulunda (Helsinki, Finlandiya, Haziran 1964) benimsenmiş,
29. Genel Kurulunda (Tokyo, Japonya, Ekim 1975),
35. Genel Kurulunda (Venedik, İtalya, Ekim 1983),
41. Genel Kurulunda (Hong Kong, Eylül 1989),
48. Genel Kurulunda (Somerset West, Güney Afrika Cumhuriyeti, Ekim 1996),
52. Genel Kurulunda (Edinburgh, İskoçya, Ekim 2000)
53. Genel Kurulunda (Washington 2002 - 29. maddeye açıklama notu ilave edilmiştir)
55. Genel Kurulunda (Tokyo 2004 - 30. maddeye açıklama notu ilave edilmiştir)
59. Genel Kurulunda (Seul, Ekim 2008) geliştirilmiştir.

A. GİRİŞ

1. Dünya Tıp Birliği, insan gönüllülerinin yer aldığı tıbbi araştırmalarda görev alan hekim ve diğer kişilere rehberlik edecek etik ilkeler olarak Helsinki Bildirgesi'ni geliştirmiştir. İnsan gönüllülerini içeren araştırmalara insandan elde edilen kime ait olduğu belli olan materyal ya da veriler de dâhildir. Bildirgenin bir bütün olarak okunması amaçlanmaktadır ve içerdiği maddeler ilgili bütün diğer maddeler göz önünde bulundurulmadan uygulanmamalıdır.
2. Her ne kadar Bildirge esas olarak hekimlere yönelik olsa da Dünya Tıp Birliği insan gönüllüleri üzerinde yapılan tıbbi araştırmalara katılan diğer kişilerin de bu ilkeleri benimsemesini teşvik etmektedir.
3. Hekimin ödevi, üzerinde tıbbi araştırma yapılanlar da dâhil olmak üzere insan sağlığını korumak ve geliştirmektir. Hekimin bilgi ve vicdanı bu görevin yerine getirilmesine adanmıştır.
4. Dünya Tıp Birliği'nin Cenevre Bildirgesi "Hastanın sağlığı benim ilk önceliğimdir" cümlesiyle hekimi bağlar ve Uluslararası Tıp Etiği Kodu "tıbbi hizmetleri verirken, hekimin yalnızca hastanın menfaatine göre davranması gerektiğini" duyurur.
5. Tıbbi ilerlemeler, nihai olarak insanlar üzerinde yapılan çalışmalarını içermesi gereken araştırmaları temel almaktadır. Tıbbi araştırmalarda yeterince temsil edilmeyen popülasyonlara araştırmaya katılım konusunda uygun erişim sağlanmalıdır.
6. İnsan gönüllüleri üzerindeki tıbbi araştırmalarda, araştırma gönüllüsü olan bireyin iyilik hali diğer bütün menfaatlardan önce gelmelidir.
7. İnsan gönüllüleri üzerindeki tıbbi araştırmaların birincil amacı hastalıkların nedenlerini, gelişimini ve etkilerini anlamak ve koruyucu, tanı koyucu ve tedavi edici girişimleri (metotlar, prosedürler ve tedaviler) geliştirmektir. Mevcut en iyi girişimler bile güvenilirlik, etkililik, verimlilik, erişilebilirlik ve kalite açısından yapılacak araştırmalarla sürekli olarak değerlendirmeye tabi tutulmalıdır.
8. Tıbbi uygulamalarda ve tıbbi araştırmalarda birçok girişim riskler ve sorumluluklar içermektedir.
9. Tıbbi araştırma, insana saygıyı teşvik eden, onun haklarını ve sağlığını koruyan etik standartlara tabidir. Bazı araştırma grupları istismara açıktır ve özel korunmaya ihtiyaçları vardır. Bunlar arasında kendi başlarına olur ya da ret veremeyenler ve baskı ve uygunsuz etkiye açık olanlar sayılabilir.
10. Araştırmacılar, insanlar üzerindeki araştırmalar konusunda kendi ülkelerindeki yürürlükte olan etik, yasal ve düzenleyici norm ve standartların yanı sıra geçerli uluslararası norm ve standartları göz önünde bulundurmalıdır. Hiçbir ulusal etik, yasal ve düzenleyici koşul bu bildirmede insan gönüllülerinin korunmasına yönelik olarak öngörülen herhangi bir koruma hükmünü zayıflatmamalı veya ortadan kaldırmamalıdır.

B. TÜM TIBBİ ARAŞTIRMALARDA TEMEL İLKELER

11. Tıbbi araştırmalarda insan gönüllülerinin yaşamını, sağlığını, onurunu, bütünlüğünü, kendi hakkında karar verme hakkını, mahremiyetini ve gizliliğini korumak hekimin ödevidir.
12. İnsan gönüllüleri üzerindeki tıbbi araştırmalar genel olarak kabul edilmiş bilimsel ilkelere uygun olmalı, bilimsel literatür ve ilgili diğer bilgi kaynakları konusunda kapsamlı bilgiyi, yeterli laboratuvar ve uygun olduğunda hayvan deneylerini temel almalıdır. Araştırmalarda kullanılan hayvanların iyilik hali dikkate alınmalıdır.
13. Çevreye zarar verebilecek tıbbi araştırmalar yürütülürken yeterli özen gösterilmelidir.

14. İnsan gönüllüleri üzerinde yapılacak her bir araştırma çalışmasının tasarım ve performansı çalışma protokolünde açık bir şekilde tanımlanmalıdır. Protokol, dikkate alınan etik mülahazalara ilişkin bir beyan içermeli ve bu Bildirgede öngörülen ilkelerin nasıl ele alınacağını belirtmelidir. Protokol finansman, destekleyiciler, kurumsal bağlar, diğer potansiyel çıkar çatışmaları, gönüllülere sunulan teşviklere dair bilgileri ve araştırma çalışmasına katılmalarının bir sonucu olarak zarar gören gönüllülerin tedavi edilmesi ve/veya tazmin edilmesine ilişkin hükümleri içermelidir. Protokol araştırma gönüllülerinin çalışmada yararlı olarak tanımlanmış tedavilere araştırmadan sonra erişimleri veya diğer uygun tedavi veya yararlarla erişimi konusundaki düzenlemeleri tanımlamalıdır.
15. Araştırma protokolü, çalışma başlamadan önce değerlendirme, yorum, rehberlik ve onay için bir araştırma etik kuruluna sunulmalıdır. Bu kurul araştırmacı, destekleyici veya diğer uygunsuz etkilerden bağımsız olmalıdır. Kurul araştırma deneylerinin yapıldığı ülkenin yasa ve yönetmeliklerinin yanı sıra geçerli uluslararası norm ve standartları dikkate almalı ancak bunlar bu bildirgede insan gönüllülerinin korunmasına yönelik olarak öngörülen herhangi bir koruma hükmünü zayıflatmamalı veya ortadan kaldırmamalıdır. Kurulun sürdürülmekte olan çalışmaları izleme hakkı olmalıdır. Araştırmacılar izleme bilgilerini, özellikle de herhangi bir ciddi advers olayla ilgili bilgileri kurula vermelidir. Kurul tarafından değerlendirilmedikçe ve onay verilmedikçe protokolda bir değişiklik yapılamaz.
16. İnsan gönüllüleri üzerindeki tıbbi araştırmalar yalnızca, uygun bilimsel eğitim ve niteliklere sahip bireyler tarafından yürütülmelidir. Hastalar veya sağlıklı gönüllüler üzerindeki araştırmalar, yetkin ve uygun niteliklere sahip bir hekim veya diğer bir sağlık mesleği uzmanı gözetiminde yapılmalıdır. İnsan gönüllülerini koruma sorumluluğu her zaman hekim veya diğer bir sağlık mesleği uzmanına aittir ve olur vermiş olsalar bile asla araştırma gönüllülerine ait değildir.
17. Dezavantajlı veya istismara açık bir popülasyon veya toplum üzerindeki tıbbi araştırmalar yalnızca araştırmanın söz konusu popülasyon veya toplumun sağlık gereksinimleri ve önceliklerine yanıt veren bir araştırma olması ve bu popülasyon veya toplumun araştırmanın sonuçlarından yarar görmesi konusunda makul bir olasılık bulunması kaydıyla mazur görülebilir.
18. İnsanlar üzerindeki her tıbbi araştırma öncesinde araştırmaya katılan popülasyon ve toplumların veya araştırma konusu olan hastalıktan etkilenen diğer birey ve toplumların araştırmadan görecekları yarara kıyasla araştırmanın doğurabileceği tahmini risk ve sorumluluklar dikkatli bir biçimde değerlendirilmelidir.
19. Her klinik çalışma ilk gönüllü çalışmaya dâhil edilmeden önce alenen erişilebilir bir veritabanına kaydedilmelidir.
20. Hekimler, risklerin yeterince değerlendirildiğinden ve tatmin edici bir şekilde baş edilebileceğinden emin olmadıkça insan gönüllüleri üzerindeki araştırma projelerine katılamazlar. Hekimler, saptanan risklerin yarardan daha fazla olduğunda ya da pozitif ve yararlı sonuçlara ilişkin kesin kanıtların varlığında araştırmayı derhal sona erdirmelidirler.
21. İnsan gönüllüleri üzerindeki araştırma projeleri, yalnızca, hedeflenen amaçların gönüllüte yaratacağı risk ve rahatsızlıklardan ağır basması durumunda gerçekleştirilmelidir.
22. Ehil bireylerin araştırma gönüllüsü olarak çalışmaya katılmaları gönüllü olmalıdır. Her ne kadar aile üyelerine veya toplum önderlerine danışmak uygun olabilese de serbest iradesi ile kabul etmedikçe hiçbir ehil birey bir araştırma çalışmasına dâhil edilemez.
23. Araştırma gönüllülerinin mahremiyetini ve kişisel bilgilerinin gizliliğini korumak ve çalışmanın gönüllülerin fiziksel, zihinsel ve sosyal bütünlükleri üzerindeki etkisini en aza indirmek için her türlü önlemin alınması gerekir.
24. Ehil insanlar üzerindeki bir araştırmada her potansiyel gönüllü benimsenen amaçlar, yöntemler, finansman kaynakları, bütün olası çıkar çatışmaları, araştırmacının kurumsal bağları, araştırmadan beklenen yararlar ve potansiyel riskleri ve araştırmanın vereceği rahatsızlıklar ve çalışmanın diğer ilgili yönleri hakkında yeterince bilgilendirilmiş olmalıdır. Potansiyel gönüllü, çalışmaya katılmama ya da hiçbir yaptırıma maruz kalmadan, herhangi bir zamanda, katılım olurlarını geri çekme hakkına sahip olduğu konusunda bilgilendirilmelidir. Potansiyel gönüllülerin spesifik bilgi gereksinimlerinin yanı sıra bilgi verme konusunda kullanılan yöntemlere özel dikkat sarf edilmelidir. Potansiyel gönüllünün bu bilgileri anlamasını sağladıktan sonra hekim veya uygun niteliklere sahip başka bir birey, tercihen yazılı olarak, gönüllünün özgür iradesiyle verilmiş bilgilendirilmiş oluru alması gerekir. Eğer, onay yazılı alınamaz ise yazılı olmayan olur tanık huzurunda resmi olarak kayda geçirilmelidir.
25. Kimliği açığa çıkararak insan malzemesi veya verileri kullanan tıbbi araştırma için hekim, normalde toplama, analiz, saklama ve/veya yeniden kullanım konusunda onay almalıdır. Bu onayın olanaksız

olduğu veya söz konusu araştırma için elde edilmesinin pratik olmadığı veya araştırmanın geçerliliğine bir tehdit oluşturacağı durumlar olabilir. Bu durumlarda araştırma yalnızca bir araştırma etik kurulunun değerlendirme ve onayından sonra yapılabilir.

26. Bir araştırma çalışması için bilgilendirilmiş olur alınırken, hekim, kendisiyle gönüllü arasında bir bağımlılık ilişkisi olup olmadığı ya da baskı altında olur verip vermediği konusunda özellikle dikkatli olmalıdır. Böyle bir durum söz konusu olduğunda, bilgilendirilmiş olur araştırmada yer almayan ve tamamen bu konunun dışında olan, konu hakkında iyi bilgilendirilmiş bir hekim tarafından alınmalıdır.
27. Ehil olmayan bir potansiyel araştırma gönüllüsü söz konusu olduğunda hekim yasal olarak yetkili temsilcisinin olurlarını almalıdır. Araştırmanın potansiyel gönüllüsünün temsil ettiği popülasyonun sağlığını korumayı amaçlaması, araştırmanın ehil kişilerle yapılamaması ve araştırmanın yalnızca asgari ölçüde risk ve yük içermesi söz konusu değilse bu bireyler kendileri için yararlı olma olasılığı olmayan bir araştırma çalışmasına dâhil edilemez.
28. Ehil kabul edilmeyen bir potansiyel gönüllü, araştırmaya katılım kararları konusunda olur verebiliyorsa araştırmacı bu oluru ek olarak yasal olarak yetkili temsilcinin de onayına başvurmalıdır. Potansiyel gönüllünün ret kararına saygı duyulmalıdır.
29. Bilinci yerinde olmayan hastalar gibi fiziksel veya zihinsel olarak olur verme yetisi bulunmayan potansiyel araştırma gönüllülerini içeren bir araştırma ancak bilgilendirilmiş olur vermeyi engelleyen fiziksel veya zihinsel koşulların araştırma popülasyonun zorunlu bir karakteristik özelliği olması durumunda yapılabilir. Hekim bu durumlarda yasal olarak yetkili temsilcinin bilgilendirilmiş olurlarını almalıdır. Eğer söz konusu temsilci mevcut değilse ve araştırma ertelenemiyorsa, bilgilendirilmiş olur vermelerini engelleyen bir durumda olan gönüllüleri araştırmaya dâhil etmenin spesifik nedenlerinin araştırma protokolünde belirtilmiş olması ve bir araştırma etik kurulu tarafından onaylanmış olması kaydıyla araştırma bilgilendirilmiş olur olmadan devam edebilir. Araştırmada kalmaya ilişkin olur gönüllüden ya da yasal olarak yetkili temsilciden mümkün olan en kısa sürede alınmalıdır.
30. Yazar, editör ve yayıncıların tümünün araştırma sonuçlarının yayınlanmasına ilişkin etik yükümlülükleri bulunmaktadır. Yazarların insan gönüllüler üzerinde yürüttükleri çalışmanın sonuçlarını alenileştirme görevi bulunmaktadır ve raporlarının doğru ve eksiksiz olmasından sorumludurlar. Kabul edilmiş etik raporlama yönergelerine bağlı kalmalıdır. Negatif ve yetersiz ve bunun yanı sıra pozitif sonuçlar yayınlanmalı veya normalde alenileştirilmelidir. Finansman kaynakları, kurumsal bağlar ve çıkar çatışmaları yayında beyan edilmelidir. Bu bildirmede yer alan ilkelere uymayan araştırma bildirimleri yayına kabul edilmemelidir.

C. TIBBİ BAKIMLA BİRLEŞİK TIBBİ ARAŞTIRMALARA İLİŞKİN EK İLKELER

31. Hekim, araştırmayı ancak potansiyel koruyucu, tanı koyucu ve tedavi edici değerleri yönünden haklı bulunabildiği ölçüde ve araştırma çalışmasına katılımın araştırma gönüllüsü olacak hastaların sağlığını olumsuz etkilemeyeceğine inanmak için iyi nedenleri olması durumunda tıbbi araştırma ile tıbbi bakımı birleştirebilir.
32. Yeni bir yöntemin yararları, riskleri, rahatsızlık ve etkilerinin aşağıdaki durumlar hariç olmak üzere kullanılmakta olan en iyi yöntemle karşılaştırarak denenmesi gerekir.
 - Mevcut kanıtlanmış tedavinin olmadığı durumlarda plasebo veya tedavi yapılmaması kabul edilebilir; veya
 - İkna edici ve bilimsel olarak geçerli nedenlerden ötürü bir yöntemin etkinliği veya güvenliliğini tespit etmek için plasebo kullanımının gerekli olması ve plasebo alan veya tedavi edilmeyen hastaların herhangi bir ciddi veya geri dönüşü olmayan zarara uğrama riski olmaması. Bu seçeneğin istismar edilmesinden kaçınmak için büyük dikkat sarf edilmelidir.
33. Çalışmanın sonunda çalışmaya katılan her hastanın çalışmanın sonuçları konusunda bilgilendirilme ve çalışmanın sonucu olan bütün yararları paylaşma, örneğin çalışmada yararlı olarak tanımlanan yöntemlere veya diğer uygun tedavi ve yararlı erişim hakkı vardır.
34. Hekim, tıbbi bakımın hangi yönlerinin araştırma ile ilgili olduğu konusunda hastayı tam olarak bilgilendirmelidir. Hastanın, bir çalışmaya katılmayı reddetmesi veya hastanın çalışmadan çekilme kararı alması asla hekim-hasta ilişkisini etkilememelidir.
35. Bir hastanın tedavisinde kanıtlanmış yöntemler mevcut değilse ya da etkin değilse, hekim hayat kurtarma, sağlığı düzeltme ya da acıyı hafifletme konusunda işe yarayacağı kanısında ise uzman

görüşüne başvurmak ve hastadan veya yasal olarak yetkili temsilcisinden bilgilendirilmiş olur almak kaydıyla kanıtlanmamış bir yöntemi kullanabilir. Mümkün olduğunda, bu yöntemin, güvenilirlik ve etkinliğini değerlendirmek için tasarlanmış araştırmanın nesnesi yapılması gerekir. Bütün vakalarda, yeni bilgiler kayıt edilmeli ve uygun olduğunda yayımlanmalıdır

Sorumlu Araştırmacı (Ünvanı, Adı Soyadı) İMZA

Prof. Dr. Mehmet Türkmen

O.M.Ü. Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi

Yardımcı Araştırmacı (Ünvanı, Adı Soyadı) İMZA

Dr. Öğr. Üyesi. Yaşar BARUT

Yardımcı Araştırmacı (Ünvanı, Adı Soyadı) İMZA

Saeed SHOKOUFEH

EK-6. Anket Uygulama İzin Belgesi



TÜRKİYE ÜNİVERSİTE SPORLARI FEDERASYONU



Sayı : 88279611 – 302. 15 E. 21339

03. 10. 2016

Konu : Milli Takımlar Güreşçilerine Anket

ANKET DOLDURMA İZİN BELGESİ İLGİLİ MAKAMA / İLGİLİ SPORCUYA

Samsun Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora öğrencisi **Saeed SHOKOUFEH**, Türkiye Güreş Milli takımlarında Güreşçilere çok yönlü anket uygulaması uygundur.

Doç. Dr. Mehmet TÜRKMEN

Güreş Milli Takımlar Teknik Direktörü

EK-7. Etik Kurul İzin Belgesi



T.C.
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

Sayı: B.30.2.ODM.0.20.08/529-571

08.12.2016

Sayın Doç. Dr. Mehmet Türkmən

Etik Kurulumuza sunmuş olduğunuz *Türkiye'de Elit Erkek ve Bayan Güreşçiler ile Spor Yapmayan Bireylerin Zihinsel Yetenek, Liderlik ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi* başlıklı OMÜ KAEK 2016/351 Karar nolu Performans ölçümleri nitelikli araştırma projeniz amaç, gerekçe, yaklaşım ve yöntemle ilgili açıklamaları açısından Klinik Araştırmalar Etik Kurulu yönergesine göre incelenmiş ve etik açıdan bir sakınca olmadığına, çalışmanın süresi 6 ayı geçerse 6 aylık bildirimlerinin yapılmasına, çalışma tamamlandıktan sonra sonucunun tarafımıza en geç üç(3) ay içerisinde bildirilmesine 10.11.2016 tarihli Etik kurulumuzda oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize arz/rica ederim.


Prof. Dr. Dursun AYGÜN
Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanı

EK-8. Ottawa Mental Yetenek Ölçeğinin İzini

erim erhan <erimerhan@hotmail.com>
to me

Turkish > English Translate message

Kardeşim benden mail olarak izin aldın bende kullanman için izin veriyorum

...

Date: Wed, 18 May 2016 11:21:00 -0700
Subject: MERHABA
From: saeed_shokoufeh@gmail.com
To: erimerhan@hotmail.com

19mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitim ve Spor Anabilim Dalı'nda hazırlamakta olduğum "Türkiye de Elit Erkek ve Bayan Güreşçiler ile Spor Yapmayan Bireylerin Zihinsel Yetenek, Liderlik ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi konulu Doktora tezi kapsamında yapılmaktadır.Sizin Geçerlik ve Güvenirlilik yaptığınız "Ottawa Mental Yetenek Değerlendirme-3 envanterinin iznini rica etmekteyiz.
ilginiz için teşekkür ederiz."

saygılar
Saeed SHOKOUFEH

The screenshot shows a document with a table. The table has several columns and rows, but the text is too small to read. The document appears to be a form or a list of items, possibly related to the research mentioned in the email.

EK-9. Saldırganlık Ölçeğinin İzini

Envanteri İzni 👉 Inbox X



saeed shokoufeh <saeed.shokoufeh@gmail.com>
to andac ▾

Saygı Değer hocam
Psik. H. Andaç Demirtaş Madran,

19 Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda hazırladığınız "Yetenek, Liderlik ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi." konulu Doktora tezi kapsamında teşekkür ederiz. İlginiz için teşekkür ederiz.
Saygılar

...



Andaç Demirtaş Madran <demirtasmadran@gmail.com>
to me ▾

🌐 Turkish ▾ > English ▾ [Translate message](#)

Merhaba,
Ölçeği çalışmanızda kullanmanız uygundur. Başarılar dilerim. Az sonra size bir e-posta yönlendireceğim...

Doç. Dr. Andaç Demirtaş Madran
Başkent Üniversitesi İletişim Fakültesi
Bağlıca Kampüsü 06810
Etimesgut/Ankara

7 Kasım 2016 23:04 tarihinde saeed shokoufeh <saeed.shokoufeh@gmail.com> yazdı:

ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı: Saeed SHOKOUFEH

Doğum Yeri: Tebriz

Doğum Tarihi: 13/10/1985

Medeni Hali: Evli

Bildiği Yabancı Diller: Farsça, İngilizce, Türkçe

Eğitim Durumu (Kurum ve Yıl):

Lisans: Malekan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, 2009

Y. Lisans: Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,

Beden Eğitimi ve Spor ABD, 2014

Doktora: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,

Beden Eğitimi ve Spor ABD, 2018

Çalıştığı Kurum/Kurumlar ve Yıl:

E-posta: saeed.shokoufeh@gmail.com