

T.C.  
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**18-45 YAŞ ARASI BİREYLERDE DÜZENLİ SPOR  
YAPMANIN SPORCU KİMLİĞİ, NARSİZM VE  
EMPATİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:  
**Fakhriyya NASİRZADE**

İstanbul, 2019

T.C.  
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**18-45 YAŞ ARASI BİREYLERDE DÜZENLİ SPOR  
YAPMANIN SPORCU KİMLİĞİ, NARSİZM VE  
EMPATİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:  
**Fakhriyya NASIRZADE**

Öğrenci No:  
17550900023

Danışman:  
Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin EBADİ

İstanbul, 2019

## YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “**18-45 Yaş Arası Bireylerde Düzenli Spor Yapmanın Sporcu Kimliği, Narsisizm Ve Empati Düzeyleri Arasındaki İlişki**”başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullandıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 27.06.2019

**Fakhriyya NASİRZADE**



T.C.  
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ  
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI


26.07./2019

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim Dalı *Klinik Psikoloji* Programı yüksek lisans öğrencilerinden 17550900023 numaralı *Fakhriyya NASIRZADE*'nin "*Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği*"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "*18-45 Yaş Arası Bireylerde Düzenli Spor Yapmanın Sporcu Kimliği, Narsizm ve Empati Düzeyleri Arasındaki İlişki*" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 28/05/2019 tarih ve 2019/22 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin 29. maddesinin 3. fıkrası gereğince (50) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında ~~ayçokluğu/oybirliği ile Kabul Red veya Düzeltme~~ kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

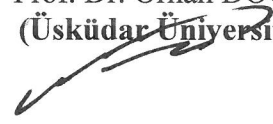
**DANIŞMAN**

Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin EBADİ  
(Beykent Üniversitesi)



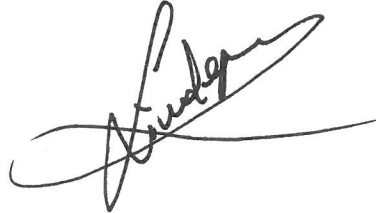
**ÜYE**

Prof. Dr. Orhan DOĞAN  
(Üsküdar Üniversitesi)



**ÜYE**

Dr. Öğr. Üyesi Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT  
(Beykent Üniversitesi)



**Adı ve Soyadı** : Fakhriyya NASİRZADE  
**Danışmanı** : Dr. Öğr Üyesi Hüseyin EBADİ  
**Türü ve Tarihi** : Yüksek Lisans, 2019  
**Alanı** : Klinik Psikoloji  
**Anahtar Kelimeler** : Spor, Sporcu Kimliği, Spor Psikolojisi, Narsisizm, Empati.

## ÖZ

### **18-45 YAŞ ARASI BİREYLERDE DÜZENLİ SPOR YAPMANIN SPORCU KİMLİĞİ, NARSİSİZM VE EMPATİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Sporun insan sağlığı için sadece fizikî olmak dışında, psikolojik açıdan da önemli derecede etkili olduğu aşikardır. Psikoloji her alanla olduğu gibi, spor alanıyla da yakından ilişkili olmakla birlikte, sporcunun performansına da etki etmektedir. Araştırmamın diğer değişkenleri olan narsisizm ve empati düzeyleri, psikolojiyle spor arasında ilişkisi olabilecek dalları olarak kabul görebilmektedir. Bu araştırma, sporcu kimliğinin narsisizm ve empati düzeyleri arasında ilişki olabileceği varsayımından yola çıkılarak yapılmıştır. Yapılan araştırmada, düzenli spor yapan bireylerin narsisizm ve empati düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Araştırma, çeşitli spor salonlarında 18-45 yaş arası düzenli spor yapan 203 kişiyle yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak “Sosyodemografik Bilgi Formu”, “Sporcu Kimliği Ölçeği”, “Narsisistik Hayranlık Ve Rekabet Ölçeği”, “Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği” Kullanılmıştır. Verilerin Analizi SPSS 24 Programı Kullanılarak Yapılmış, Pearson Analizi, Bağımsız Örneklem T Testi, Varyans Analizi ve Welch Testi’nden yararlanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda spor yapmanın, narsisizmle istatistiksel olarak zayıf ilişkili olduğu, empati değişkenleriyle ise istatistiksel olarak ilişkisinin anlamlı derecede olmadığı belirlenmiştir. Sporda geçirilen seneler arttıkça narsisizm göstericilerinde düşüş gözlemlenmiştir. Cinsiyet farkına bakıldığında erkeklerin spora katılımının kadınlara oranla daha fazla olduğu belirlenmiştir. Medenî durumun değişkenle istatistiksel olarak ilişkisi bulunmamıştır. Bunun yanı sıra maddi durumu yüksek olan bireylerin spora katılımın daha fazla olduğu belirlenmiştir.

**Name and Surname** : Fakhriyya NASIRZADE  
**Supervisor** : Dr. Academician Hüseyin EBADİ  
**Degree and date** : Master, 2019  
**Major** : Clinical Psychology  
**Key words** : Sport, Athletic identity, Sports Psychology, Narcissism, Empathy

## **ABSTRACT**

### **RELATIONSHIP BETWEEN ATHLETE IDENTITY, NARCISSISM AND EMPATHY LEVELS OF REGULAR SPORTS IN INDIVIDUALS AGED 18-45**

It is obvious that sports are not only physical but also psychologically important for human health. Psychology is closely associated with sports as well as with every field and affects the performance of the athlete. The other variables of my research, narcissism and empathy, are the branches of psychology that will be able to relate to sports. This study was carried out based on the assumption that athletes will know the relationship between narcissism and empathy levels. In this study, a relational survey model was used to examine the relationship between narcissism and empathy levels of athletes.

The research was carried out in various sports halls with 203 people between the ages of 18 and 45. as a data collection tool, “sociodemographic data form”, “athlete identity scale”, “narcissistic admiration and competition”, “empathy level determination scale” were used. Analysis of data was performed using SPSS 24, Pearson analysis, independent sample t test, variance analysis, Welch test.

As a result of the study, it was determined that sports had a statistically weak relationship with narcissism and that the relationship with empathy variables was not statistically significant. As the sport increased last year, there was no decrease in narcissism demonstrators. According to the gender awareness, it was determined that men had more participation in sports. The marital status was not statistically correlated with the variable. In addition, it has been determined that individuals with high financial status are more involved in sports.

# İÇİNDEKİLER

	Sayfa No.
ÖZ.....	i
ABSTRACT.....	ii
TABLolar LİSTESİ .....	v
RESİM LİSTESİ.....	vi
KISALTMALAR .....	vii
SİMGELER.....	viii
GİRİŞ .....	1

## BİRİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL AÇIKLAMALAR

1.1. Spor .....	5
1.1.1. Sporun Tarihi.....	8
1.1.2. Spor Psikolojisi.....	11
1.1.2.1. Spor Psikolojisi Tarihi .....	12
1.1.2.2. Spor Psikoloğu.....	13
1.1.3 Kişilik Özellikleri ve Sporcu Kimliği.....	15
1.1.3.1. Kişilik Özellikleri .....	15
1.1.3.2. Sporcu Kimliği.....	16
1.1.3.3. Sporda Cinsiyet Farkı ve Cinsellik .....	17
1.1.3.4. Takım ve Bireysellik.....	19
1.2. Narsisizm ve Rekabet.....	20
1.2.1. Narsisizmin Tanımı .....	20
1.2.2. Narsisizmin Tarihi .....	21
1.2.3. Narsisistik Kişilik Bozukluğu.....	22
1.2.4. Dsm-V Tani Kriterlerinde Özsever (Narsisistik) Kişilik Bozukluğu .....	23
1.2.5. Sporda Narsisizm.....	24
1.2.5.1. Sporcu Bireylerde Narsisizmin Tanısı.....	25
1.3. Rekabet.....	26
1.4. Empati .....	28
1.4.1. Ayna Nöronların Keşfi ve Biyolojik Nedenleri.....	31
1.4.2. Sporcularda Empati ve Sorunlu Sporcular .....	34

## İKİNCİ BÖLÜM YÖNTEM

2. YÖNTEM .....	36
2.1. Araştırmanın Modeli .....	36
2.2. Evren ve Örneklem .....	36
2.3. Veri Toplama Araçları .....	37
2.3.1. Sosyo demografik Bilgi Formu .....	37
2.3.2. Sporcu Kimliği Ölçeği (Skö).....	37
2.3.3. Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği .....	38
2.3.4. Empati Düzeyi Belirleme (Edbö) Ölçeği .....	39
2.4. Araştırma Süreci.....	39
2.5. Verilerin Analizi.....	40

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

<b>BULGULAR</b> .....	41
-----------------------	----

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

<b>TARTIŞMA</b> .....	50
<b>SONUÇ ve ÖNERİLER</b> .....	55
<b>KAYNAKÇA</b> .....	56
<b>EKLER</b> .....	67
<b>Ek-1:</b> Sosyodemografik Bilgi Formu .....	67
<b>Ek-2:</b> Sporcu Kimliği Ölçeği.....	69
<b>Ek-3:</b> Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği.....	70
<b>Ek-4:</b> Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği.....	71



## TABLolar LİSTESİ

Tablo No.	Sayfa No.
<b>Tablo 1.</b> Demografik Değişkenler İçin Sayı ve Yüzde Dağılımı .....	41
<b>Tablo 2.</b> Araştırmada Kullanılan Ölçeklere Ait Betimleyici İstatistikler. ....	42
<b>Tablo 3.</b> Ölçeklerin Güvenirlik Analizi .....	42
<b>Tablo 4.</b> Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Arasındaki İlişkiye Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	43
<b>Tablo 5.</b> Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları. ....	43
<b>Tablo 6.</b> Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Medenî Duruma Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları. ....	44
<b>Tablo 7.</b> Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları. ....	45
<b>Tablo 8.</b> Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları. ....	46
<b>Tablo 9.</b> Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Spor Yapma Sebebine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları.....	47
<b>Tablo 10.</b> Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Spor Yapılan Gün Sayısına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları.....	48
<b>Tablo 11.</b> Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Spor Yapılan Yıl Sayısına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları.....	49

## RESİM LİSTESİ

Sayfa No.

- Resim 1.** Eski Yunan'da M.Ö. 1600 yılına ait "Boks Yapan Gençler" freskosu, Thera (günümüz: Santorini)..... 9
- Resim 2.** Beşiktaş Jimnastik Kulübü ilk kurucuları ve üyeleri. .... 10

## KISALTMALAR

- APA** : American Psychological Association (Amerika Psikoloji Birliği).
- DSM** : Diagnostic and Statisticsl Manual of Mental Disorders (Psikiyatrik Bozukluklar Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitab).
- EDBÖ**: Empati Dúzeđi Belirleme Ölçeği.
- M.Ö** : Milattan Önce.
- SKÖ** : Sporcu Kimliği Ölçeği.
- SPSS** : Statistical Package programme for Social Science (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi)
- YÖK** : Yükseköğretim Kurulu.

## SİMGELER

**%** : Yüzde

**p** : 0,01 Anlamlılık Düzeyi

**p** : 0,05 Anlamlılık Düzeyi

**p** : Anlamlılık Düzeyi F : Frekans

**Sd** : Serbestlik Derecesi T : M.Witney

**X<sup>2</sup>** : Ki- kare test istatistiği

**Z** : Anlamlılık Değeri Karşılaştırma İstatistiği.

## GİRİŞ

Bu bölüm araştırmanın amacı, önemi, hipotezleri, sayıltıları, sınırlılıkları ve araştırmada kullanılan kavramlara ilişkin tanımlar yer almaktadır.

### ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı, düzenli spor yapan bireylerin sporcu kimliği ile narsisizm ve empati düzeyleri arasındaki ilişkilerin tespit edilmesidir.

### ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

İlk zamanlarda yarışma ve eğlence amaçlı olarak yapılan bir aktivite olarak ortaya çıkan spor, günümüzde farklı amaçlar için kullanılmaktadır. Aynı zamanda başarı ve güç göstergesi olarak bilinen sporun insan sağlığı üzerinde olumlu etkilerinin var olduğu bilinmektedir. İster formda kalma, ister fizik tedavi isterse de meditasyon aracı olarak kullanılarak sağlık üzerinde olumlu etkiler sağlayan sporun psikolojik yönleri de vardır. Günümüzde moda hâline gelen spor, psikolojiyi de işin içine katarak spor psikolojisi alanını ortaya çıkarmıştır. Spor psikolojisi, spor yapan bireylerin; özellikle de yarışa hazırlanmak ve yarış sırasındaki performansını etkilemek amaçlı geliştirilmiştir. Sporcularda ortaya çıkan davranışlarda, onların psikolojik yanlarını da işin içine katarak beden imgesi ile narsisizm ve empati düzeylerinin arasında ilişki olabileceği varsayılmaktadır. Beden ölçüleri sporda ideal sayılan ölçümlere yaklaştıkça ve spora başlama süresinden asılı olarak sporcu bireylerde narsisistik göstericiler ortaya çıkabilir, sporcular takım içinde veya ortak spor alanlarında büyüklük taslayabilir veya huzursuzluk çıkarabilir, sporcunun diğer bireylerle ilişkilerinde empati yoksunluğuna getirebilir. Spor salonlarında, kullandığı aletleri yerine koymama ve diğer bireylerin kullanım alanlarını daraltma gibi davranışlar sergileyebilirler. Bu açıdan araştırma düzenli spor yapan bireylerin sporcu kimlikleri ile narsisizm ve empati düzeylerinin ilişkisini belirlemek, demografik verilerle bu değişkenlerin nasıl değişiklik gösterebileceğini ortaya koyarak sporcunun kişiliğine, spor ortamlarında daha iyi bir ilişki kurmasına yardımcı olabilir. Bununla birlikte toplanan verilerin sonucuna bağlı yeni eğitim

programlarının geliştirilmesini sağlayabilir, gelişmekte olan spor psikolojisi, kendi alanında literatüre katkı sağlayabilir. Araştırma kapsamında dñzenli spor yapan bireylerde spor yapmanın kişilik özelliklerine etkisi, karşılaşabilecek narsisizm göstericileri ve aynı zamanda empati düzeyleri arasında daha önce araştırma yapılmamıştır. Bu açıdan kaynaklarda kullanılabilir. Aynı zamanda bu araştırma sporculara karşı ön yargıyla yaklaşılma, uzun seneler spor yapan bireylerin narsistik özelliklere sahip olması ve empati yapamaması düşünçesine bir yanıt olabilecektir.

### **ARAşTIRMANIN HİPOTEZLERİ**

H1: Sporcu Kimliği Ölçeği puanları ile Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanları ile Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H3: Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanları ile Sporcu Kimliği Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

H4: Sporcu Kimliği Ölçeği puanları, katılımcıların demografik özelliklerine (cinsiyet, medenî durum, eğitim durumu, gelir durumu, spor yapma sebebi, spor yapılan gün sayısı, spor yapılan toplam süre ve meslek durumu) göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir.

H5: Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği puanları, katılımcıların demografik özelliklerine (cinsiyet, medenî durum, eğitim durumu, gelir durumu, spor yapma sebebi, spor yapılan gün sayısı, spor yapılan toplam süre ve meslek durumu) göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir.

H6: Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanları, katılımcıların demografik özelliklerine (cinsiyet, medenî durum, eğitim durumu, gelir durumu, spor yapma sebebi, spor yapılan gün sayısı, spor yapılan toplam süre ve meslek durumu) göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir.

## **ARAŞTIRMANIN SAYILTILARI**

Araştırmanın sayılıtları aşağıda sıralanmıştır:

1. Araştırmada yer alan örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

2. Araştırmada yer alan katılımcıların verilerini toplamak için kullanılan ‘Sosyodemografik Bilgi Formu’nun katılımcıların sosyodemografik özelliklerini, ‘Sporcu Kimliği Ölçeği’nin katılımcıların sporcu kimlik rollerini, ‘Narsisistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği’nin katılımcıların büyüklenmeci narsisizm düzeylerini, ‘Empati Düzeyi Belirleme (EDBÖ) Ölçeği’nin katılımcıların empati düzeylerini doğru bir şekilde ölçtüğü varsayılmıştır.

3. Araştırma örnekleminde yer alan katılımcıların, ‘Sosyodemografik Bilgi Formu’, ‘Sporcu Kimliği Ölçeği’, ‘Narsisistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği’, ‘Empati Düzeyi Belirleme (EDBÖ) Ölçeği’nde yer alan sorulara dürüst ve gerçek durumlarını gösterecek şekilde yanıt verdikleri varsayılmıştır.

## **ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI**

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıda sıralanmıştır:

1. Araştırmaya katılan bireyler düzenli spor yapmak ile sınırlıdır.

2. Araştırmaya katılan bireyler 18-45 yaş ile sınırlıdır.

3. Bu araştırmada kullanılan veriler 2018-2019 yıllarında toplanan verilerle sınırlıdır.

4. Araştırma ‘Sosyodemografik Bilgi Formu’, ‘Sporcu Kimliği Ölçeği’, ‘Narsisistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği’ ve ‘Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği’nde yer alan sorularla sınırlıdır.

## TANIMLAR

**Spor:** sağlık, eğence, yarişma, savunma ve maddi kazanç anlamlı yapılan birtakım egzersizler ve hareketler grubu.

**Empati:** Kişinin kendisini diğer kişinin yerine koyarak olaylara onun gozyle bakması, bu bakış açısından diğer kişinin duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışması ve bu olayı anlamış olarak diğer kişiye yonetmesi ve iletmesi durumu empati olarak bilinmektedir.

**Narsisizm:** Kişinin kendi fiziksel durumuna ve farklılığına gereğinden fazla hayran olması ve kişinin kendine açık olması.

**Sporcu:** Amator ve profesyonel olmak üzere iki kısıma ayılır. Genel olarak düzenli spor yapan, sporun kurallarına uymakla birlikte kendini geliştiren, yarişlara hazırlanan ve kazanma hırsı yüksek olan bireylerdir.



## BİRİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL AÇIKLAMALAR

#### 1.1. Spor

Spor kelimesi, bilinenin tam anksine İngilizce değil, Latince kökenli ‘disport’ veya ‘disportare’; yani ‘dağıtmak, birbirinden ayırmak, işten uzaklaşmak, zor iş değil, eğlence” anlamında olan kelimenin seneler içinde çok fazla kullanılarak kısaltılması sonucu ortaya çıkmıştır (Özbayar, 1983, s. 30, Doğan, 2015, s. 1).

Türkiye’de ve ana dilinde yazılmış olan ilk “İnsan Davranışlarının Sınırları ve Spor Psikolojisi” kitabının yazarı Prof. Dr. Sabri ÖZBAYAR’ın sporla ilgili yapmış olduğu ‘*kurallara bağlanmış ve geliştirilmiş bir oyun*’ tanımı, günümüz kitaplarında da sporu tarif ederken yaygın olarak kullanılmaktadır (Doğan, 2015, s.1, Doğan, 2004, s.1). Spor, insanın doğasında var olan saldırganlık dürtlerini bastırması, olumsuz duygulardan uzaklaşması, bireyin kendini kontrol etme yetkinisine sahip olması ve kendi kendini motive etmesi için en önemli unsurlardan biri olarak tanımlanmaktadır (Atasoy ve Kuter, 2005, s. 14).

Sadece vücuduyla uğraşmak dışında bir sosyalleşme, topluma ayak uydurma süreci olarak spor, aynı zamanda kurallarla sınırlandırılmaktadır. Sporcu, özellikle de takım oyuncuysa takıma uyum sağlama özellikleri göstermeli, antrenör, hakem ve takım arkadaşlarıyla saygı çerçevesinde bulunmalıdır. Spor, bireyde sadece takım içi birliğe uyma ve hedefe birlikte kitlenme dışında, sporcu karakterinin şekillenmesinde, dürüstçe yarışmasında, zorunlu mücadelelerden korkmaması ve yarışa devam etmesi ve en önemlisi saldırganlık dürtülerinin bastırılmasında yardımcı olmaktadır (Başer, 1985, s. 61).

Spor, temel olarak insanın kendini hem psikolojik hem de fiziksel olarak eğitmesine yardımcı olan başlıca etkenlerden biridir. Gün geçtikçe spor moda hâline gelmekle kalmıyor aynı zamanda bir meditasyon aracı olarak da kullanılarak kişinin kendini geliştirme ve stresle baş etmesinde yardımına koşmaktadır (Eren, 2012, s. 16). Aynı zamanda ebeveynlerin sağlıklı çocuk büyütmede spora önem verdikleri yapılan araştırmalar arasında gösterilmektedir (Doğan, 2015, s. 68).

İnsanlar sporu sadece yarışma amaçlı değil; vakit geçirmek, boş zamanlarını doldurmak, oyalanmak için de yapmaktadırlar. Bu gibi durumlarda, bireylerden yüksek performans göstermelerini beklememek gerekmektedir. Aynı zamanda bu bireylerin çok fazla haz alamadığı bilinmektedir. (Özbayar, 1983, s. 31). Amacı yarışma olmayan bir spor aktivitesinde performans ön planda olamamaktadır. İster takım isterse de bireysel olarak yarışma zamanı ya da sporcunun kendi rekorunu kırmak için güç ve çaba sarf etmesi, yetenekleri, kurallara uyumu ve ortaya koymuş olduğu performansı göz önünde bulundurulur (Doğan, 2015, s. 2).

İnsan herhangi bir şeyi unutmak, stresli ortamdaki uzaklaşmak için spor yapar, düşünce olarak spora odaklanırsa bu zaman bireyde haz alma ve performansın ireli düzeyde olması kaçınılmazdır. Herhangi bir sorundan kaçış nedeniyle kendini spora veren insanlarda performans göstereicileri yüksek düzeyde karşımıza çıkmaktadır (Özbayar, 1983, s. 31)

Günümüzde insanların hem spor yapmaya hem de izlemeye olan merak ve ilgisinin artmakta olması, çağdaş sosyal yaşamın ayırt edici özelliklerindedir. Spor; dil, din, ırk ve cinsiyet ayrımı yapılmadan ister tribünlerden, isterse televizyonların başında dünyanın her tarafından milyonlarca insanı aynı anda toplayabilen en güçlü aktivitelerden biri olarak bilinmektedir (Küçük, 2004, s. 4).

Günlük yaşam şartları, iş hayatı ve bunun gibi monotonlaşan hayat insanlarda manevi yalnızlığa zemin yaratan faktörlerden sayılabilir. Sosyal hayata karşı heves kaybı, amaçsızlık, isteksizlik ve değişmeyen çalışma şartlarından kaynaklanan karamsar ve bunalıma sürükleyici durumlarla baş etmede spor yardımcı olabilmektedir. Spor, bireyin sadece bedensel ve psikolojik olarak kendini geliştirmesi ve güçlendirmesi değil, insan ilişkilerinin de geliştirilmesinde bireysel olduğu kadar, sosyal açıdan da etkili olmasıdır. Spor; ferdin sosyalleşmesinde, sorumluluk duygusunun, yardım severliğin, ortama düzen sağlama kabiliyetinin, iş birliği yeteneklerinin geliştirilmesine katkıda bulunmaktadır. Bunların yanı sıra spor, insan ve toplum ilişkilerinin gelişiminde yardımcı olduğu gibi toplumun yücelmesinde de önemli rol oynamaktadır (Atasoy ve Kuter, 2005, s. 14).

İnsanların doğasında var olan güdüler arasında ikincil güdeler bireyleri kişiler arası iletişime sevk etmekte, bireylerde dostluk kurma, sevilme, saygı duyma ve duyulma isteği yaratmaktadır. Bu açıdan bakıldığında spor insanları bir araya getirme, psikolojik olarak güçlendirme ve iletişim kurma bakımından önemli bir araç olabilmektedir (Özçelik ve ark, 2015, s. 13). Sadece günlük yaşamda yetişkinlerin yaptığı bir aktivite olmak dışında spor çocuk gelişimi ve çocuk gelişiminde önemli rol oynar. Organize edilmiş oyunlar özellikle dikkate alınmalıdır, bu oyunlar çocukta otoriteye karşı reaksiyon gösterme, otoriteyle başa çıkma, yaşlılarıyla daha iyi anlaşma konusunda yardımcı olabilmektedir. Bu sayede çocukta kıskançlık duyguları bastırılarak kendinden iyi birisini gördüğü zaman kendi değerinin ve başarısının azalmayacağını anlama durumları ortaya çıkabilmektedir (Küçük ve Koç, 2004, s. 8).

Spor aynı zamanda bireylerin yaşam kalitesini artıran, onları hastalıklara karşı koruyabilen bir aktivasyondur. Özellikle de kanser ve diğer kötü huylu hastalıklardan korumak dışında spor olası bir hastalıkla karşılaşmada vücudu güçlendirerek hastalığı daha rahat atlatmayı sağlamaktadır (Genç ve ark, 2011, s. 146).

Çocuklarda spora başlama yaşı yapacağı spor dalına uygun olarak değişebilmektedir. Spora başlayacak olan çocukta biyolojik yaşın yanı sıra boy ve kilo göstericilerinde değişiklik olabilmesini göz önünde bulundurarak çocuğun fizyolojik yaşı da dikkate alınmalıdır. Ayrıca fizyolojik yaşın bilinmesi çocuğa uygun bir antreman programı çıkarılmasına ve performans göstericilerinin artmasına yardımcı olabilmektedir (Başer, 1985, s. 21). Ortalama 6 ile 12 yaş arası çocuklarda vücutta kemikleşme süreci tamamlanır ve bu dönemde beyin ve sinir sisteminin işlevsel gelişme süreci yeni başlar (Başer, 1985, s. 22). Aynı zamanda çocuklarda hareket beceriklerinin gelişmesi son bulduğu için bu dönem spora başlamak için en ideal sayılmaktadır (Başer, 1985, s. 23).

Bebeğin doğumundan gelen merak hissiyle birlikte, bebek eline geçen nesnelere ağzına götürür, bazen herhangi bir nesneye ulaşmak için sıçrar, yaş ilerledikçe yürümeyi, koşmayı, zıplamayı öğrenir. Bu bakımdan yüzme ve buzda kayma gibi birtakım faaliyetler okul öncesinden öğrenmeye başlanılmalı olan konulardır (Özbayar, 1983, s. 37).

Üç yaşındaki bir çocuk rahat olmayan bir zeminde ve değişik hava şartlarında yürüyebildiği için üç yaşından itibaren yüzmeye başlayabilir. Üç yaş sonrasında artık suda oynanan oyunlara katılabilir, buz pateni ve kayak eğitimleri alabilir (Doğan, 2015, s. 65). Bundan ilave çocuklarda spora başlama ve uygulama yaşlarına göz atıldığında ata binmeye beş, futbol ve basketbola altı, dövüş sporlarına dokuz, bisiklet, kürek gibi sporlara on bir, haltere ise on yaşından başlanmalıdır (Doğan, 2015, s. 68).

### **1.1.1. Sporun Tarihi**

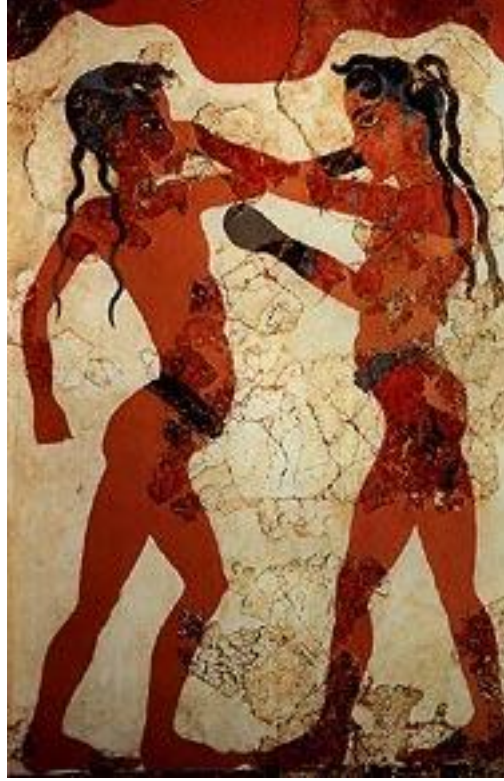
Spor, insanlık tarihinde ilk olarak savaşlarda kazanma hırsı, avlanma ve güç gösterisi için yapılırsa da daha sonralar insanlar tarafından eğlence hâline gelerek yarışlara çevrilmiştir (Çakıroğlu, 1987, s. 1).

Bir yarışma olarak spor mücadele ve rekabete dayanmakta olup kazanma hırsı ve galibiyet için zorlu mücadelelerin yer aldığı bir aktivitedir. Tarih boyunca insanlar sporun sadece bir kısmı olan müsabakalarda yarışmaktan veya seyirci olarak izlemekten ve büyük bir coşku ile taraftar olmaktan haz almıştır (Bayar, 2011, s. 132).

İnsanlar arasında istirahat etmek, hoş zaman geçirmek, eğlenme amaçlı kullanılan spor, daha sonralar sağlıklı olmak, kendini iyi hissetme, beden imgesi ve diğer çeşitli amaçlara yönelmiş, tarih boyu birçok değişime maruz kalarak günümüzde modern toplumun yüksek kültür göstergesi olarak düzenli yapılan aktiviteler hâline gelmiştir (Tanrıverdi, 2012, s. 1073).

Spor tarihinde, ilk yarışlar milattan önceye, antik Yunanlara dayanmaktadır. Tarih yazarlarının belirttiği üzere Olimpiyat Oyunları ile ilgili ilk kesin kayıtlar M.Ö. 776 yılından alınmaya başlamış olduğu için bu oyunlar başlangıç olarak bilinir. Yunanların olimpiyat takvimine ilk olarak bu yıl girildiği için, oyunların başlama tarihi M.Ö. 776 olarak bilinir. Esasen M.Ö. 1200 yıllarında yaşamış olduğu varsayılan Homeros, İlayda ve Odessa adlı eserinin birçok yerinde, Olimpia bölgesinde Yunanlar'dan çok daha önce spor yarışları düzenlediklerini bildirmiştir (Tekin, 2014, s. 122). Diğer taraftan bakıldığı zaman, bazı tarihçiler arkeolojik

bulguları baz alarak sporların M.Ö. 1500 yılından itibaren Olimpia bölgesinde yapılmaya başladığını belirtmişlerdir. Bu bilgilere göre Olimpia’da yapılan yarışmaların spor aktivitelerini yarış hâline getirip olimpiyatların düzenlenmesinde, Yunanlar dünyanın ilk spor organizasyonunu yapan toplum olarak kabul edilebilir (Tekin, 2014, s. 123).



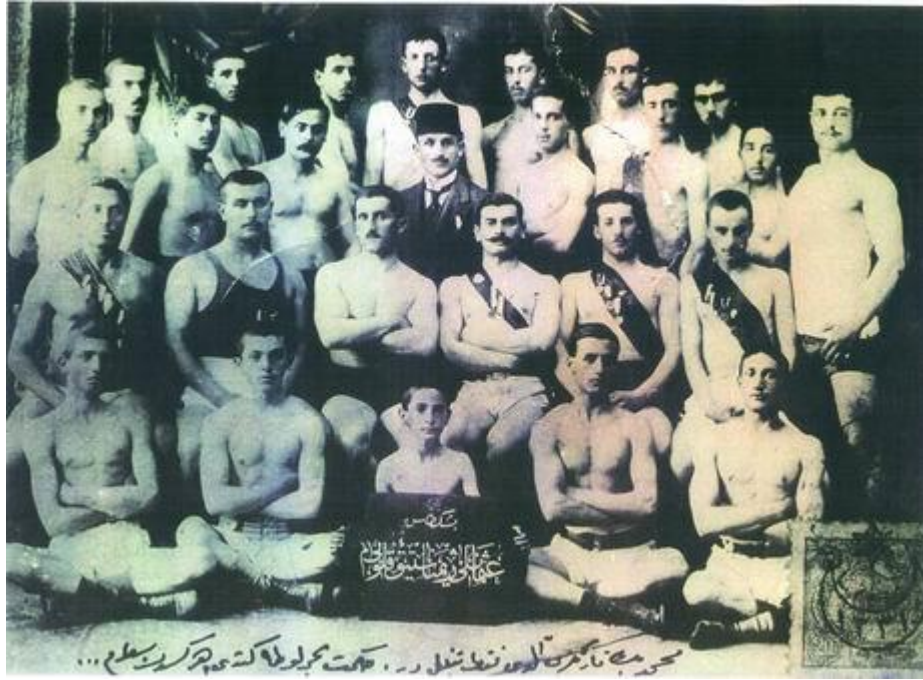
Resim 1. Eski Yunan’da M.Ö. 1600 yılına ait “Boks Yapan Gençler” freskosu, Thera (günümüz: Santorini).

<http://people.hsc.edu/dri/classics/sites/santorini/art4.htm> (12.05.2019’da bakıldı).

Osmanlı Devleti’nde, kuruluşundan itibaren kurallarıyla yapılan spor faaliyetlerine dağcılık, kılıç sporları, avcılık ve bunlarla birlikte güreş ve ok atma dahil olmuştur. Spor, bu toplumda diğer toplumlarda olduğu olduğu gibi ilk başlarda eğitim değil, savunma ve kazanma amaçlıydı. Orhan Bey’in yapmış olduğu düzenlemeler sonucunda spor medreselerde talim amaçlı kullanılmaya başlamıştır (Soyer, 2004, s. 214). Kırkpınar güreşleri de bu süreçte ortaya çıkmıştır (Soyer 2004, s. 214).

Osmanlı, Tanzimat Döneminde atalardan gelen kültür ve sporda örgütlemeler ön plandayken Tanzimat Döneminin sona ermesi ve batıcılığa geçmekle birlikte kulüpleşmeler de ortaya çıkmaya başlamıştır (Soyer, 2004, s. 215).

Avrupa ülkelerinde 19. yy. başlarında gelişmekte olan kulüpler, Türkiye’de 1870’li yıllarda kurulmaya başlamıştır. Jimnastikçiler, okullarda beden eğitimi dersleri ve yanı sıra kulüpler bu senelerden sonra oluşturulmuştur. İlk Türk kulübü ‘Beşiktaş Terbiye-i Bedeniye’ adıyla İstanbul’da kurulmuştur (Soyer 2004, s. 216).



Resim 2. Beşiktaş Jimnastik Kulübü ilk kurucuları ve üyeleri.  
<https://bjk.com.tr/tr/cms/tarihce/2/73> (14.05.2019).

İstanbul’daki ilk spor kulübü Moda Futbol ve Rugby adı ile 1896 yılında İngilizler tarafından kurulmuştur. İlk Türk spor kulübü ise Reşat Danyal ve Fuat Hüsnü tarafından 1899 yılında kurulan Black Stockings’tir. Moda Futbol ve Rugby 1896, Kadıköy Spor Kulübü 1899, Black Stockings Spor Kulübü 1899, İmagine Spor Kulübü 1900, Elpis Spor Kulübü 1900, Beşiktaş Jimnastik Kulübü 1903, Galatasaray Spor Kulübü 1905 ve Fenerbahçe Spor Kulübü 1907 yıllarında kurulmuştur (Soyer 2004, s. 216).

### 1.1.2. Spor Psikolojisi

Psikoloji, ‘*insan ve hayvan davranışlarını, davranışların nedenleriyle sonuçları arasındaki ilişkileri bilimsel yöntemle inceleyen bir bilim dalıdır*’ (Doğan, 2015, s. 10).

Psikolojinin günümüze bir deneysel bilim olarak ulaşması 2500 seneye dayanmaktadır. Bu süreçte kendi laboratuvar ve yöntemlerini geliştirmesi uzun ve zorlu bir yoldan çekmiş, birden fazla değişimlere uğramış ve aynı zamanda yasalara uyum sağlamıştır (Başer, 1985, s. 16).

Psikolojiyle felsefenin daha ayrımı yapılmadığı devirlerde, psikolojiyle ilgili ilk araştırmayı Aristo’nun yapmış olduğu bilinmektedir (Başer, 1985, s. 16).

Araştırmacıların yapmış olduğu çalışmalar sonucunda psikoloji çeşitli ekollere ayrılmış, bu ekollerden ‘uygulamalı psikolojisi’ de kendi içinde dallara ayrılmıştır. Spor psikolojisi de, yedi kısma ayrılmış olan uygulamalı psikoloji alanlarından biridir (Başer, 1985, s. 17).

Sporunun öneminin artmakta olduğu dönemlerde sporcularda var olan rekabet hırsıyla birlikte kişinin hem psikolojik hem de fizyolojik özelliklerine etki etmesi düşünülerek “Spor psikolojisi” termi ortaya çıkmıştır (Çakıroğlu, 1987, s. 3).

Spor psikolojisi terimini ilk defa Fransız asilzade Pierre de Coubertin tarafından kullanılmıştır. Modern olimpiyatların kurucusu olarak bilinen Pierre de Coubertin, 1900 yılından başlayarak ömrünün sonuna kadar (ölümü : 1937) spor psikolojisiyle ilgili yazılar yayınladı. Pierre de Coubertin’in makalesinin ismi ‘La Psychologie du Sport’ olarak bilinmektedir (Karageorghis ve Costas, 2015, s. 3).

Spor psikolojisi, psikolojinin temel kurallarını ve varsayımlarını spor üzerinden değerlendirerek, sporunun yarış zamanı içinde olduğu psikolojik durumunu dikkate alır. Bu psikolojik durumun sporcuya olan etkisinin olumlu ve olumsuz taraflarını gözden geçirerek, performans artırmasında etkisine bakılmaktadır. Bu yüzden de spor psikolojisi hassasiyetle ele alınmalı ve araştırmalar yapılmalıdır. (Çakıroğlu, 1987, s. 4).

### 1.1.2.1. Spor Psikolojisi Tarihi

Spor psikolojisinin gerçek doğum yerinin zaman aşımına uğraması sonucunda bu alanın Avrupa'da ortaya çıkıp daha sonralar orta Avrupa'ya geçmiş olması bilinmekteyken (Karageorghis ve Terry 2017, s. 3), günümüzde ABD' de spor psikolojisinin en popüler olduğu ve spor psikolojisi alanında ileri düzeyde araştırmalar yapıldığı bilinmektedir (Yeltepe, 2007, s 10).

Dünyada ilk spor psikolojisi laboratuvarı Almanya'nın Berlin şehrinde 1920 senesinde Carl Diem tarafından kurulmuştur. Bu laboratuvara '*The Deutsche Hochschule Fur Leibesubungen*' adı verilmiştir. Bunun yanı sıra 1925 senesinde de Leningrad'ta '*Institutes of Physical Culture*' adıyla A.Z. Puni tarafından kurulmuş olan laboratuvar da ilk laboratuvar olarak bilinmektedir. ABD'de ise 1925 yılında Dr. Colman. Griffitt tarafından kurulan '*Athletics Research Laboratory*', fon eksikliği sebebiyle 1932 senesinde faaliyetini sonlandırmıştır (Yeltepe, 2007, s. 10-11).

İlk Uluslararası Spor Psikolojisi Birliği (İnternational Society of Sport Psychology - İSSP) 1965 senesinde Roma'da kurulmuş ve aynı zamanda, İlk Dünya Spor Psikolojisi Kongresi de aynı yıl Roma'da gerçekleşmiştir. Bunların yanı sıra Avrupa'da, Avrupa Spor Psikolojisi Federasyonu (European Federation of Sport Psychology - FEPSAC) 1969 senesinde Vittell'de kurulurken Amerika'da American Psikoloji Birliği (Americian Psychological Association- APA) 1987'de, 47.bölüm olarak spor psikolojisi kabul görmüştür (Doğan, 2004, s. 3; Yeltepe, 2007, s. 12; Doğan, 2015, s. 4).

Türkiye'de spor psikolojisi tarihine baktığımızda bu sürecin gelişmesi, spor bilimlerin gelişmesiyle ortaya çıkmıştır. Mustafa Kemal Atatürk bilim insanları, sanatçılar ve sporcuların ülkenin gelişimine önemli düzeyde katkıda bulunan alanlar olarak ayrımı bilinmektedir. Türkiye Cumhuriyeti tarihinde eğitim amaçlı yurt dışına gönderilen öğrenciler arasında, ilk yıllarda dört kişi müzik ve resim eğitimi için Paris'e, bir kişi doğa bilimleri istikametinde Berlin'e, Vildan Aşır ve Suad Hayribey ise spor alanında eğitim için Belçika'ya gönderilmiştir (Bayar , 2011, s. 131).



Türkiye’de spor psikolojisi hakkında ilk defa 1943 senesinde yabancı bir kitaptan çeviri yapılmış ve yayınlanmıştır. 1973 ve 1974 senelerine bakıldığında ise Lütfi Öztabağ’ın yazmış olduğu iki kitapla karşılaşmaktayız. Bunlar, ‘Spor Psikolojisi’ ve ‘Antrenör Psikolojisi’ isimli kitaplardır. Devamında, Süleyman Çetin Özoğlu’nun ‘Spor Psikolojisi’ ve Sabri Özbaydar’ın ‘İnsan Davranışının Sınırları ve Spor Psikolojisi’ kitapları ile gazete ve dergi yayınları gelmektedir (Başer, 1985, s. 40-41).

1980’li yıllardan günümüze kadar spor psikolojisi alanının gelişimi üç farklı aşamadan geçmiştir. İlk olarak 1980’lerde başlamış, bu yıllar arasında Türkçeye çeviriler yapılmış, kitaplar yazılmıştır. 1982 senesinden başlayarak 1992 senesine kadar ‘kıpırdama’ olarak isimlendirilen ikinci aşamaya geçiş yapılmış, bu aşamada YÖK (Yüksek Öğretim Kurulu) tarafından onay verilmiş ve üniversitelerde spor psikolojisiyle ilgili ilk yüksek lisans ve doktora tezleri yazılmıştır. 1992 senesinden başlayıp hâlen devam eden ‘oluşum’ aşamasında, artık spor psikolojisi dersi yetmişten fazla kurumda verilmeye başlamış, Uluslararası Spor Psikologları Derneğine 10’un üzerinde Türk spor psikologu üye olmuştur (Bayar, 2011, s. 132).

#### **1.1.2.2. Spor Psikoloğu**

Sporun moda hâline gelmesi, insanların dikkatinin sporculara odaklandığı, sporcuların yüksek kazançlar elde ettiği zamanlarda sporcularda psikolog ihtiyacı yaşanmaya başladı (Doğan, 2004, s. 2)

Spor psikoloğu hem sporla iç-içe olan hem de psikoloji alanını bitirmiş bireylere verilen unvandır (Bauman, 1994, s.14). Spor psikoloğu olmak için, sadece sporcu olmak veya psikoloji bölümü bitirip sporla iç-içe olmak, kendini kitap veya makalelerle yetiştirmek yetmemektedir. Günümüzde spor psikolojisi konusunda daha çok gelişme kaydedilmiş ülke olarak bilinen ABD’de, spor psikoloğu unvanını alabilmek için lisansüstü eğitimlerin alınması gerektiği bilinmektedir (Doğan, 2004, s. 4).

Sporcudaki olası bir durumda ortaya çıkabilecek olan, alkol veya performans arttırıcı madde kullanımı, kişilik bozuklukları, yeme bozuklukları, dürtüsel bozukluklar, duygusal sorunlar, şiddetli depresyon, agresyon ve öfke ifade

tarzlarında sorun çıkarma ve bunun gibi çeşitli problemlerle karşılaşması durumunda, bu durumlarla baş edebilmesi için spor psikoloğunun klinik bilgilere sahip olması, klinik psikoloji eğitimi alması gerekmektedir.(Yeltepe, 2007, s. 20-21

Özellikle de performans artırıcı madde, doping kullanımı hâlleriyle karşılaşılan zamanlarda spor psikologlarına önemli derecede ihtiyaç duyulur. Doping, sporcuda sinir sisteminin işlevsellikleriyle oynayarak yorgunluk hissini aradan kaldırır ve sporcuların daha çok çalışabilmesine neden olur. Doping kullanımı, sporcunun yapmış olduğu sporun şiddeti ve almış olduğu doza göre sporcuyu ölüme götürdüğü bilinmektedir (Başer, 1985, s. 46). Bu gibi hâller olduğu zaman veya bu gibi hâllerin önüne geçmek amaçlı spor psikologları performansı yükseltmek veya performansı engelleyebilecek olan durumları ortadan kaldırmak amaçlı çeşitli psikoloji uygulamaları yapabilmektedirler (Başer, 1985, s. 47).

Spor psikologları çalışmış olduğu alanlara uygun olarak çeşitli gruplara ayrılmaktadırlar:

1. Araştırmacı veya akademik spor psikoloğu,
2. Eğitimci spor psikoloğu,
3. Uygulayıcı spor psikoloğu,
4. Danışman spor psikoloğu.

Araştırmacı veya akademik spor psikoloğu, genellikle üniversitelerde ve kulüplerde akademisyen olarak yeri olan ve araştırma amaçlı çalışan bireylerdir. Amaçları bilimsel olarak bilgi paylaşımında bulunmak, sporculara, antrenörlere hizmet vermek, ileriki dönemlerde pratik olan bu bilgileri kullanmaktır.

Eğitimci spor psikoloğu, spor psikolojisi alanında öğrenciler yetiştiren, genelde üniversitelerde öğretim görevlisi olarak çalışın, spor psikolojisi, spor ve egzersiz psikolojisi, sosyal psikolojisi dersleri vermekte olan bireylerdir.

Uygulayıcı spor psikologları sporculara, antrenörlere, hakemlere spor psikolojisi alanında eğitim ve kurslar veren, pratik uygulamalar yapan, performansın artması için çaba gösteren bireylerdir.

Danışman spor psikologları ise sporcunun karşılaşabileceği herhangi bir durumda, birebir danışarak yardım alabileceği bireylerdir. Bu bireyler aynı zamanda fitness alanında da danışmanlık verebilmekteler ( Doğan, 2004, s. 4; Yeltepe, 2007, s.21-22).

1960’larda Melbourne Olimpiyatları’na spor psikologlarının gözlemci olarak katılmış oldukları bilinmektedir. 1970 senesinde Batı Avrupa ve Sovyetler Birliği’nde, 1968 senesinde Meksika Olimpiyatları’nda, 1988 senesinde ise Amerika Olimpiyatları’na sporcuların yanı sıra aktif olmasa da gözlemci olarak spor psikologları da katılmıştır. (Yeltepe, 2007, s. 12). Türkiye’deyse psikolojik yardım için ilk defa 2004 senesinde Atina Olimpiyatları’na katılacak olan sporculara bir mentör ve bir de psikolojik danışman olmak üzere iki kişi eşlik etmişlerdir. Bu iki kişi, mentör Turgay Biçer ve psikolojik danışman Cengiz Karagözoğlu’dur (Yeltepe, 2007, s. 13; Doğan, 2015, s. 5)).

### **1.1.3 Kişilik Özellikleri ve Sporcu Kimliği**

#### **1.1.3.1. Kişilik Özellikleri**

Persona, Yuyanca kelime olan maske anlamına gelmektedir. Persona, tiyatro oyuncularının oyun zamanı taktıkları maske arkasındaki gerçek kişilik özellikleri değil oynadıkları rola uygun girdikleri kişilik özellikleri ifade etmek için kullanılmakta idi. Gerçek kişilik ise bireyin hem biyolojik hem sosyal hem de kültürel özelliklerinin toplamıdır (Aslan, 2008, s. 8)

Kişilik, bireyin yaşamış olduğu çevre veya içinde bulunduğu ortamlarda diğer insanlarla iletişimde olması, bu iletişim zamanı ortaya koymuş olduğu tepkileri ve kendini ifade etme biçimi olarak tanımlanmaktadır. Kişiliğin fonunda karakter ve mizaç oluşmaktadır. Kişiliğin çok sayıda dalları ve özellikleri mevcuttur. Bir insanı anlatırken onun belirgin kişilik özelliklerinden bahsederiz (Doğan, 2015, s. 82). Kişiliğin gelişimi doğumdan başlar daha sonrasında bir değil birkaç aşamadan oluşur ve gelişir (Doğan, 2015, s. 83)

Burger (2004), kişiliği tanımlarken iki önemli noktaya dikkat edilmesini söylemektedir. Bu iki önemli noktaya, kişinin kendisinin yapmış olduğu, kendisinden ileri gelen tutarlı davranış biçimleri ve kişilik içi prosesler aittir. Tutarlı davranışlar bölümünde, kişinin yapmakta olduğu davranışların tutarlı olması beklenirken kişilik içi proseslerde psikolojik problemler ortaya çıkmaktadır. Kişilik psikologları ve klinik psikologlar kişilik içi süreçleri göz önünde bulundurarak bireylerle çalışmaktadırlar (Burger, 2004, s. 23 ).

Bireyin zekası, yetenekleri, duygusal tepkileri ve heyecanı, ilgi alanları ve genel kültür gibi, kendine has bütün vasıflarının dahil olduğu ruhsal bir bütünlük kişilik olarak tanımlanabilmektedir. Aynı zamanda bu özellikler sporcunun verimini etkileyen ve sporcu kimliğine yön veren hareketlerdir. (Başer, 1985, s. 62).

### **1.1.3.2. Sporcu Kimliği**

Kişilik kuramlarını açıklamaya çalışırken kişiliğe tipoloji teorisiyle yaklaşıldığında, sporcunun vücut ölçeleri ile beden imgesinin bireyin kişiliğine önemli derecede etki ettiğini belirlemiştir. Çok eski zamanlardan beri vücut ölçüleri büyük olan bireylerin beden ölçüleri güç göstericisi olarak idrak edilmiş ve aynı zamanda bu bireylerin zayıf bireylere nazaran farklı kişilik özelliklerine sahip olduklarına inanmışlardır (İkizler ve Karagözoğlu, 1997, s. 88).

Spor psikolojisi tarihine baktığımızda bu alanda yapılmış olan araştırmaların çoğunluğunda kişilik kuramları ele alınmıştır. Bu alanda başarı elde etmek için güçlü kişilik özelliklerine sahip olma düşüncesi, araştırmaların artmasına neden olmuştur. Spor ve egzersiz psikolojisinde kişilik özellikleri ve sporcu kimliğine olan yaklaşımlar dört ana başlıkta toplanır:

1. Psikodinamik Yaklaşım,
2. Özellik Yaklaşımı,
3. Duygusallık Yaklaşımı,
4. Etkileşim Yaklaşımı (Yeltepe, 2007, s. 81).

Hem Türkiye’de hem de dünya genelinde yapılmış olan araştırmalarda, dzenli spor yapan ve yapmayan bireylerde, aynı zamanda spor yapan bireyler arasında bile farklı kişilik özelliklerinin olduğu ortaya çıkarılmış, sporcuların farklı psikolojik özelliklerinin olduğu tespitlendirilmiş, sporcu performansının artırılması ve antrenörlere yardım edilmesi amacıyla kullanılmaya başlanmıştır ( Bilge, 1992, s. 10).

### **1.1.3.3. Sporda Cinsiyet Farkı ve Cinsellik**

Sporda veya herhangi bir alanda cinsiyet farkı, bireyin yaşadığı toplumun kültürüne bağlı olarak değişmektedir. Bazı toplumlarda normal karşılanan bu durum bazı küçük, daha kapalı görüşlü, gelişmemiş toplumlarda ise kabul görmemektedir (Yüksel, 2012, s. 665).

Kadın ve erkek arasında biyolojik farkların olması, genler ve hormonlar ve fiziksel özelliklerin araştırılmasına neden olmuştur. Bu alanda yeni teoriler ortaya atılmış, bilişsel cinsiyet teorileri, sosyal psikolojik cinsiyet teorileri ve sosyal öğrenme teorileri araştırılmıştır (Yeltepe, 2007, s. 173).

Kadın ve erkek arasındaki teoriler araştırılırken toplumsal cinsiyet farkları kavramı ortaya çıkmıştır. Tarih boyu devam eden bu konu ne yazık ki günümüzde de devam etmektedir. Modern toplumun en büyük sorunu olan kadın erkek eşişsizliğiyle mücadele devam etmektedir. Bu alanda feminizm uzun seneler savaşmış kadınlara birçok alanda hak tanınmasına sebep olmuştur (Yüksel, 2014, s. 666).

Erkek ataerkil toplumlarda, erkeklik gösterisi olarak bilinen spor alanına kadınların katılmış olması, kadın erkek arasındaki farklılıkların araştırılmasına neden olmuştur. Bu konuda birçok araştırmalar yapılmış, kadın ve erkek arasında en önemli farkın fizyolojik özellikler olduğu saptanmıştır. Erkekleri kadınlardan ayıran ve doğuştan gelen bu özellikler, erkekleri sporda daha çok başarılı olmasını sağlamaktadır. Yapılan araştırmalarda, kadınların kalp atışları ve akciğer kapasitelerinin erkeklere oranla daha düşük olduğu, erkeklerin oksijen tüketiminin daha fazla olduğu belirlenmiştir (zbaydar, 1983, s. 51). Sınırkavak ve arkadaşlarının 2014 senesinde farklı spor branşlarında yarışan elit sporcularla yapmış

olduğu araştırmada bu bulgular doğrulanmış, kadınların kilo başına dışen oksijen tüketiminin erkeklere oranla daha az olduğu saptanmıştır (Sınırkavak ve ark, 2014, s. 175). Bunların yanı sıra, kadınlarda hormon ve gen farklılıklarından dolayı kas yapısı erkeklerden daha az gelişmiştir (Yeltepe, 2007, s. 173). Eşit ağırlıkta yarışan kadın ve erkek grupları arasında incelenme yapılmış, kadınların kas gücünen erkeklere oranla daha az olduğu belirlenmiştir. Çalışmada erkeklerin kas gücü 100% belirlenmiş, kadınlarınsa bu orana yaklaşık olarak 78% sahip oldukları belirlenmiştir (Özbaydar, 1983, s. 51).

Sporda cinsiyet farklılıkları dikkate alınırken eşcinsellik dikkat edilmesi gereken konulardandır. Bu sporcular, genellikle takım tarafından ayrıştırılan, hor görülen ve kısıtlanan oyunculardır. Özellikle kadın takımlarında eşcinsel sporcuların çok daha fazla olduğu saptanmıştır. Eşcinsel sporculara homofobik yaklaşımların nedeni olarak kültürel farkların olduğu gösterilmektedir. Amerika Birleşik Devletlerinde eşcinsellerin kurmuş olduğu amatör takımların varlığı bilinmektedir (Canan ve Bulgu, 2005, s. 20-21).

Sporda cinsellik konusu her alanda olduğu gibi bu alanda da araştırmacılar da fikir ayrılıklarına neden olmuştur. Bazı araştırmacılar a göre, cinsel ilişkide bulunmak sporcunun performansını kötü etkilemekteydi. Bu sebeple de sporcular yarışma öncesi katı bir cinsel perhiz yapmalıydılar (Başer, 1985, s. 191). Bu perhiz, farklı sporcularda farklı etkiler göstermiştir. Bazı sporcularda yarışma önce cinsellikten uzak kalma performans aısından olumlu etki göstermiş olsa da bazı sporcularda tam tersi, dışüş gözlemlenmiştir (Doğan, 2015, s. 229).

Başer'e göre (1985), spor ve cinsellik hakkında bir şeyler söylemek için sporcunun spor yaparken saniyede harcadığı kalori miktarı ile libido enerjisinin nasıl harcandığının arasındaki ilişki araştırılmalıdır (Başer, 1985, s. 191).

Kuter ve arkadaşları, 1992 senesinde Türk ve ekoslavakyalı sporcular arasında yaptıkları çalışmada önce Türk sporcuların cinsellik bulguları toplanmış daha sonra ise ek sporcularla karşılaştırılmıştır. Türk sporcular arasında cinsellik önemli derecede fark yaratmış, bunun yanı sıra cinselliğin performansa etkisi

hakkında çelişkisiz cevaplar verilmiştir. Çekoslovakyalı sporculardan ise cinsellik yaşamının spor faaliyetine etki etmediği cevabı alınmıştır (Kuter ve ark, 1992, s. 22)

#### **1.1.3.4. Takım ve Bireysellik**

En az iki ve daha fazla kişinin bir araya gelmesi sonucu ortaya çıkan birlik ‘grup’ olarak tanımlanmaktadır. Spor alanında sporcu bireylerin aynı amaç uğrunda toplanması, bir-birlerine destek olması, yarışması ve takım içinde birlik sağlanması aynı takımın üyesi olmak olarak tanımlanmaktadır (İkizler ve Karagözoğlu, 1997, s. 149).

Grup olmak statik değil dinamik olmak, birleşik bir amaç uğrunda hedefe kilitlenmek, güçlü bir bağa, iletişime sahip olmak demektir. Hem takım arkadaşlarına hem de antrenörüne empati yapabilmektir (Dorak ve Vurgun, 2006, s. 74).

Takım olmak, sonuca varmak ve başarıya ulaşmak için performans anlamında birbirlerinden farklı sporcu bireylerin sistemsal bir şekilde çabalaması demektir. Takımın başarısını ve bütünlüğünü korumak için, takımın amaçları takım üyelerinin amaçlarından üstün gelir. Bütünlük yalnızca takım içinde üyelerin uzun süreli birlikteliği değil, aynı zamanda kazanma uğrunda bireylerin birleşmesidir (Çelik, 2015, s. 110).

Bireyin sosyalleşmek adına yapmış olduğu en önemli adımlardan biri takım sporlarında yer almasıdır. Küçük yaşlardan başlayarak diğer takım arkadaşları ile iletişimde olmak, yaşamı boyunca kendini ifade etmesine yardımcı olur. Spor aynı zamanda sporcunun hem psikolojik hem de fiziksel sınırlarını aşarak kendisine ait dar dünyasından kurtulmasıdır. Bu sayede sporcuya diğer bireylerle sürekli iletişim içerisinde kalmasını, kişiler arası ilişkilerde etkileşime girmesini ve bir diyalog hâlinde olmasını sağlar (Çepikkurt ve Findik 2017, s. 56).

Takım sporlarıyla uğraşan sporcuların olası herhangi bir engellenme anında, kısıtlanmaya karşı özsaygısını korumak ve savunma amaçlı saldırgan reaksiyonlar gösterdiği bilinmektedir. Sporcuların gerginlik çıkabilecek ortamlardan uzaklaşmak için çözümler bulduğu görülmektedir (Çepikkurt ve Findik, 2017, s. 56).

Bayar'ın (2003) kadınlar üzerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda, sorumluluk ve suçluluk duygusunun takım olmakla kıyaslamada bireysel sporcularda daha fazla olduğu belli olmuştur (Bayar, 2003, s. 135). Bireysel olarak yarışan bir sporcuda olası bir hata yapma ve kaybetme sonucunda sporcu sorumlulukla birebir karşı karşıya kalır, suçluluk duygusu ortaya çıkar ve sporcuda saldırgan davranışlar görülebilir. Bunun yanı sıra takım içindeki 'yıldız oyuncuda' da aynı durum söz konusu olabilir. Yıldız oyuncudan her zaman yüksek performans beklenilir, bunun devamında normal olarak sporcuda sorumluluk ve hata yapma sonucu suçluluk hissi artar (Küçük, 2002, s. 6). Takım olarak yarışan sporcularda empati göstericileri bireysel olarak yarışan sporcularla kıyaslamada daha yüksek olduğu ispatlanmıştır (Akçakoyun ve ark, 2010, s. 38).

## **1.2. Narsisizm ve Rekabet**

### **1.2.1. Narsisizmin Tanımı**

Narsisizmin terim olarak açılımına bakarken bireyin kendi bedenini sevmesi, tatmin olana kadar izlemesi, kendi bedenine aynı bir cinsel obje gibi davranması, okşaması olarak klinik türden açıklanmaktadır (Freud, 2018, s. 5)

Dış görünüşleriyle aşırı ilgilenmesi ve kendini üstün görmesiyle bilinen narsisistik bireyler eşduyumu yapamamaktadırlar. Genellikle eleştirilmeye ve yenilgiye katlanamayan narsisistik bireylerin benlik saygılarıyla sorun yaşadıkları, bu gibi durumlara kızgınlık, öfke patlamaları, depresyonla karşılık verdikleri bilinmektedir (Köroğlu ve Bayraktar, 2014, s. 91).

Narsisistik kişilik özelliklerinin literatür anlamına yönelirken kişinin kendi fiziksel durumuna ve farklılığına gereğinden fazla hayran olması ve kişinin kendine âşık olması olarak kaynaklara geçildiği görülmektedir (Güney, 1998, s. 198, Hançerlioğlu, 1993, s. 258).

Ayrıca Freud, narsisizmle bencilliğin birbirinden ayrılması gereken iki kavram olduğunu söylemektedir. Freud, bencillikte bireyin diğer insanları kendi çıkarları için kullanmanın ön planda olduğunu söylerken narsisizmde ise libidoyla



benlik arasında bir çatışma olduğunu belirtmiştir. Benciliğin libidinöz tanımı olarak narsisizmde nesne ilişkisi vardır. Bu nesne ilişkisi bencillikte benliğe hiçbir zarar vermezken narsisizmle benlik algısında sorunlar çıkarmaktadır ( Freud, 1982, s. 145).

Narsisistik özelliklerin olması daha çok çocukluk yaşamıyla ilgilidir. Çocukluk döneminde aşırı ilgi görmüş, diğer insanlardan üstünmüş gibi yetiştirilen çocuklar ne yaparlarsa yapsın, tüm yanlışlarıyla anne babalarından kabul göreceğine ve hep sevileceğine inanarak ileriki yaşamında da geçmişine güvenerek kendini vazgeçilmez zannederler ( Koroğlu ve Bayraktar, 2017, s. 94).

### **1.2.2. Narsisizmin Tarihi**

Bu konuda birçok rivayetler bulunmaktadır. Rivayete göre Narkissos adında kendi görüntüsüne âşık kişi su içmek için eğildiği dere den kendi simasını görmüş ve kendini hayranlıkla izlerken boğulup ölmüştür. Daha sonrasında onu yaşatabilmek için tanrılar onu nergis çiçeği şekline sokmuşlardır (Kartopu, 2013, s. 626 ).

Başka bir rivayet de ise ırmak tanrısı Kephissos'un yakışıklılığı kadar kendini beğenmişliğiyle de nam salan oğlu Narkissos, Yunan tanrısı Zeus'a âşık olduğunu öğrenen Hera tarafından lanetlenerek asla konuşamama, konuşursa sadece son duyduklarını tekrarlaması cezası verilen dağ Nymphelerinden Echo'nun, aşkını küçümsemesi ve bunu kabul etmemesi sonucu başka tanrıların gazabına uğramıştır. Herkesi hor gördüğü ve kimseyi sevmediği için sadece kendine âşık olması için lanetlenen Narkissos bir gün dolaşırken kendi simasının bir nehre yansıdığı zaman gördüğü yüze âşık olur ve bu aşk kendisinin sonu olur. Bu ırmanın kenarlarından açan çiçeğe nergis adı verilir. Aşkından deliye dönen Echo ise kaçarak dağ zirvelerine sığınır ve hâlâ duyduğu yüksek sesleri tekrar eder ( Gürel, Muter, 2007, s. 554).

Ellis, The Conception of Narcissism” adlı eserinde, narsisizmi “Narkissos gibi olmak” terimiyle tanımlarken (akt Tazegül, 2013, s. 23). 20. yy’ın başlarında ise S. Freud “Başkaları yerine kendine bağlanma türü” olarak açıklama yapmıştır (Sandler ve ark, 2012, s. 73). Türkçeye ise ‘Özseverlik’ olarak çevrilmiştir.

Narsisizm, benlik algısının normal olmayan derecede öne çıkması ve kendi dışında hiçbir şeye gerekli ilgi duyulmaması olarak ifade edilmektedir (Timuroğlu ve İşcan, 2008, s. 241). Daha çok Batı'da görülen narsisizm, son yıllarda dünyaya yayılmıştır, son dönemlerde Türkiye'de de narsisizm çok fazla sayıda merak konusudur (Yaşar, 2017, s. 1736).

Narsisizm 'zayıf' ve 'güçlü' olarak iki ana çeşide ayrılmıştır. Bu iki ana başlık kendi içinde 'hassasiyet', 'utangaç' ve 'empati' olarak üç noktada farklılar gösterebilir. Bu iki ana başlıkta yer alan bireylerden zayıf narsisistik davranışlar gösterenlerde daha kırılgan ve hassas bir ego ortaya çıkarken güçlü olarak adlandırılan narsisistik bireylerde ise hassasiyet ve kırılganlık hiçbir şekilde belirlenmemektedir. Bunların yanı sıra zayıf narsisist grubunda davranışlarda empati kabiliyetinin az da olsa var olmasına rağmen güçlü narsisist davranışlar gösteren bireylerde empatiden bahsedilmesi mümkün değildir (Yaşar ve ark, 2017, s. 1737).

Narsisizm hakkında ilk klinik araştırma psikanaliz alanında Freud tarafından yapıldığı kaynaklarda geçer. Freud narsisizmi primer ve seconder olmak üzere ikiye ayırır. Primer narsisizm çocuğun dünyaya gelmesiyle başlar (Freud, 2018, s. 34). Anne rahminden ayılıp dünyaya gelmesiyle birtakım ihtiyaçlar duyar. Bu ihtiyaçların başında süt emme dönemi gelir. Bu dönemde çocuğun bütün ihtiyaçları anne tarafından giderilir ve çocuk kendini değerli hisseder. Hayal dünyası gelişir, hayal ettiği her şeyi gerçekleştirebileceğini zanneder (Ertekin ve Yurtsever, 2001, s. 38). Sütten kesilme dönemiye çocuk için bir felakettir. Artık birtakım yeni davranışlar, konuşma, fikrini ifade etme gibi özellikler ortaya çıkar. Bu dönemde çocuk artık yaşamın nasıl bir şey olduğunu anlamaya başlar; bu, sekonder narsisizm dönemi olarak adlandırılır. Bu iki narsisizm döneminde çocuğun benlik algısı gelişir. From'a göre bu dönemlerde anneler dikkatli olmalı, olası bir yanlış davranışlarda ilerideki yaşamında çocukta kişilik bozukluğu ortaya çıkabilir (Ertekin ve Yurtsever, 2001, s. 41).

### **1.2.3. Narsisistik Kişilik Bozukluğu**

Narsisizm, bir kişilik bozukluğu olarak ilk defa APA tarafından 1980 senesinde yayımlanan DSM-III Zihinsel Bozukluklar ve İstatistiksel El Kitabının 3.

baskısında görülmüştür. Bu kitapta narsisizm kriterleri grandiyöz; yani kendini büyütme tarzında kendisini önemli ve eşsiz hissetme, her ortamda hak iddia etme, kendinin sınırsız güce, zekaya ve güzelliğe sahip olduğunu zannetme, asla eleştiriye ve olumsuz yorumlara ve kaybetmeye tahammülsüzlük, her ortamda ilgi odağı olma isteği, sorumluluklardan kaçınma ve kişiler arası ilişkilerde insanları kendi çıkarları için kullanma ve empati yapmaktan yoksunluk olarak tanımlanmıştır (Ozan ve ark, 2008, s. 25). Daha sonra bu konu üzerinde daha fazla çalışmalar yapılmış ve DSM - IV kitabında daha da geliştirilerek bunlara kıskançlık ve öfke eklenmiştir (Güleç ve Köroğlu, 1998, s. 742).

#### **1.2.4. Dsm-V Tani Kriterlerinde Özsever (Narsisistik) Kişilik Bozukluğu**

DSM-V Tanı Kriterleri kitabında narsisistik kişilik bozukluğu tanımlanmıştır.

Bu belirtilerden beşi (ya da daha fazlası) ile belirli, erken erişkinlikte başlayan ve değişik bağlamlarda ortaya çıkan, büyüklenme, beğenilme gereksimi ve eşduyum yapamama ile giden yaygın bir örüntü:

1. *'Büyüklenir.*
2. *Sınırsız başarı, güç, zeka, güzellik ya da yüce sevgi düşlemleriyle uğraşır durur.*
3. *“Özel” ve eşi benzeri bulunmaz biri olduğuna ve ancak özel ya da üstün diğer kişilerce anlaşabileceğine ve ancak onlarla ilişki kurması gerektiğine inanır.*
4. *Çok beğenilmek ister.*
5. *Hak ettiği duygusu içindedir.*
6. *Kendi çıkarı için başkalarını kullanır.*
7. *Eşduyum yapmaz.*
8. *Sıklıkla başkalarını kıskanır ya da başkalarının kendisini kıskandığına inanır.*

9. *Başkalarına saygısız davranır, kendini beğenmiş davranışlar ya da tutumlar sergiler* (Koroğlu, 2014, s. 333-334)'.

Freud (2018), narsisizm tanımını anlatırken narsisizme ulaşmak için parafrenilerin, hipokondrinin (Freud, 2018, s.19) erotik yaşamın (Freud, 2018, s. 27), çocukluk yaşamının (Freud, 2018, s. 34) matem ve melankolinin (Freud, 2018, s. 51) incelenmesini önermektedir.

### **1.2.5. Sporda Narsisizm**

Sporun anlam ve önemin arttığı dönemde, sporcularda meşhurluk ve yüksek kazançların da araya girmesiyle narsisizm kaçınılmaz hâl alır. Basın mensuplarının sporculara yaklaşımı, diğer insanlar tarafından dikkat merkezinde olma, ideal olarak tanımlanan vücut ölçüsüne sahip olma sporcularda liderlik duygularını ön plana çıkarır (Tazegül ve ark 2013, s. 029).

Narsisistik özellikler taşıyan sporcu bireylerde gözle görülebilir davranışlar bulunmaktadır. Bu davranışlar, sporcunun performansını kimi zaman olumlu kimi zaman ise olumsuz yönde etkiler. Narsisistik özelliklere sahip sporcularda mücadele hissi ve hırs ön planda olmakta, yarışma sırasında ise dikkati üstüne çekme ve merkezde olma çabası içindedirler (Tazegül, 2013, s. 25).

Bu bireylerde aynı zamanda hatasını kabul edememe, suçu talihsizliğe, rakibe, hakeme ve bunun gibi bir sıra çeşitli yönlerde yıkma, takım içinde huzursuzluk çıkarma, kendini her zaman ispatlama gibi eylemler ortaya çıkabilmektedir (Wallace ve Baumeister, 2002, s. 820).

Sporda başarılı olan çocuklar ve yetişkinliklerle yapılmış olan araştırmalarda, bu bireylerin kendi çevresinden, arkadaşlarından, öğretmenlerinden ve ebeveynlerinden daha çok onay aldıkları görülmektedir. Sporcuların kendine güvenmekte daha başarılı, dışa dönük ve sosyal olarak uyum sağlayabilecek oldukları hakkında çok sayıda kanıt görülmüştür (Güçlü ve Yentür, 2008, s. 184).

### 1.2.5.1. Sporcu Bireylerde Narsisizmin Tanısı

Arařtırmalarda, sporda narsisizm tehlikesiz (patolojik olmayan) ve patolojik (tehlikeli) olarak iki gruba ayrılır. Patolojik narsisizm terimi ilk defa Jones tarafından kullanılarak kendi hayal dünyasına dūřkūn olma, kendini herkesten ūstūn tutarak sadece kendi bildiklerinin doęru olduęunu zannetme, ařırı Őekilde ūvūlme, sevilme ve ūdūl kazanma isteęi olarak tanımlanmıřtır (Eren, 2012, s. 12)

Tehlikesiz narsisizmi olan birey ise ilgi odaęını, kendinin var ettięi, esasen olmayan bir Őey ūzerine odaklarken patolojik narsisizmde kendine, ūrneęin bedeni, saçı, yūzū ūzerinde odaklar. Bu açıdan bakıldıęı zman patolojik narsisizm daha aęır ve tehlikeli olabilmektedir. Arařtırmalarda tehlikesiz narsisizm, kiřilięe olan libidinal yatırım olarak belirtilmiř olsa bile, bir bařka arařtırmada patolojik Narsisizm, kiřilik yapısındaki bařlıca kusur olarak tanımlanmaktadır. Patolojik narsisizmi eksik ūzsayęı, depresyon, deęersizlik, reddedileceęi ile ilgili dūřūnceler yaratan, kendini savunma ve yerini doldurma ięin patolojik olarak ortaya ęıkan duyguları dıřa vurma ve gūvensizlik olarak aęıklanmaktadır ( Gūlmez, 2009, s. 19-20)

Sohrabi (2011) ve arkadařlarının yapmıř olduęu arařtırmada iki grup seęilmiřtir. İlk grupta dūvūř sanatları gibi rakiple temasta olan sporcular, dięer grupta ise rakiple temasta olmayan sporcu seęilmiřtir. Bu iki grup arařındaki narsisizm verilerine bakıldıęında anlamlı derecede farklılık bulunmuřtur. Rakiple temasta olan sporcularda narsisizm gūstericileri olmayanlara nazaran daha yūksek ęıkmıřtır (Sohrabi, 2011, s. 638).

Aynı zamanda zorba narsisit bireyler olarak tanımlanan bir grup bilinmektedir. Bu bireyler ūzellikle de iř yerlerinde lider konumunda bulunan, bařkalarının iřini ve ūne geęmesini engelleyen, gerekli bilgileri saklayan, mūdahale eden, insanları eleřtiren, kūęūmseyen, herkesle dalga geęen, ūzellikle de dięerlerinin fikirlerini kūęūmseyen insanlar olarak tanımlanmaktadırlar (Burgo, 2016, s. 65).

Narsistik bireylerin kiřilik ūzellikleri yapmıř oldukları spor performansını ūnemli yūnde etkilemektedir. Daima rekabet ve mūcadeleci bir hırs ile kazanmak ięin savařan bu bireyler, spor ortamında ūnemli konumlara gelebilmektedirler

(Gülmez, 2009, s. 33). Lakin bu bireyler genel olarak bireysel yarışan takım içinde uyum sağlamayanlar olarak tanınmaktadırlar (Gülmez, 2009, s. 34).

### **1.3. Rekabet**

Rekabet tarih boyunca olduğu gibi, günümüzde de bütün sektörlerde var olan, bireyleri ve organizasyonları daima yeni fikirler üretmeye, kendi sınırlarını zorlamaya ve daima rakiplerini geçmek için çok çalışmaya götüren bir davranış tutumudur (Kanıbir, 2004, s. 78).

Bireyin kendini başkalarıyla karşılaştırması, kendi performansını değerlendirmesi, kendini tanıma isteği sonucunda rekabet terimi ortaya çıkmıştır. Psikolojik güdülere dahil olan rekabet insan doğasında var olmaktadır (Bauman, 1986, s. 86). Rekabet bireyi harekete geçiren, mücadele etme isteği yaratan bir olgudur ve bireyin kendi standartlarını zorlayarak kazanmasına neden olabilmektedir (Bauman, 1986, s. 86). Her alanda olduğu gibi spor alanında da rekabet kaçınılmazdır. Yarışma heyecanı ve kaygı düzeyi bilinçli olarak dengelenmezse rekabet ve kazanma hırsı sporcular arasında sorunlara neden olacaktır. Çarpışmalar, sakatlıklar ve tartışmalar kaçınılmaz olacaktır (Bauman, 1986, s. 88).

Rekabetin kaçınılmaz olduğu tek alan yarışmalardır. Yarışma sırasında sporcunun psikolojik durumunu incelemek amacıyla yarışmayı üç kısma ayırmışlardır:

- 1) Yarışma öncesi,
- 2) Yarışma,
- 3) Yarışma sonrası (Başer, 1985, s. 91).

Yarışma öncesinde sporcuda birtakım bedensel ve hormonal değişiklikler ortaya çıkabilir. Strese bağlı olarak böbreküstü bez hormonu olan adrenalin salgılanmaya başlar, Adrenalin salgılanması sonucunda kalp atışları hızlanır. Aynı zamanda kanda hemoglobinin miktarı da yükselir. Kan şekeri artar, nabız yükselir ve göz bebekleri genişler. Bu süreç performans açısından çok önemlidir. (Başer, 1985, s. 92).

Yarışma zamanı sporcu artık hem psikolojik hem de antreman açısından hazır olmalıdır. Yarış anında sporcu artık yalnızdır, motivasyonu yüksek ve algıları açık olmalıdır. Sporcu yarış sırasında rakibin hamlelerini önceden tahmin etmeli, kurallara uymalı, taktikler üretmeli ve sakinliğini korumalıdır. Bu bakımdan yarışma öncesi süreçte iyi hazırlanmalıdır (Başer, 1985, s. 96).

Yarışma sonrasında ise özellikle olası bir kaybetme sonucunda sporcuya yapılması gereken psikolojik yardımlar kritik ve önemlidir. Son saniye bir kaybetme ya da sporcuya bağlı bir hata varsa yarış sonrasında bir toplantı yapılmalı, bu toplantıya spor psikoloğu da katılmalıdır. Sporcunun, yaptığı spora küsmemesi ve motivasyonunun kaybolmaması için müdahale yapmak çok önemlidir (Başer, 1985, s. 97).

Sporcu kendi düşüncelerinden sıyrılıp başarıya odaklanır, yaptığı spordan zevk alır ve birinci olma tutkusunu hissederse heyecan ve kaygı durumundan uzaklaşır ve kendi kendine yaptığı spora odaklanabilir. (Özbayar 1983, s.98-99). Birinci olma tutkusu kısmen Amerikan kültürüne bağlı olsa da, hayatının her alanında, bütün mesleklerde kendini göstermektedir. Özellikle spor alanında sürekli bir çaba harcama isteği yaratabilmektedir (Özbayar 1983, s.101).

Sporcu motivasyonunu yükseltme yolunda antrenör-sporcu ilişkisi ve seyircinin rolü önemle dikkate alınmalıdır. Antrenör, kuramsal bilgileri ve tecrübeleri ile sporcuları çalıştıran ve yarışmalara hazırlayan bir birey olarak tanımlanmaktadır. (Doğan 2015, s.173). Seyirci ise müsabaka sırasında sporcuya destek olan, kaybetme durumunda bile büyük bir coşku ile sporcuya arka çıkan bireyler topluluğu olarak tanımlanmaktadır (Yeltepe 2007, s.187).

Sporda en önemli ihtiyaçlardan biri ve en önemlisi deneyimli ve bilgi sahibi bir antrenörün var olmasıdır. Sporcuyu başarıya götüren en önemli sonuç onun ne kadar yetenekli ve çalışkan olması değil, nasıl bir antrenörle çalıştığıdır. Antrenörün tutum ve davranışlarına bağlı olarak sporcunun performansı da olumlu veya olumsuz olarak yönlendirilmektedir (Çoknaz, 1998, s. 1).

Antrenör ve sporcu arasında profesyonel bir bağ vardır, bu bağ her iki tarafı daima iletişim hâlinde tutmakta ve başarıya götürmektedir. Sporcu açısından

bakıldığında bu bağ antrenörün deneyimlerinden faydalanma, teknik ve taktikler öğrenme olarak açıklanırken antrenör tarafından ise çalıştırdığı sporcunun başarısı ve antrenörün kendini kanıtlaması olarak tanımlanmaktadır (Selağzılı ve Çepikkurt, 2014, s. 12).

Antrenörün tutum ve davranışlarına bağlı olarak sporcuların performansları değişebilmektedir. Bu açıdan antrenörlerin sporcuya yaklaşma stratejileri oldukça dikkat edilmesi gereken bir konudur (Akabay ve Kuru, 2013, s. 23).

Antrenör sporcuya düzgün teknikler öğreten, yönlendiren, motive eden, doğru ortamlar yaratan, geliştiren, sporcusuna destek olan bireydir. Bu açıdan antrenör-sporcu ilişkileri incelenmeli, antrenör ve sporcunun kişilik özellikleri dikkate alınmalıdır (Altıntaş ve ark, 2012, s. 120; Güven, 1996, S. 30).

Taraftar kavramı ilk olarak 1682 yılında sporla ilgili hevesli bireylerin izledikleri spora büyük aşkla bağlı olmasına dayanarak fanatik kelimesinden türemiştir. Bu bireyler, taraftarlık derecelerine göre davranmakta, takımın galibiyet veya yenilgisini kendi galibiyeti ve kaybetmesi olarak algılayabilmektedir (Katırcı, 2009, s. 45). Taraftarlar; geçici taraftar, yerel taraftar, sadık taraftar, fanatik taraftar ve sert taraftar olarak gruplara ayrılmaktadır. Özellikle sert taraftarlar takımın performanslarına bağlı olarak diğer insanları rahatsız etme, zorbalık taslama ve bunun gibi bir sıra davranışlar sergileyebilmektedirler (Katırcı, 2009, s. 45).

Spor; oyuncusu, antrenörü, hakemi, seyircisi, sponsoru, basın mensupları ve medyadaki yeri ile bir bütün olan organizasyonlardan biridir. Sporcu, antrenör ve hakemlerin yanı sıra sponsor bulmak her bir takım veya sporcu için çok önemlidir. Finansal destek almak rekabete götüren unsurlardan biridir. Ayrıca sporun medyadaki yeri sporcuları motive eden, gazete veya dergilerde olumlu veya olumsuz yazılar, tepkiler sonucunda sporcuyu hırslandıran, çok çalışmaya götüren nedenlerdendir (Atasöy ve Kuter, 2005, s. 21).

#### **1.4. Empati**

Empatinin kelime anlamına baktığımızda, dünyada farklı dillerde kullanıldığı görülmektedir. İngilizceden “empathy”, Almandan ise “einfühlung” sözcüğünün



karşılığı olarak kullanılmaktadır (Kaya ve Çolakoğlu , 2015, s. 22). Bir başka yaklaşımda empati, Yunancadan “empathia” kelimesinden gelmektedir. Kelime anlamına baktığımızda Empathia etimolojik olarak “em” "içinde, içeride”, ”pathia" ise "hissetme" anlamını içeren iki eksendem oluşmaktadır. (Arkonaç, 1999, s. 188). Einfühlung” kelimesinin Almandaki anlamı, bireyin başka birinin yerine geçebilme becerisi şeklinde kullanılmaktayken İngilizce “empathy” ise "bir başkasının ayakkabısını giyebilme” mecazi anlamına geliyor ( Altıbaş ve ark. 2010, s. 17). Checkley (2008), empatiyi bir başkasının ayakkabısını giymek; yani onun gibi yürümeye çalışmak, onun bakış açısıyla bakabilmek olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca olayları analiz ederek başka insanların tepkilerini ön görebilme, diğer bireylerin fikirlerini savunma, sosyalleşme ve iletişim empatinin temel yapı taşlarıdır (Checkley, 2008, s. 26).

“Einfühlung” terimi, 1903 senesinde Theodor Lipps tarafından geliştirilmiştir. Bu kuram, insanları anlamak için kabul gören davranışsal bir taklit manasında ilk kez kullanılmıştır. Bu kurama göre izleyen organizma, izlenen objeyi, davranışsal olarak taklit eder ve taklit zamanı ortaya çıkan duygusal yanlarını objeye yansıtır (Kaya ve Çolakoğlu, 2015, s. 22).

Kişiler arası iletişim anlayışı genel olarak var oluş sebebinin ve hedeflerinin tamamen insanlarla oluşan anlaşma şekli empatidir. (Dokmen, 1994, s. 41)

Empati yeteneği işin içine katılmazsa insanların psikolojik dünyalarına ve duygusal alanlarına seyahat etmek mümkün olamaz ve aynı zamanda bir yardım edebilme söz konusu olamaz (Tutuk ve ark, 2002, s. 36).

Kişinin kendisini diğer kişinin yerine koyarak olaylara onun gözüyle bakması, bu bakış açısından diğer kişinin duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışması ve olayı anlanmış olarak diğer kişiye yönetmesi ve iletmesi durumu empati olarak bilinmektedir (Dökmen, 1994, s.) .

Ünal (1972), empatiyi “insanları anlama yeteneği” olarak tanımlamıştır (akt Kaya, 2015, s. 22). Mindes (2006) empati, kişinin karşılaşmış olduğu problem ya da durumu, başkalarının bakış açılarıyla idrak edebilme yeteneği (Mindes, 2006, s. 21) olarak açıklarken öte yandan Simister’in tanımıyla (Simister, 2007, s. 23) empati,

diğer insanların bakış açısından olayları idrak etmek için çaba göstermek olarak tanımlamaktadır. Aynı zamanda Simister, bireyin ayırım yapmadan nereden geldikleri önemli olmaksızın diğer insanları dinlemeye zaman ayırmak, bireyi empati kurmaya götüren önemli noktalardan biridir (Simister, 2007, s. 23).

Empati kurmak, bireyin karşısındaki insanı her zaman haklı bulması demek değil, bireyin kendisi karşısındaki insanın yerindeymiş gibi hissedip onun duygu ve düşüncelerine saygı duyması olarak tanımlanmaktadır (Öztürk ve ark. 2004, s. 20).

Kişiler arası ilişkilerde, yardım ediciliği baz alarak en temel yaklaşma ve anlama yolu empatiden geçer (Tutuk ve ark, 2002, s. 36). Bireyleri bütün ilişkilere götürebilen yollar iletişimden geçmektedir. İletişim; bireyin kendini ifade etmesi, duygu ve düşüncelerini aktarması, karşılıklı bilgi alışverişinde bulunması olarak tanımlanmaktadır (Tepeköylü ve ark, 2009, s. 116).

İletişim kurmak; yaşamın her yerinde, bütün mesleklerde ve karşılaştığı bütün ortamlarda çok önemlidir. İletişimde olmak, arkadaşlık yapmak, insanî ilişkilerde bulunmak bireylerde ne yazık ki, daha çok olası bir hastalık ortaya çıktığı zaman değer kazanmaktadır. Oysa ki, insan her zaman etrafındaki insanlarla iletişim içinde olmalıdır (Kumcağız ve ark, 2011, s. 50).

Mosack'a (2010) göre, güven inşa ederek düzgün davranış ve tutumlarla anlaşmak, iyi bir iletişim kurmak için birtakım kurallar vardır. Bu kurallar aşağıda belirtilmektedir:

1. Bireyler birbirlerine karşı yargısız olmalı, her zaman saygı duymalıdır.
2. Söz verdiği zaman tutmalı, zamanında gereken yerde olmalı ve kısacası dakik olmalıdır.
3. Birbirlerine karşı dürüst olmalıdır.
4. Aralarında saygı olduğu gibi, birbirlerini olduğu gibi kabul etmeli ve gerektiğinde onaylamalıdır.
5. Duygu ve düşüncelerinde gerçeklik ön planda olmalı, empati kurulmalıdır.

6. Sözel ve sözel olmayan davranışlar arasındaki uyuma dikkat edilmelidir.

7. Etkileşimde belirtilen amaç gerçeği yansıtmalıdır.

8. Birbirlerini dinlerken sakin olmalı, dikkatleri bölünmemiş olarak telaşsız bir şekilde dinlenmelidir..

9. İyi bir iletişim için dinleme her zaman çok önemlidir. (Mosack, 2010, s. 14)

Bir başka açıklamada ise iletişim, bireyler arasında bilgi alışverişi yapmak, karşılıklı dinlemek, fikirlerini düşüncelerini bölüşmek, birbirlerini anlamak için tutum ve tavırlarına dikkat etmek olarak tanımlanmıştır (Bingöl ve Demir, 2011, s. 152-153).

Empatiyi tanımlarken *empati üçlüğü* adlı bir gruplandırma ile karşılaşmaktayız:

1. *Bilişsel empati,*
2. *Duygusal empati,*
3. *Empatik ilgi.*

Bilişsel empati, başkalarının düşüncelerini anlama yeteneği ya da diğer insanların bakış açısını anlama kabiliyeti olarak tanımlanmaktadır. Duygusal empati, başkalarının düşüncelerinden ziyade, diğerlerinin ne hissettiği anlama, hissetme yeteneği olarak bilinmekteyken empatik ilgi ise diğer insanların bireyden ne beklediğini anlama yeteneği olarak açıklanmaktadır (Harward Business Review, 2017, s. 10).

#### **1.4.1. Ayna Nöronların Keşfi ve Biyolojik Nedenleri**

Araştırmacılar, empatinin ne olduğu yönünde birçok yorumlar yaparken diğer tarafta psikanalitik kuramın kurucusu ve öncülerinden olan Freud, bilimsel psikoloji için bir model tasarlayıp öne sürmüştür. O, empati dahil birçok psikolojik sürecin biyolojik yansımalarının olduğu iddiasını vurgulamıştır.

Empatinin biyolojik açılımına baktığımızda, ayna nöronların keşfedilmesi ile karşılaşılıyor. Birçok araştırmacılar tarafından makak maymunları üzerinde yapılan çalışmalarda, deneklerin bir kısmına el ve dudak hareketleri yaptırılmış, deneklerin diğer kısımlarına ise bu davranışlar izlettirilmiştir. Araştırma sonucunda, hareketleri yapan maymunların yanı sıra hareketleri yapmadan sadece izleyen deneklerin de beyinlerinde el ve dudak hareketleriyle ilgili olan inferior pariyetal lobun rostralinde yerleşmiş olan F5 bölgesinde elektriklenme artışı olduğu gözlenmiştir (Altınbaş ve ark, 2010, s. 19).

Tarhan'a (2012) göre ise ayna nöronların anterior insüla, anterior songulat korteks ve inferior frontal kortekslerde yerleştiği, yapılan birçok araştırmalarda kanıtını bulmuştur. Bu alanlarda yerleşmiş olan ayna nöronlar kognitif nörobilimcilere göre empati kurmanın temel yapı taşı olarak tanımlanmaktadır (Tarhan ve ark, 2012, s. 93-94).

F5 bölgesinin insan beynindeki karşılığı dil ile ilgili olan Broca Alanıdır (Altınbaş ve ark, 2010, s. 19). Bu alan, motor konuşmada yardımcı olmaktadır. Fransız doktor Paul Broca'nın adını taşıyan bu alan inferior girüs içinde yerleşmiştir (Tanrıdağ, 2016, s. 49). Premotor korteksin içinde olan bu alan, motor korteksin konuşmayla ilgili olan alanlarının tam önündedir (Tanrıdağ, 2016, s. 52).

Ayna nöronlar bebeklik zamanı gelişmektedir. Bebek daha ilk on iki ayındayken gelişen ayna nöronlar, ömür boyu bireyin empati kurmasını sağlamaktadır. Ayna nöronlar bir olayı yaşarken ateşlenebildiği gibi bu olayı sadece izlerken de ateşlenebilmektedir. Daha sonrasında aksiyona verilecek cevap olarak bilinen bu ateşlenme, iletişim için bir hazırlık olarak bilinmektedir. Ayna nöronların, beyin alanlarından premotor ve inferior pariyetal kortekslerinde bulunduğu açıklanmaktadır (Tarhan ve ark, 2012, s. 93).

İnsanlar üzerinde yapılan araştırmalarda, insanları diğer memelilerden ayıran en büyük üstünlüğün farkındalık -kendi duygularının farkında olma- olduğu saptanmıştır. Zaman kavramı, geçmiş ve geleceğe ait duyguları dile dökme, fikrini ifade edebilme, deneyimlerini paylaşma insanı net bir şekilde diğer türlerden ayırıyor (Decety, 2004, s. 72).

Çocukluk çağı, anne-baba yaklaşımı, ebeveyn-çocuk ilişkisinde empati üzerinde yapılan tüm çalışmalarda anne-bebek ilişkilerinde sadece memelilerde var olan Singulat korteksin önemi vurgulanmıştır. (Altınbaş ve ark, 2010, s. 17-18) Annelerin diğer seslere oranla çocuk ağlamasına daha çok üzülükleri ve yardıma koşma isteği duydukları saptanmıştır. Yapılan çalışmada, annelere bebek ağlaması sesi dinlettirilmiş, dinleyen annelerin sağ anterior singulat korteks, sağ orta ve üst frontal giruslarda aktivite artışı görülmüştür (Lorberbaum, 1999, s. 104).

Başka bir yaklaşımda ise birincil bakım veren ile çocuk arasında gerekli bağ kurulmadığı zaman, çocuğun gelecekteki davranışlarında güvensiz bağlanma, empati kurmakta zorlanma ve narsisistik özellikler ortaya çıkması kaçınılmazdır diye belirlenmiştir (Ertekin, 2011, s. 38).

Ergenlik döneminde; bireyin biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal yönden gelişmesi, daha çok kimlik arayışında olması, aile içinde anlaşılma ve kabul görme isteği sürecinde ebeveynlerden yüksek empati beklenmesi olarak görünmektedir (Yavuzer, 1990, s. 289).

Araştırmacıların koku ve tat duyusu üzerinde yaptığı benzer FMRI çalışmalarında, ayna nöronların elektriklenmesi gözlemlenmiştir. Üç boyutlu çalışmalarla deneklere videolar izletilmiştir. Denekler kötü bir koku geldiği zaman tiksinen insanların videolarını izelerken aynı şekilde tikslenme hissettiklerini söylemekteydiler. Deneklerin beyinlerinde insular bölgede ateşlenme görülmekteydi (Altınbaş ve ark, 2010, s. 19-20). Aynı zamanda izledikleri üç boyutlu görselde, beyinlerinde tat duyusu ile ilgili olan insular bölge ve frontal operculumda hareketlenme olduğu görülmüştür (Altınbaş ve ark, 2010, s. 20).

Tam tersi empati yeteneği olmayan, ben merkezci insanlar ise diğer insanların kognitiv ve psikolojik duygu durumunu algılama, anlama ve idrak etme yeteneklerinden yoksundur. Bu sebeple de bu bireylerin empati kurmada zorluk çekme ihtimalinin yüksek olduğu bilinmektedir (Dökmen, s. 167).

Yapılan çalışmalarda, otistik spektrum hastalarında ayna nöronların işlevlerinde yetersizlik olduğu belirlenmiştir. Karşılaştırılan iki grup arasında notistik çocukların arkadaşlarıyla iletişimi sırasında ayna nöronlarda ateşlenme

görülürken otistik çocuklarında ise bu ateşlenme çok sayıda görülmektedir (Tarhan ve ark, 2012, s. 4).

Yapılmış olan bir diğer araştırmada ise aleksitimik bireyler ağrı hissi ve empati duygusundan yoksun olma gibi durumlarda ayna nöronların işlev bozukluklarından söz edilmektedir. Bu bireyler, duygularını ifade etme yeteneklerinden yoksundurlar (Altınbaş ve ark, 2010, s. 20).

#### **1.4.2. Sporcularda Empati ve Sorunlu Sporcular**

Empati hakkında çok sayıda araştırma yapılmasına rağmen, sporda empati kavramı hakkında çok az sayıda araştırma bilinmektedir. Lakin empati ve kendilik kavramları ele alınarak yapılan araştırmalarda düzenli ve aktif spor yapan bireylerde spor yapmanın empati kavramıyla ciddi düzeyde ilişkisi olduğu saptanmıştır. Empati düzeyi ile narsisizmin ilişkisini incelemek amaçlı olarak Finlandiyalı beyzbol oyuncularıyla yapılan araştırmada oyuncular, empati düzeyinin yüksek ve düşük olmasına bağlı olarak iki gruba ayrılmıştır. Araştırma sonucunda, empati düzeyi yüksek olan oyuncuların kendilik kavramlarının yüksek olduğu belirlenmiştir (Erkuş ve Yakupoğlu, 2001, s. 23).

Sorunlu sporcular olarak adlandırılan bir grup bilinmektedir. Bu bireylerde takım içinde sorun çıkarma, antrenöre karşı gelme, kurallara uymama gibi davranışlar ortaya çıkmaktadır. Yapılan araştırmalarda, sorunlu sporcuların yapmış olduğu davranışların nedenleri araştırılırken iki fikir ortaya çıkmaktadır. Bunlardan birincisi, sporcunun kendi özel hayatındaki sorunların spor performansına etkisi olarak açıklanırken ikinci olarak ise sporcunun isyankâr veya aykırı davranışlarını kişilik özellikleriyle ilişkili olabileceği bildirilmektedir (Başer, 1985, s. 125).

Sporcuların yüksek kazançlara sahip olması, hediye edilen arabalar, evler, yarışlar zamanı galibiyet başına alınan primler sporcuların kişilik özelliklerine etki etmektedir. Tarih boyu devam eden parasal ödülleri sporcularda sadece kazanma hırsını etkilemekle kalmamakta aynı zamanda daha agresif, saldırgan, uyumsuzluk çıkaran ve eşduyum yapamayan sporcular ortaya çıkarmaktadır. Bu durum, sporcuda

dikkatini performansın üstüne toplayamama ve başarısızlığa neden olmaktadır (Özbydar, 1983, s. 201).

Bazı sporcularda başarısızlığı hazmedememe gibi davranışlar görünmektedir. Sporda olası bir kaybetme durumunda sporcu aşırı öfkeye kapılabilmektedir. Bazı sporcular öfkesini kendi iç dünyasına yöneltir. Kaybetme ve başarısızlık durumunda sporcu kendini hemen sorguya çekmeye başlar, maç anında yaptığı yanlış ve başarısız zihninde sürekli tekrarlayarak kendini suçlar. Özellikle de yarışma zamanı veya maç anında olası bir pozisyon kaçırma durumunda olumsuz duyguların yükselişi artar, hayal kırılıkları yükselir. Olası bir takım mağlubiyeti anında bile, sporcu kendini suçlu hisseder, tüm suçu kendi omuzlarına alır. (Bauman, 1994, s. 176).

Spor ortamında empati kurmak oldukça önemlidir. Empati kurmak kendini diğer kişinin yerine koyup bir süre o kişi olmak ve olaylara onun gözüyle bakmaktır. Bu açıdan yarışma ortamında hem antrenör ve hakem hem de sporcu açısından empati kurulması gerekmektedir. Özellikle sporcu ve taraftar tarafından olası bir kaybetme durumunda antrenör ve hakeme karşı duyulan öfke ve kızgınlığa karşı empati kurulması, o anın değerlendirilmesi önerilmektedir (Öztürk ve ark, 2004, s. 20).

## İKİNCİ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 2. YÖNTEM

Bu bölümde, çalışmada kullanılan model, çalışma grubu, çalışmada kullanılan formlar ve ölçekler, bu ölçme araçları hakkında detaylı açıklamalar, çalışmanın uygulanma süreci ve verilerin analizinde kullanılan yöntemler hakkında açıklamalar yapılmıştır.

##### 2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği, Sporcu Kimliği Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

İçerisinde çok sayıda birim bulunan bir evren ile hakkında genellenebilir sonuçlar elde etmek için, seçilen evrenin tümü veya belirli bir parçası alınarak yapılan araştırmalar genel tarama modelleri olarak tanımlanmaktadır. Bu model kullanılarak tasarlanan araştırmalar, geçmişte zamanda veya şu andaki bir olayı veya durumu olduğu şekilde herhangi bir müdahalede bulunmadan ve değiştirmeden betimlemeyi amaç edinen araştırmalardır.

İlişkisel tarama modeli ise bir ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkinin varlığını, değişimini ve bu değişimin ne seviyede olduğunu inceleyen bir araştırma modelidir. (Karasar, 2010, ss. 79-81).

##### 2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul şehrinde yaşayan, 203 sayıda düzenli spor yapan birey oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklem grubu uygun örnekleme olarak da bilinen elverişli örnekleme yöntemi kullanılarak oluşturulmuştur (Büyüköztürk vd., 2016).



### **2.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada, katılımcıların demografik bilgileri veri toplamak amacıyla ‘Sosyodemografik Bilgi Formu’, katılımcıların Narsisizm düzeylerini ölçmek için ‘Narsisizm Ölçeği’, sporcu kimlik düzeylerini belirlemek amacıyla ‘Sporcu Kimliği Ölçeği’ empati düzeylerini belirlemek amacıyla da ‘Empati Ölçeği’ kullanılmıştır. Ayrıca, çalışma grubunda yer alan katılımcıları bilgilendirmek ve araştırmaya katıldıklarına dair onay almak amacıyla ‘Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu’ verilmiştir.

#### **2.3.1. Sosyo demografik Bilgi Formu**

Araştırmanın çalışma grubunda yer alan katılımcıların cinsiyet, medenî durum, eğitim durumu, gelir durumu, spor yapma sebebi, spor yapılan gün sayısı, spor yapılan toplam süre ve meslek durumları ile ilgili veri toplamak için araştırmacı tarafından hazırlanan ‘Sosyodemografik Bilgi Formu’ kullanılmıştır.

#### **2.3.2. Sporcu Kimliği Ölçeği (Skö)**

Sporcu Kimliği Ölçeği, Brewer vd. (2001) tarafından bireylerin sporcu kimlik rollerini belirlemek için geliştirilmiştir. Toplam 7 maddeden oluşan 5 dereceli likert türü bir ölçektir. Bireysel olarak yanıtlanmakta ve soruların yanıtlanmasında süre sınırlaması bulunmamaktadır. Ölçekte bulunan maddeler, kişinin kendisine uygunluk derecesine göre; (1) Kesinlikle katılmıyorum, (2) Katılmıyorum, (3) Kararsızım, (4) Katılıyorum ve (5) Tamamen katılıyorum şeklindeki yanıtlarından biri işaretlenerek cevaplandırılmaktadır.

Ölçekte bulunan maddeler 1 ilâ 5 aralığında puanlanmaktadır. Her bir maddeden alınan puanlar toplanarak ölçeğin toplam puanı elde edilmektedir. Ölçekten en düşük 10, en yüksek ise 50 puan elde edilebilmektedir. Ölçek, katılımcı tarafından bireysel olarak cevaplanmakta ve ölçeğin yanıtlanmasında zaman sınırlanması bulunmamaktadır. Ölçekten yüksek puanlar alınması kişinin sporcu kimlik rolü düzeyinin yüksek olduğunu, düşük toplam puan alınması ise bireyin sporcu kimliği düzeyinin düşük olduğu anlamına gelmektedir.

‘Sporcu Kimliği Ölçeği’nin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması 1998 yılında Çetinkaya (2015) tarafından yapılmıştır. Geçerlilik çalışmasında, KMO örneklem uygunluğu değeri 0.81 ve Barlett Küresellik Testi sonucu ( $\chi^2=79.933$ ,  $sd=30$ ,  $p=0.000$ ). da anlamlı olduğu görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, DFA uyum iyiliği değerleri DFA sonucu elde edilen uyum değerlerinin ( $\chi^2/sd=2.66$ ,  $RMSEA=0.07$ ,  $SRMR=0.02$ ,  $CFI=0.96$ ,  $GFI=0.85$ ,  $NFI=0.93$ ) iyi kabul edilebilecek seviyede olduğu görülmüştür.

Ölçeğin güvenilirlik çalışması sonucunda ise ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0,54 olarak belirlenmiştir. ‘Sporcu Kimliği Ölçeği’nin bu araştırmanın çalışma grubunda Cronbach’s Alfa güvenilirlik katsayısı 0,865 olarak saptanmıştır.

### **2.3.3. Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği**

Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği, Back vd. (2013) tarafından bireylerin büyülenmeci narsizm düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Toplam 18 maddeden oluşan, 6 dereceli Likert türünde bir ölçektir. Ölçekte yer alan maddeler; (1) Hiç katılmıyorum, (6) Tamamen katılıyorum şeklinde sıralanan seçeneklerden bir tanesi seçilerek yanıtlanmaktadır. Ölçekte bulunan her madde 1-6 aralığında derecelendirilerek puanlanmaktadır.

Her bir maddeden alınan puanlar toplanarak ölçeğin toplam puanı hesaplanmaktadır. Ölçekten en düşük 18, en yüksek ise 108 puan alınabilmektedir. Ölçek, katılımcı tarafından bireysel olarak cevaplanmakta ve ölçeğin yanıtlanmasında zaman sınırlanması bulunmamaktadır. Ölçekten alınan düşük puanlar narsistik hayranlık ve rekabet düzeyinin düşüklüğünü gösterirken ölçekten yüksek puan alınması narsistik hayranlık ve rekabet düzeyinin fazla olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Demirci ve Ekşi (2017) tarafından yapılmıştır. Türkçe formdaki uyum indeksi değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür ( $\chi^2= 302,43$ ,  $p < .001$ ) Uyum iyiliği değerlerinin ise ( $CFI = .96$ ;  $NFI = .94$ ;  $NNFI = .96$ ;  $SRMR = .052$ ;  $RMSEA = .057$ ) kabul edilebilir değerler

içerisinde bulunduğu belirlenmiştir. Ölçeğin, Cronbach's Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı ise 85 olarak hesaplanmıştır. 'Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği'nin bu araştırmanın çalışma grubunda Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı 0, 774 olarak belirlenmiştir.

#### **2.3.4. Empati Düzeyi Belirleme (Edbö) Ölçeği**

Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği, Lawrence vd. (2004) tarafından bireylerin empati düzeylerini belirlemek için geliştirilmiştir. Toplam 13 maddeden oluşan, 5'li Likert tipi bir ölçektir.

Ölçekte bulunan maddeler; (1) Kesinlikle katılmıyorum, (2) Katılmıyorum, (3) Kararsızım, (4) Kısmen katılıyorum ve (5) Kesinlikle katılıyorum şeklinde 5 dereceli olarak düzenlenmiştir. Ölçekte bulunan her madde 1 ilâ 5 arasında puanlanarak değerlendirilmektedir. Her bir maddeden elde edilen puanlar toplanarak ölçek toplamı puan elde edilmektedir. Ölçekten en düşük 13, en yüksek ise 65 toplam puan alınabilmektedir. Ölçek, katılımcı tarafından bireysel olarak cevaplanmakta ve ölçeğin yanıtlanmasında zaman sınırlanması bulunmamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar empati düzeyinin yüksek olduğunu, düşük puanlar ise empati düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Kaya ve Çolakoğlu (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür ( $\chi^2= 171,587$ ,  $p < .001$ ) Uyum iyiliği değerleri CFI = .916; NFI = .877; GFI = .92; AGFI=.882 RMR = .066; RMSEA = ,078 olarak hesaplanmıştır. Cronbach's Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı da 0,86 olarak belirlenmiştir. 'Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği'nin bu araştırmanın çalışma grubunda Cronbach's Alfa güvenilirlik katsayısı 0, 698 olarak belirlenmiştir.

#### **2.4. Araştırma Süreci**

İlk aşamada; araştırma konusu, modeli ve veri toplama araçları belirlenmiştir. İkinci aşamada, veri toplama araçları elektronik ortama aktarılmış ve veri toplama süreci elektronik ortam üzerinden yapılmıştır. Eksik, yanlış ya da hatalı form

dolduran katılımcılar araştırmanın dışında tutulmuştur. Araştırma için hedeflenen sayıda araştırmacıya ulaşıldığında veri toplama süreci sonlandırılmıştır. Son aşamada ise toplanan veriler analiz edilmiştir ve veriler raporlanarak araştırma tamamlanmıştır.

## **2.5. Verilerin Analizi**

Çalışma sonucunda toplanan verilerin normallik dağılımı ölçek toplam puanlarının z değerleri, çarpıklık-basıklık değerleri, box-plot ve histogtam grafikleri, Kolmogorov-Smirnov testi ile değerlendirilmiştir. Analizler sonucunda ölçek puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $\pm 1$  arasında yer aldığı görülerek normallik varsayımının karşılandığı belirlenmiş ve parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

Demografik değişkenlerin dağılımı için frekans, ölçek toplam puanları için betimleyici istatistikler, ölçek, alt boyut ve açık uçlu sorular arasındaki ilişki için Pearson analizi, iki kategorili değişkenlerin toplam puan ortalamaları arası fark için bağımsız örneklem t testi, üç ve daha fazla kategorili değişkenlerin toplam puan ortalamaları arası fark için normal dağılım, grup sayılarının yeterliliği ve varyansların homojenliği varsayımları karşılandığında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Grup sayılarının 15'ten küçük olduğu durumda Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır. Varyansların homojenliği varsayımının karşılanmadığı durumlarda ise Welch testine başvurulmuştur.

SPSS 24 (Statistical Package Programme For Social Sciences) programı kullanılarak analiz edilmiştir.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

**Tablo 1. Demografik Değişkenler İçin Sayı ve Yüzde Dağılımı**

Tablolar	Gruplar	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	77	37,9
	Erkek	126	62,1
	Toplam	213	100
Medenî Durum	Evli	173	10,3
	Bekar	9	85,2
Eğitim Durumu	Eşinden Ayrı	77	4,5
	Toplam	203	100
	İlkokul/Ortaokul	10	4,9
	Lise	57	28,1
	Üniversite Y.Lisans/Doktora	107 29	52,6 14,3
Gelir Durumu	Toplam	203	100
	Öğrenci	88	43,3
	2000 T1 ve Altı	34	16,7
	2000-4000 T1	49	24,1
	4000 T1 ve Üzeri	32	15,9
Spor Sebebi	Toplam	203	100
	Zayıflama/K. Alma	43	21,1
	Formda Kalma	60	29,6
	Vücut Geliştirme	42	20,7
	Sağlık/Fizyoterapi	58	28,6
	Toplam	203	100
Spor Yapılan Gün	0-2 Gün	46	22,8
	3-5 Gün	132	65,3
	6-7 Gün	24	11,9
	Toplam	202	100
Spor Yapılan Yıl	0-5 Yıl	112	55,2
	6-10 Yıl	55	27,1
Meslek Durumu	11 Yıl ve Üzeri	36	17,7
	Toplam	203	100
	Evet	109	53,7
	Hayır	94	46,3
	Toplam	203	100

Katılımcıların demografik özellikleri Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere Ait Betimleyici İstatistikler.**

Ölçekler	Min	Max	Çarpıklık	sh	Basıklık	sh	$\bar{x}$	ss
SKÖ	10,00	50,00	-,098	,171	-,110	,340	31,69	7,66
NHVRÖ	18,00	98,00	,198	,171	-,346	,340	59,06	16,36
EDBÖ	36,00	65,00	-,289	,171	-,412	,340	51,45	6,28

Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği için en küçük-en büyük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ve standart hataları, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2’de gösterilmiştir.

Sporcu Kimliği Ölçeği için aralık 10-50 arasında, çarpıklık=-0,098 olarak ve standart hatası=0,171 olarak basıklık=-0,110 ve standart hatası=0,340, ortalama=31,69 ve standart sapma=7,66 olarak hesaplanmıştır.

Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği için aralık 18-98 arasında, çarpıklık=0,198 olarak ve standart hatası=0,171 olarak basıklık=-0,346 ve standart hatası=0,340, ortalama=59,06 ve standart sapma=16,36 olarak hesaplanmıştır.

Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği için aralık 36-65 arasında, çarpıklık=-0,289 olarak ve standart hatası=0,171 olarak basıklık=-0,412 ve standart hatası=0,340, ortalama=51,45 ve standart sapma=6,28 olarak hesaplanmıştır.

**Tablo 3. Ölçeklerin Güvenirlik Analizi**

Ölçekler	Cronbach’s Alfa
Sporcu Kimliği Ölçeği	0,865
Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği	0,774
Empati Düzeyi Belirme Ölçeği	0,698

Tablo 3’te yer alan veriler değerlendirildiğinde, Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği’nin Cronbach’s Alfa güvenirlilik katsayıları verilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının güvenilir oldukları görülmüştür.

**Tablo 4. Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Arasındaki İlişkiye Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.**

Ölçekler	SKÖ	NHVRÖ	EDBÖ
Sporcu Kimliği Ölçeği	r 1,000 p 0,000		
Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği	r ,158* p 0,025	1,000 0,000	
Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği	r ,019 p 0,785	,144* 0,040	1,000 0,000

\*<0,05; \*\*<0,01

Sporcu Kimliği Ölçeği ile Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği puanları arasında zayıf, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir (r=0,158; p<0,05). Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ile Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanları arasında zayıf, pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir (r=0,144; p<0,05).

Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği ile Sporcu Kimliği Ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı belirlenmiştir (r=0,019; p>0,05).

**Tablo 5. Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları.**

	Grup	N	$\bar{x}$	Ss	t	s.d	p
Sporcu Kimliği Ölçeği	Kadın	77	29,97	8,45	-2,536	201	<b>0,012</b>
	Erkek	126	32,75	6,97			
Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği	Kadın	77	58,66	17,29	-0,270	201	0,783
	Erkek	126	59,31	15,84			
Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği	Kadın	77	52,94	5,62	2,682	201	<b>0,008</b>
	Erkek	126	50,54	6,50			

Tablo 5’te; Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin bağımsız gruplar t-testi sonuçları verilmiştir.

Sporcu Kimliği Ölçeği puanlarının eşit haklara sahip olama durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür ( $t_{(201)}=-2,536$ ;  $p<0,05$ ). Kadın cinsiyetli katılımcıların Sporcu Kimliği ölçeği puanlarının ( $\bar{x}=29,97$ ) erkek katılımcılardan ( $\bar{x}=32,75$ ), daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının eşit haklara sahip olama durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür ( $t_{(201)}=2,682$ ;  $p<0,05$ ). Kadın cinsiyetli katılımcıların Sporcu Kimliği ölçeği puanlarının ( $\bar{x}=52,94$ ) erkek katılımcılarınkinden ( $\bar{x}=50,54$ ), daha yüksek olduğu belirlenmiştir

Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 6. Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Medenî Duruma Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları.**

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	$\bar{x}_{\text{Sıra}}$	$x^2$	<b>s.d</b>	<b>p</b>
Sporcu Kimliği Ölçeği	Evli	21	92,76	,661	2	,718
	Bekar	173	102,78			
	Eşinden Ayrı	9	108,50			
Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği	Evli	21	122,02	4,208	2	,122
	Bekar	173	98,48			
	Eşinden Ayrı	9	122,94			
Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği	Evli	21	125,69	4,816	2	,090
	Bekar	173	100,26			
	Eşinden Ayrı	9	80,22			

Tablo 6’da; Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği, Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının bir mesleğe sahip olma durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis H testi sonuçları verilmiştir.

Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının bir mesleğe sahip olma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p>0,05$ ).



**Tablo 7. Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları.**

	<b>Grup</b>	<b>N</b>	$\bar{x}_{sıra}$	$x^2$	<b>s.d</b>	<b>p</b>
Sporcu Kimliği Ölçeği	İlkokul/Ortaokul	10	94,20	6,207	3	,102
	Lise	57	113,77			
	Üniversite	107	102,17			
	Y.Lisans/Doktora	29	80,93			
Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği	İlkokul/Ortaokul	10	106,00	4,958	3	,175
	Lise	57	114,75			
	Üniversite	107	93,78			
	Y.Lisans/Doktora	29	105,88			
Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği	İlkokul/Ortaokul	10	99,85	,816	3	,846
	Lise	57	104,32			
	Üniversite	107	103,36			
	Y.Lisans/Doktora	29	93,17			

Tablo 7’de; Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının bir eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin Kruskal Wallis H testi sonuçları verilmiştir.

Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 8. Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları.**

	Grup	N	N	Ort	Ss	F	s.d	p	Fark
Sporcu Kimliği Ölçeği	Öğrenci	88	30,02	6,92	5,090	3		<b>0,002</b>	<b>4&gt;1</b>
	2.000 Tl ve Altı	34	30,42	6,78		199			<b>4&gt;2</b>
Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği	2.000-4.000 Tl	49	33,19	8,33	0,061			0,061	
	4.000 Tl ve Üstü	32	35,38	8,04					
Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği	Öğrenci	88	58,80	16,50	0,386				
	2.000 Tl ve Altı	34	58,64	18,93					3
	2.000-4.000 Tl	49	59,12	16,24					199
	4.000 Tl ve Üstü	32	60,15	13,75					
	Öğrenci	88	51,31	6,70					
	2.000 Tl ve Altı	34	52,14	6,67					199
	2.000-4.000 Tl	49	50,85	6,03					
	4.000 Tl ve Üstü	32	52,03	5,08					

Tablo 8’de; Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin ANOVA sonuçları verilmiştir.

Sporcu Kimliği Ölçeği puanlarının gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir ( $F(3/199)=5,090$ ;  $p<0,05$ ). Farklılığın hangi gruplar arasında bulunduğunu belirlemek amacıyla uygulanan LSD testi sonucunda 4.000 Tl ve üstü gelire sahip katılımcıların ( $35,38\pm 8,04$ ) Sporcu Kimliği Ölçeği puanları, öğrenci olan ( $30,02\pm 6,92$ ) ve 2.000 Tl ve altı ( $30,42\pm 6,78$ ) gelire sahip katılımcıların puanlarından daha yüksek bulunmuştur.

Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının gelir durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 9. Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Spor Yapma Sebebine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	s.d	p	Fark
Sporcu Kimliği Ölçeği	Zayıflama/Kilo Alma	43	28,94	7,30	3,950	3	<b>0,009</b>	<b>2&gt;1</b>
	Formda Kalma	42	32,34	7,45				
	Vücut Geliştirme	58	34,36	7,98				
	Sağlık/Fizyoterapi	60	31,15	7,34				
Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği	Zayıflama/Kilo Alma	43	61,55	15,62	0,952	3	0,416	
	Formda Kalma	42	60,11	16,48				299
	Vücut Geliştirme	58	58,78	17,43				
	Sağlık/Fizyoterapi	60	56,34	16,01				
Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği	Zayıflama/Kilo Alma	43	49,95	6,95	1,327	3	0,267	
	Formda Kalma	42	52,28	6,43				299
	Vücut Geliştirme	58	51,14	6,24				
	Sağlık/Fizyoterapi	60	51,94	5,52				

Tablo 9’da; Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının spor yapma sebebi değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin ANOVA sonuçları verilmiştir.

Sporcu Kimliği Ölçeği puanlarının spor yapma sebebine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir ( $F(3/299)=3,950$ ;  $p<0,05$ ). Farklılığın hangi gruplar arasında bulunduğunu belirlemek amacıyla uygulanan LSD testi sonucunda Formda kalma amacıyla ( $32,34\pm 7,45$ ) ve vücut geliştirme ( $34,36\pm 7,98$ ) amacıyla spor yapan katılımcıların Sporcu Kimliği Ölçeği puanları, zayıflama ya da kilo alma amacıyla spor yapan katılımcıların puanlarından ( $28,94\pm 7,30$ ) daha yüksek bulunmuştur.

Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının puanlarının spor yapma sebebine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 10. Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Spor Yapılan Gün Sayısına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları.**

	Grup	N	Ort	Ss	F	s.d	p	Fark	
Sporcu Kimliği Ölçeği	0-2 Gün	46	27,33	7,70	9,742	2	<b>0,000</b>	<b>2&gt;1</b> <b>3&gt;1</b>	
	3-5 Gün	132	32,55	6,61					50,140
	6-7 Gün	24	35,00	9,70					
Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği	0-2 Gün	46	60,71	19,55	0,320	2	0,783		
	3-5 Gün	132	58,46	15,71				199	
	6-7 Gün	24	58,83	13,70				0,043	0,970
	0-2 Gün	46	51,46	6,37				2	
Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği	3-5 Gün	132	51,53	6,02	199				
	5-6 Gün	24	51,12	6,71					

Tablo 10'da; Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının spor yapılan gün sayısı değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin ANOVA sonuçları verilmiştir.

Sporcu Kimliği Ölçeği puanlarının spor yapılan gün sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $F(2/50,140)= 9,742$ ;  $p>0,05$ ). Yapılan Levene testi sonucunda varyansların homojen dağılmadığı görülmüş ve Welch testi uygulanmıştır. Farklılığın hangi gruplar arasında bulunduğunu belirlemek amacıyla uygulanan Tamhane's t2 testi sonucunda, 3-5 gün spor yapan ( $32,55\pm 6,61$ ) ve 6-7 gün spor yapan ( $35,00\pm 9,70$ ) katılımcıların Spor Kimliği Ölçeği puanlarının, 0-2 gün spor yapan ( $27,33\pm 7,70$ ) katılımcılarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının spor yapılan gün sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 11. Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği Puanlarının Spor Yapılan Yıl Sayısına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları.**

	Grup	N	N	Ort	Ss	F	s.d	p	Fark
Sporcu Kimliği Ölçeği	0-5 Yıl	112	29,69	7,17	121,101	2		<b>0,000</b>	<b>2&gt;1</b>
	6-10 Yıl	55	32,74	7,09		200			<b>3&gt;1</b>
Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği	11 Yıl ve Üzeri	36	36,33	7,88	4,012			<b>0,020</b>	<b>1&gt;3</b>
	0-5 Yıl	112	60,64	16,91		2			<b>2&gt;3</b>
Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği	6-10 Yıl	55	60,38	16,60		200			
	11 Yıl ve Üzeri	36	52,16	12,40	,088			0,916	
	0-5 Yıl	112	51,60	6,15		2			
	6-10 Yıl	55	51,30	7,43		92,559			
	11 Yıl ve Üzeri	36	51,22	4,69					

Tablo 11’de; Sporcu Kimliği Ölçeği, Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının spor yapılan yıl değişkenine göre karşılaştırılmasına ilişkin ANOVA sonuçları verilmiştir.

Sporcu Kimliği Ölçeği puanlarının spor yapılan yıl sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $F(2/200)=121,10$ ;  $p<0,05$ ). Farklılığın hangi gruplar arasında bulunduğunu belirlemek amacıyla uygulanan LSD testi sonucunda, 11 yıl ve üzeri spor yapan ( $36,33\pm 7,88$ ) ve 6-10 yıldır spor yapan ( $32,74\pm 7,09$ ) katılımcıların Spor Kimliği Ölçeği puanlarının, 0-5 yıldır spor yapan ( $29,69\pm 7,17$ ) katılımcılarınkinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği puanlarının spor yapılan yıl sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $F(2/200)=4,012$ ;  $p<0,05$ ). Farklılığın hangi gruplar arasında bulunduğunu belirlemek amacıyla uygulanan LSD testi sonucunda, 0-5 yıl arası spor yapan ( $60,64\pm 16,91$ ) ve 6-10 yıldır spor yapan ( $60,38\pm 16,60$ ) katılımcıların Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği puanlarının, 11 yıl ve üzeri spor yapan ( $52,16\pm 12,40$ ) katılımcılarınkinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği puanlarının spor yapılan yıl sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ( $p<0,05$ ).

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### TARTIŞMA

Bu çalışma; düzenli spor yapmanın, sporcu kimliği, narsisizm ve empati düzeyleri arasındaki ilişkini incelenme amacıyla oluşturulmuştur. Veri toplamak amacıyla Sporcu Kimliği Ölçeği (SKÖ), Narsisistik Rekabet ve Hayranlık Ölçeği ve Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği kullanılmıştır. Bulgular kısmında, ölçeklerin güvenilirlik analizleri yer almıştır. Ölçeklerin güvenilir oldukları belirlenmiştir. Çalışmanın bu bölümünde ise veri toplama araçlarından elde edilen bulgular sonucunda yorumlar yapılmış ve literatür kısmındaki araştırmalar göz önüne alınarak tartışılmıştır.

Literatür taramasına bakıldığında, spor psikolojisi alanında yapılmış olan araştırmalar incelenirken erkek sporcular ile yapılan araştırmaların sayısının kadın sporculara yapılan çalışmalara nazaran daha fazla olduğu rapor edilmiştir (Gill, 1986; Haris, 1987; Kane,1988)

Düzenli spor yapmanın cinsiyet farkına göre değişimi üzerinde yapılmış olan birçok araştırmada kadın ve erkek sporcular arasında güç ve saldırganlık dürtüleri arasında birtakım farklar olduğu belirlenmiştir (Doğan, 2015). Bunların yanı sıra Yüksel'in yapmış olduğu çalışmada, kadınların spora katılım yüzdesi erkeklere oranla daha yüksek olduğu sapanmıştır. (Yüksel, 2015). Çalışmamız 203 düzenli spor yapan bireyler üzerinde yapılmıştır.

Katılımcı bireylerden sadece 77'sinin kadın sporcu olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçlarında kadın katılımcıların sporcu kimlik özellikleri puanlarının erkek katılımcılardan daha fazla olduğu belirlenmiştir. Bayar'ın (2003) spor yapan ve yapmayan kadınlar ile yapmış olduğu araştırmada, spor yapan kadınların duygusal olarak hareket ettikleri zaman spor yapmayan kadınlara nazaran daha dengeli olduğu belirlenmiştir (Bayar, 2003) . Kadınların spordaki yeri ve spor yapma nedenleri kapsamı altında Yaprak ve Amman (2009) bir araştırma yapmış, bu araştırma sonucunda kadınların fiziksel şiddet ve taciz gibi durumlardan kurtulabilmek için

fizikî olarak güçlenmek amaçlı spor yaptıkları tespit olunmuştur (Yaprak ve Amman, 2009).

Sporun yalnızlık ve tükenmişlik üzerinde olumlu etkiler gösterdiği kanıtlanmıştır. Kişiler arası iletişimde bulunmak, sosyalleşmek, zaman harcamak, boş zamanları doldurmak için spor iyi bir aktivitedir. Özçelik ve arkadaşlarının (2015) üniversite öğrencileri ile yapmış oldukları araştırmada, yalnızlık düzeyi ile cinsiyet farkı arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Kumartaşlı ve Atabaş'ın (2015) kadın ve erkeklerin spordan beklentileri üzerine yapmış oldukları çalışmasında ise spor yapmanın kadınlarda erkeklerden daha çok sevildiği, kadınların sporu rahatlama ve zevk için yaptıkları ve beklentilerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Kurtarmışlı ve Atabaş, 2014). Sosyalleşmek amaçlı yapılan sporun bireylerin yalnızlık duygusuyla baş etmesinde, iletişimde olmasında olumlu etkileri vardır. Aile içi sorunlardan, işten, monoton hayattan kaçıp hayata renk katmak amaçlı yapılan spor yalnızlık hissini önemli derecede yok etmektedir. Spor yapma nedenleri arasında önemli faktörlerden biri de aile içinde birinin spor yapmasıdır. Bizim yapmış olduğumuz çalışmada, düzenli spor yapan bireylerin yalnızlık duygusu ile arasında anlam bulunamamıştır. Katılımcılar arasında medenî durumu evli olan bireyler daha fazla olduğu belirlenmiştir.

Literatürde sporun vakit harcamak, eğlenmek, güzel zaman geçirmek, ideal beden ölçülerine sahip olmak ve güzel görünmek için yapılmakta olduğu hakkında bilgiler verilmiştir. Yapmış olduğumuz araştırmada, bu yönden bakıldığında daha çok üniversite öğrencilerinin katılım yaptığı görülmüştür. Spor yapma ile yüksek gelir durumu arasındaki ilişkisinin zayıf anlam taşıdığı saptanmıştır. Bu açıdan da bakıldığında spor daha çok sosyalleşme amaçlı yapıldığı görülmüştür (Şahan, 2007).

Katılımcılardan alınan verilerde, sporcu kimliğinin aylık gelir durumu ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Gelir durumu dört bin ve üzeri olan bireyin diğerlerine oranla sporcu kimliği özelliklerinde fark saptanmıştır.

Düzenli spor yapan bireylerin spordan beklentilerine bakıldığında bizim yapmış olduğumuz araştırmada, katılımcıların çoğunluğunun formda kalma amaçlı spor yaptıkları görülmüştür. Devamında sağlık amaçlı yapılma, zayıflama veya kilo

alma ve vücut geliştirme için yapıldığı sıralanmıştır. Literatür olarak bakıldığında Kurtarmışlı ve Atabaş'ın (2014) yapmış olduğu çalışmada da sporcuların sporu bir hayat tarzı olarak benimsedikleri görülmektedir (Kurtarmışlı ve Atabaş, 2014). Beden ölçüleri açısından bakıldığında vücut geliştirmenin cinsiyet, yaş, medenî durum ve eğitim durumu arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Bazı sporcular; vücut geliştirmek, düzenli beslenmek ve birtakım spor ilave gıdaları tüketmek için iyi bir gelir durumuna sahip olunması gerektiğini düşünmektedir (Karagöz ve Karagün, 2015).

Katılımcıların haftada kaç gün spor yaptıklarına bakıldığında ilk sırada haftada üç-beş gün gelmektedir. 132 katılımcının haftada en az üç ilâ beş gün arasında spor yaptığı görünse de bazı katılımcıların haftanın her günü spor yaptıkları saptanmıştır. Kaç senedir spor yapıldığına bakıldığında ise katılımcıların büyük çoğunluğunun beş sene ve altında spor yaptıkları belirlenmiştir. Aynı zamanda 203 katılımcı arasında 104 birey bir mesleğe sahipken diğerleri, “Mesleğim yok.” cevabını vermişlerdir. Literatür taramasına bakıldığında bireylerde yaş arttıkça spora başlama isteği kaybolmaktadır. Genelde spor yapma isteğinin üniversite öğrencileri arasında daha fazla olduğu görülmektedir. Spora başlama isteği yaratan nedenlerden biri olan aile içinde bir ferдин spor yapmasından daha güçlü bir neden arkadaş ortamında birilerinin spor yapmasıdır (Özdiñç, 2015; Koçak ve Özkan 2009; Ramazanoğlu ve ark, 2005).

Düzenli spor yapan bireylerin, yapmayanlara nazaran fiziksel açıdan olduğu kadar benlik algısında iyi yönde ilerlemede artış olduğu bilinmektedir. (Karakaya, 2005). Araştırmada, düzenli spor yapmanın sporcu kişilik özellikleri ile ilişkisine bakıldığında haftada en az üç gün ve üzeri spor yapan bireylerin sporcu kimliği ölçek puanları daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda Sporcu Kimliği Ölçeği ile bireyin spor yapılan yıl sayına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark gösterdiği saptanmıştır.

1958'den günümüze kadar, spor psikolojisiyle ilgili çeşitli konular göz önüne alınarak çok sayıda araştırma yapılmıştır. Vealey (1994), 1974-1980 yılları arasında spor psikolojisiyle ilgili yapılan araştırmaların sayısının binden fazla olduğu bildirmiştir. Ruffer (1975), çalışması sonucu, 572 araştırmacının, spor ve kişilik bazı



olduğu kaydedilir. Daha sonra Fisher (1984) bu araştırmaların sayıca daha fazla olduğunu açıklamıştır. Yakın tarihe ve günümüze geldiğimizde araştırmaların sayısının artmakta olduğu görülmektedir. Bunun tam zıt çalışmalarının da olduğu, artık son dönemlerde kişilikle sporun ayrıldığı da bilinmektedir. (Johnson ve Morgan, 1981, Martens, 1976). Lakin Vealey (1994), sporla kişiliğin birlikte ele alınması gerektiğini ve bu sebeple nn kaybetmemesi gerektiğini söylemiştir. şu anda Vealey'in (1994) söylediği gibi; yarış kaygısı, yarış stresi, benlik gibi özelliklerin spor psikolojisi alanında kişilik özelliklerinden daha ağır bastığı bilinmektedir (akt Bayar ve Koruç, 1997).

Kişilik zellikleri spor ile birleştiği zaman sporcu kavramı ortaya çıkmaktadır. Bir kişilik biçimi ve aynı zamanda kişilik bozukluğu olan narsisizm sporcularda, özellikle de profesyonel sporcularda sık sık karşılaşılan, kaçınılmaz durumlardan biri olmaktadır (Tazegül ve ark, 2013). Yapmış olduğumuz araştırmalarda, Sporcu Kimliği ile Narsisistik Rekabet ve Empati lekleri arasında zayıf, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Sporcuların spor yapma nedenleri ile Sporcu Kimliği leği arasındaki ilişkiye bakıldığında, zayıflama veya kilo alma nedeniyle spor yapma ile Sporcu Kimliği leği arasında anlamlı derecede ilişki olduğu görülmüştür.

Narsisistik kişilik özelliklerinin baskın olduğu bir diğer alan ise sporda geçirilen senelerin sayıdır. Ters orantılı devam eden bu ilişkide yapılan spor yılı arttıkça Narsisistik Hayranlık ve Rekabet lek puanlarında düşüş gözlemlenmektedir.

Türkiye geneline baktığımızda, sporun etkileri üzerine birçok araştırma yapılmıştır. Arslanoğlu (2010) orta öğrenim öğrencileriyle yapmış olduğu sosyal becerilerle ilgili araştırmada, spor yapan ve yapmayan öğrencileri arasında karşılaştırma yapılmış, spor yapanlarda sosyal becerilerin yapmayanlara nazaran daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Black'e (1991) göre, sosyal medya ve televizyon, formda kalmayı popülerlik, statü, özsaygı, mutluluk ve başarı ile bir görmektedir (Bıyıklı, 2007). Magazin programlarında ideal beden görüntüsü ile ilgili bir sürü subliminal mesajlar verilmekte, erkeklerde kas yapma mecburiyeti ve bu alanda steroid kullanımı gibi

zararlı ve sağlıksız şeylerle kas kitlesini arttırmaya yönlendirirken kadınların da incelik anlayışı altında diyet programlarına sürüklenerek zayıflaması gibi görülmektedir. Son zamanlarda ise insanlar ideal bedene sahip olmak için daha çok spor yapmaktadırlar. (Altıntaş ve Aşçı, 2005; Çepikkurt ve Coşkun, 2010). Dünyada spor sağlıklı olmak için yapılan bir aktivite gibi algılanırken Türkiye’de bu daha çok güzel görünüş ve vücut geliştirme için yapılmaktadır (Bıyıklı, 2007).

Kişiler arası iletişimde en önemli etkenler biri olan empati, sporcularda da olması gereken özelliklerdendir. Katılımcıların yanıtlamış olduğu cevaplar doğrusunda sporcu kimliği ölçeği ile empati düzeni belirleme ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Literatür taramasına bakıldığında Dorak ve Vurgun’un yaptıkları çalışmada, takım sporu yapan kadınların empati düzeylerinin takım sporu yapan erkeklere oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Dorak ve Vurgun, 2006).

Narsisistik özellik taşıyan bireylerde empati yapma yeteneği çok az, narsisistik kişilik bozukluğunda ise bireylerde empati yeteneği hiç yoktur (Köroğlu, 2014). Katılımcı verilere göre bakıldığında, düzenli spor yapan bireylerde Narsisistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği ile Empati Düzeyi Belirleme Ölçekleri arasında anlamlı ilişki saptanamamıştır.

Sporcunun kişilik özelliklerine bakıldığında, eğitim durumunun kişinin yaptığı spora etkisi saptanamamıştır.

## SONUÇ ve ÖNERİLER

18-45 yaş arası düzenli spor yapan bireylerde, sporcu kimlikleri ile narsisistik özellikleri arasında az da olsa ilişki olduğu belirlenmiştir. Lakin bu ilişki sporda geçirilen yıllara göre değişmektedir. Bilinenin tam aksine, uzun seneler düzenli ve profesyonel spor yapan bireylerin kişilik özelliklerinde narsisistik özellikler kişiliğini, sporcu kimliğini ele geçirmemiştir. Düzenli spor yapmanın benlik algısı ve empatiyle anlamlı bir ilişkisi olmadığı belirlenmiştir. Sporculardan alınan verilere göre eğitim durumu, medenî durum ve mesleğin ölçeklerde ilişkili olmadığı belirlenmiştir.

Eğitim durumu ve medenî durumun düzenli spor yapmaya engel olmadığı belirlenmiştir. Kadın sporcularda, empati kurabilme yeteneğinin ve sporcu kişilik özelliklerinin erkek sporculara nispetle daha fazla olduğu belirlenmiştir. Düzenli spor yapmanın cinsiyetle ilişkisi görülmemektedir. Tam aksine kadınların spora katılımının ve spordan beklentilerinin daha fazla olduğu saptanmıştır.

Maddi gelirin yüksek olması düzenli spor yapmaya neden olabilmektedir. Zaman açısından bir mesleğe sahip olanlardan ziyade üniversite öğrencilerinin spora ilgisinin daha yoğun olduğu saptanmıştır. Düzenli spor yapan bireylerin kişilik özelliklerinin yapmayanlara oranla daha güçlü olduğu ve bireylerin daha çok zayıflama veya kilo alma amaçlı spor yaptıkları tespit edilmiştir.

Spora ve sporcuya karşı duyulan ön yargılara karşı;

- 1) Düzenli spor yapan bireylerin kendini beğenmiş, büyüklük taslayan, spor ortamında huzursuzluk çıkaran bireyler olarak tanınlanmaması için sporcu kimlikleri hakkında daha fazla araştırma yapılmalıdır.
- 2) Sporcu bireylerin empati yapamadığı düşüncesinin önlenmesi konusunda, medyada sporculara karşı olumlu ve doğru haberlere yer verilmelidir.
- 3) Düzenli spor yapan bireylere spor psikolojisi kapsamında eğitimler verilmelidir.
- 4) Takım içinde narsisistik kişilik bozukluğu olan sporcular ayrılmalı, onlarla bireysel olarak spor psikologları ilgilenmelidir.

## KAYNAKÇA

- Abakay, U., & Kuru, E. (2013). Kadın Futbolcularda Antrenörle İletişim Düzeyi Ve Başarı Motivasyonu İlişkisi. *Gaziantep University Journal Of Social Sciences*, 12(1).
- Akçakoyun, F., Çalışkan, E., & Karlı, H. (2010). Dövüş ve Takım Sporcularının Empati Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Türkiye Kickboks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 37-47..
- Altınbaş, K., Gülöksüz, S., Özçetinkaya, S., & Oral, E. T. (2010). Empatinin Biyolojik Yönleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2(1), 15-25.
- Altıntaş, A., Çetinkalp, Z. K., & Aşçi, F. H. (2012). Antrenör-Sporcu İlişkisinin Değerlendirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 23(3), 119-128.
- Altungül, O. (2006). "Futbol Aktivitelerine Katılanların Kişilik Özellikleri Işığında Stres Düzeylerinin Belirlenmesi" Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
- Altınköprü, T. (2015). Çocuk Psikolojisi, Çocuğun Gelişimi, Mutluluğu ve Sosyal Uyumunu Nasıl Sağlanır.
- Arkonaç O. *Psikiyatri Sözlüğü*. İstanbul, Nobel Tıp Kitabevleri, 1999, s.188.
- Aslan, S. (2008). Kişilik, Huy ve Psikopatoloji, *Psikiyatride Derlemeler*. *Psikiyatride Derlemeler Olgular ve Varsayımlar (RCHP)*, 1-2.
- Arslanoğlu, C., Yaman, M., Özmutlu, İ., & Acar, G. (2010). Spor Yapan ve Spor Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Atabeyoğlu, C.. *Atatürk ve Spor*, Ankara: GSGM Yayınları, Yayın No:90, 1984.

- Atasoy, B., & Kuter, F. Ö. (2005). Küreselleşme ve Spor. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18(1), 11-22. Yüksel, M. (2014). Cinsiyet ve spor. Tarih Okulu Dergisi, 7(19), 663-684.
- Back, M. D., Küfner, A. C., Duffer, M., Gerlach, T. M., Rauthmann, J. F., & Denissen, J. J. (2013). Narcissistic Admiration and Rivalry: Disentangling The Bright and Dark Sides of Narcissism. Journal of Personality and Social Psychology, 105(6), 1013
- Balçıkınlı, G. S. (2009). Profesyonel Futbolcuların Fair Playe Yönelik Davranışları ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara. S. 37.
- Barış, K. A. Y. A., & Çolakoğlu, Ö. M. (2015). Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği (EDBÖ) Uyarlama Çalışması. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 16(1).
- Başer, E. (1985). Uygulamalı Spor Psikolojisi. BSY Yayınları.
- Bauman, S. (1994). Uygulamalı Spor Psikolojisi, çev: Can ikizler. Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul, (s 62).
- Bayar, P. (2011). Türkiye’de Spor Psikolojisinin Gelişimi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 8(4), 131-136.
- Bayar, P. (2003). Spor Yapan ve Yapmayan Bayanların Kişilik Özelliklerinin Karşılaştırılması. Spor Bilimleri Dergisi, 14(3), 133-143.
- Bilge F. ( 1990). Sporcuların Psikolojik Özellikleri. Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi (3)2, 10-17.
- Bingöl, G., & Demir, A. (2011). Amasya Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri. Göztepe Tıp Dergisi, 26(4), 152-159
- Birliği, A. P. (2014). Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı (DSM-V)(E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

- Bıyıklı, T. (2007). Vücut İmgesinin Ve Özel Spor Salonlarının Egzersize Başlama Ve Devam Etme Motivasyonu Üzerine Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Burger J. Personality (2004 by Wadsworth) çeviri Kaknüs yayınları 2009 s23.
- Burgo, J. Tanıdığımız Narsist (2016) Haloma Yayın evi
- Brewer, B.W. & Cornelius, A.E. (2001) Norms and Factorial Invariance of The Athletic Identity. Measurement Scale (AIMS). Academic Athletic Journal. 15, 103-113.
- Canan, F., & Ataoğlu, A. (2010). Anksiyete, Depresyon Ve Problem Çözme Becerisi Algısı Üzerine Düzenli Sporun Etkisi. Anatolian Journal of Psychiatry, 11(38), 38-43.
- Çakiroğlu, T. (1987). Antrenör-Sporcu İlişkileri ve Başarıda Spor Psikolojisinin Önemi. GÜ Yüksek Lisans Tezi Ankara.
- ÇELİK, V. O. (2015). Spor Alanında Karizmatik Liderlerin Grup Bütünlüğü Üzerindeki Etkileri. Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, s. 104-122
- Çepikkurt, F., & Fındık, M. (2017). Takım Sporunu Yapanlarla Bireysel Spor Yapanların Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması. International Journal of Sport, Exercise & Training Sciences-IJSETS, 3(2), 55-63.
- Çetinkaya, S. (2015). Takım Sporlarında Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven İlişkisi (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Checkley, K. (2008). The Essentials of Social Studies, Grades K-8: Effective Curriculum, Instruction, And Assessment. ASCD.
- Çoknaz, H. (1998). "Takım ve Bireysel Spor Antrenörlerinin İş Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılması" Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Yönetimi Bilimleri Anabilim Dalı.

- Davis, C. (1992). Body Image, Dieting Behaviours, and Personality Factors: A Study of High-Performance Female Athletes. *International Journal of Sport Psychology*. 179-192. Narsistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği
- Decety, J., & Jackson, P. L. (2004). The Functional Architecture of Human Empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3(2), 71-100. *Ral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3(2), 71-100.
- Demir, H., Demir, H., Sezan, T., Demirel, H., Yalçın, Y. G., & Altın, M. Sporcuların öfke ifade tarzları anger expression styles of athletes. (s.408-414)
- Demirci, İ., & Ekşi, F. (2017). Büyüklenmeci Narsisizmin İki Farklı Yüzü: Narsistik Hayranlık ve Rekabetin Mutlulukla İlişkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 46, 37-58
- Doğan, O. (2004). Spor Psikolojisi: Ders Kitabı. Cumhuriyet Üniversitesi. S. 1; Nejdet
- Doğan, O. (2015). Spor PSİKOLOJİSİ: DERS KİTABI. Genişletilmiş üçüncü baskı. Detay yayıncılık
- Dorak, F., & Vurgun, N. (2006). Takım Sporları Açısından Empati ve Takım Birlikteliği İlişkisi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 73-77. Doğan, O. (2004). Spor psikolojisi: ders kitabı. Cumhuriyet Üniversitesi. S. 1; Nejdet
- Dökmen, Ü. (1988). Empatinin Yeni Bir Modele Dayanılarak Ölçülmesi ve Psikodrama İle Geliştirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 21(1-2), 155-190.
- Dökmen, Ü. (1994). İletişim Çatışmaları ve Empati. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 5, 153-156. *Reason and Emotion in Psychotherapy*. New York: Carol Publishing Group
- Erden, N. K. (2007). "Abant İzzet Baysal Üniversitesi Öğretmenlik Bölümleri Birinci Öğretim Son Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Türleri" Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı

- Erdoğan, N., & Kocaekşi, S. (2015). Elit Sporcuların Sahip Olması Gereken Psikolojik Özellikler. Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi, 7(2), 57-64.
- Eren, Z, “Spor Salonuna Giden Yetişkinlerde Yeme Tutmları, Sosyal ve Fizikbkaygıları ve Narsistik Yapılanmaların Arasındaki İlişki” Maltepe Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi 05.10.2012
- Erich Fromm (1991) Dinleme Sanatı. Psikanaliz ve Psikoanalitik Terapiler Üzerine Notlar. Say yayınları 2018. Ankara.
- Ertekin, Y., & Yurtsever, G. (2001). Yönetimde Narsizm Üzerine Bir Deneme. Amme İdaresi Dergisi, 34(3), 37-45
- Filiz, K. (2002). Sporun Tanımlanması ve Kapsamının Belirlenmesi Üzerine Bir Çalışma. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22(2).
- Freud. S Psikanaliz (2015) Gece yayın.
- Freud. S Narsisizm Üzerine (2017)
- Freud's On Narcissism: An Introduction (Contemporary Freud). Karnac Books.
- Freud, S., Riviere, J., & Koptagel-İlal, G. (1982). Psikanalize Giriş: Genel Nevroz Öğretimi. İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Yayınları.
- Genç, A., Şener, Ü., Karabacak, H., & Üçok, K. (2011). Kadın ve Erkek Genç Erişkinler Arasında Fiziksel Aktivite ve Yaşam Kalitesi Farklılıklarının Araştırılması.
- Güçlü, M., & Yentür, J. (2008). Millî Takım Düzeyindeki Elit Bayan Sporcuların Kişisel ve Sosyal Uyum Düzeyleri ile Bedenlerini Algılama Düzeylerinin Karşılaştırılması. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 6(4), 183-192.
- Gürel, E. & Mutel, C. (2007). Psikomitolojik Terimler: Psikoloji Literatüründe Mitolojinin Kullanılması. Sosyal Bilimler Dergisi, 1.
- Güllü, S. (2018). Sporcuların Antrenör-Sporcu İlişkisi ile Sportmenlik Yönelimleri Üzerine Bir Araştırma. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 16(4), 190-204.



- Gülmez, N. (2009). Narsistik Liderlik, Yayınlanmış yüksek lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 20-30.
- Güven, Ö. (1996). 12-16 Yaş Grubu Sporcuların Müsabaka Motivasyonu ve Antrenör Davranışları Konusunda Karşılaştıkları Bazı Sorunlar. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(1), 29-40.
- Harvard Business publishing corporation (2017) Empaty
- İkizler, C., & Karagözoğlu, C. (1997). Sporda Başarının Psikolojisi. Alfa Basım Yayım Dağıt.
- Kanbir, H. (2004). Yeni Bir Rekabet Gücü Kaynağı Olarak Entellektüel Sermaye ve Organizasyonel Performansa Yansımaları. Journal of Aeronautics and Space Technologies, 1(3), 77-85.
- Katırcı, H. (2014). Türkiye’de Futbol Kulübü-Taraftar İletişimi. CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4(1), 41-50. Ekenci, M. T., Yücel, M. G., & Ekenci, G. Antrenör-Sporcu İlişkisi Ölçeğinin Türkiye İçin Geçerlilik Ve Güvenilirlik Analizi. Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, yıl, 5, 1-13.
- Karagöz, N., & Karagün, E. (2015). Profesyonel Sporcuların Beden İmajı Üzerine Betimsel Bir Çalışma. Sport Sciences, 10(4), 34-43.
- Karahüseyinoğlu, M. F., Ramazanoğlu, M. O., Demirel, E. T., Altungül, O., & Ramazanoğlu, F. (2005). Spordan Toplumsal Boyutlarının Değerlendirilmesi.
- Karakaya, I., Coşkun, A., & Ağaoğlu, B. (2006). Yüzücülerin Depresyon, Benlik Saygısı ve Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 7(3), 162-166.
- Karasar, N. (2010). Bilimsel Araştırma Yöntemi- Kavramlar, İlkeler, Teknikler. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Karageorghis, C. I., Terry, P. C., & Dickenson, P. (2011). Inside Sport Psychology. Champaign, IL: Human Kinetics. Çeviri Demir.E (2017) Spor psikolojisi. Nöber akademik yayıncılık.
- Kartopu, S. (2013). Narsisizmin Dindarlık Eğilimleriyle İlişkisi: Gümüşhane Üniversitesi Örneği. International Journal of Social Science, 6(6), 625-649

- Kızıltan, H. (2000). Narcissistic Personality Inventory (NPI) Ölçeğinin Türkçe Formu Dil Eşdeğerliliği. Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışmaları, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İÜSBE, İstanbul.
- Koçak, f. Ü., & Özkan, f. (2010). Yaşlılarda Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Yaşam Kalitesi. *Turkiye klinikleri journal of sports sciences*, 2(1), 46-54.
- Kohut H. *The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*, New York, International Universities Press, 1971.
- Konter, E. (1999). *Uygulamalı Spor Psikolojisinde Zihinsel Antrenman*. Nobel yayın dağıtım, Ankara.
- Koruç, z., & bayar, p. Türkiye'de Spor Psikolojisi Alanında Yapılan Kişilik Araştırmalarına Eleştirel Bir Yaklaşım. *Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 38-48.
- Köroğlu, E., & Bayraktar, S. (2010). *Kişilik Bozuklukları*. HYB Basım Yayın.
- Kumartaşlı, m., & atabaş, e. (2015). Spor Merkezi Fitness Salonunu Kullanan Bireylerin Beklentilerinin Değerlendirilmesi. *International Journal of Science Culture And Sport*, 2 (special issue 1), 898-904.
- Kumcağız, H., Yılmaz, M., Çelik, S. B., & Avcı, İ. A. (2011). Hemşirelerin İletişim Becerileri: Samsun İli Örneği. *Dicle Medical Journal/Dicle Tıp Dergisi*, 38(1).
- Kuter, T. M., Öztark, F., & Başer, U. D. E. Türk Sporcularında Cinsellik Üzerine Bir Çalışma. *Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 19-27.
- Lawrence, E. J., Shaw, P., Baker, D., Baron-Cohen, S., ve David, A. S. (2004). Measuring empathy: Reliability and Validity of the Empathy Quotient. *Psychological Medicine*, 34, 911-924.
- Lorberbaum, J. P., Newman, J. D., Dubno, J. R., Horwitz, A. R., Nahas, Z., Teneback, C. C., ... & Emmanuel, N. (1999). Feasibility of Using Fmri to Study Mothers Responding To Infant Cries. *Depression and Anxiety*, 10(3), 99-104.

- Mindes, G. (2006). *Teaching Young Children Social Studies*. Greenwood Publishing Group. Narsisistik Kişilik Bozukluğu: Gelişim Süreçleri ve Yaşamı. RCHP-Review Cases Hypotheses Psychiatry, 2, 25-37.
- Mosack, V. (2010). *Psychiatric Nursing Certification Review Guide for The Generalist and Advanced Practice Psychiatric and Mental Health Nurse*. Jones & Bartlett Learning.
- Ozan, E., Kırkpınar, İ., Aydın, N., Fidan, T., & Oral, M. (2008). Narsisistik Kişilik Bozukluğu: Gelişim Süreçleri ve Yaşamı. RCHP-Review Cases Hypotheses Psychiatry, 2, 25-37.
- Özbydar, S. (1983). *İnsan Davranışının Sınırları ve Spor Psikolojisi*. Altın Kitaplar.
- Özdiñç, Ö. (2005). Çukurova Üniversitesi Öğrencilerinin Sporun ve Spora Katilimin Sosyalleşmeyle İlişkisi Üzerine Görüşleri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3(2), 77-84.
- Özçelik, i. Y., İmamoğlu, O., Çekin, R., & Başpınar, S. G. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri Üzerine Sporun Etkisi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 6(1), 12-18.
- Öztürk, F., Koparan, Ş., HAŞIL, N., Mehmet, E. F. E., & Özkaya, G. (2004). Antrenör ve Hakemlerin Empati Durumlarının Araştırılması. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2(1), 19-25.
- Rejeski, W. J., & Brawley, L. R. (1988). Defining The Boundaries of Sport Psychology. The Sport Psychologist, 2(3), 231-242.
- Ruffer, W. A. (1976). Two Studies of Personality: Female Graduate Students in Physical Education. Perceptual and Motor Skills, 42(3\_suppl), 1268-1270.
- Simister, C. J. (2007). *How to Teach Thinking and Learning Skills: A Practical Programme for The Whole School*. Sage.
- Selağzi, S., & Çepikkurt, F. (2015). Antrenör ve Sporcu İletişim Düzeylerinin Belirlenmesi. CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 9(1), 11-18.

- Sinirkavak, G., Uğur, D. A. L., & ÇETİNKAYA, Ö. (2004). Elit Sporcularda Vücut Kompozisyonu ile Maksimal Oksijen Kapasitesi Arasındaki İlişki. Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 26, 171-176.
- Sohrabi, F., Atashak, S., & Aliloo, M. M. (2011). Psychological Profile of Athletes in Contact and Non-Contact Sports. Middle-East Journal of Scientific Research, 9(5), 638-644.
- Stone, R. E. (1985). Meaning in Movement, Sport and Physical Education. Journal of the Philosophy of Sport, 12(1), 97-100.
- Sharma, R. M. (1992). Empathy-A Retrospective on Its Development in Psychotherapy. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 26(3), 377-390.
- Şahan, H. (2007). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Swain, J. E., Lorberbaum, J. P., Kose, S., & Strathearn, L. (2007). Brain Basis of Early Parent–Infant Interactions: Psychology, Physiology, and in Vivo Functional Neuroimaging Studies. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 48(3- 4), 262-287
- Tanrıverdi, H. (2012). Sports Ethics and Violence. The Journal of Academic Social Science Studies, 5(3), 1071-1093.
- Tarhan, N., Gümüşel, O., & Sayım, A. (2013). Pozitif Psikoloji: Çoklu Zeka Uygulamaları. Timaş Yayınları.
- Tazegül, Ü. (2012). Bireysel Sportlardaki Sporcuların Narsisizm Düzeylerinin Sosyo Demografik Özelliklerine Göre Karşılaştırılması. 2ND International socialsciences in Physical Education and Sport Congress, May 31- June 2, Ankara /Turkey.
- Tazegül, Ü., Soykan, A & Sancakli, H. (2013c). Investigating The Relationship Between Narcissism and Motivation Level of Wrestlers, Global Advanced

Research Journal of History, Political Science and International Relations Vo 2(2), 027-033.

Tazegül, Ü. (2013a). Farklı Branştaki Sporcuların Narsisizm Düzeyleri ile Sosyo-Demografik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 4(1), 23-32.

Tazegül, Ü. (2013). Bazı Branştaki Sporcuların Narsisizm Düzeyleri ile Sosyo-Demografik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 4(1), 23-32.

Tazegül, Ü. (2011). Comparison of Narcissims Level of Athletes in Some Branches. International Journal of Sport Studies, 1(4), 168-179.

Tazegül, Ü., & Güven, Ö. Vücut Geliştirme Sporcuları ile Farklı Spor Dallarındaki Elit Sporcuların ve Spor Yapmayan Bireylerin Narsisizm Seviyelerinin Karşılaştırılması.

Timuroğlu, K., & İşcan, Ö. F. (2008). İşyerinde Narsisizm ve İş Tatmini İlişkisi. Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 22(2), 239-264.

Sandler, J., Person, E., & Fonagy, P. (2012). Tutuk, A., Al, D., & Doğan, S. (2002). Hemşirelik Öğrencilerinin İletişim Becerisi ve Empati Düzeylerinin Belirlenmesi. CÜ Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 6(2), 36-41. 6

Ulukan, H. (2012). İletişim Becerilerinin Takım ve Bireysel Sporculara Olan Etkisi (Master's thesis, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı).

Javari, Y. (2014). Narcissism and Its Relations with Beliefs About Body Appearance and Personal Characteristics Among Elite Body Builders. International Journal of Sport Studies, 4(4), 394-399.

Yaprak, P., & AMMAN, M. T. (2009). Sporda Kadınlar ve Sorunları. Türkiye Kick Boks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi, 2(1), 39-49.

Yaşar, O. M., & Sunay, H. (2017). Narcissism in Sport Organizations, Spor Örgütlerinde Narsisizm. Journal of Human Sciences, 14(2), 1736-1744.

Yavuzer, H. (1988). Çocuk Psikolojisi. Remzi. S287-296.

Yeltepe, H., & Kuşhan, N. (2007). Spor ve Egzersiz Psikolojisi. Epsilon.

Yetim, A. (1996). Spor Yönetiminde Liderlik. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(3), 85-94.

Wallace, H. M., & Baumeister, R. F. (2002). The Performance of Narcissists Rises and Falls With Perceived Opportunity For Glory. Journal of Personality And Social Psychology, 82(5), 819.

Works, Standard Ed. Vol 1. London, Hogarth Press, 1966; pp.283-294.

## **EKLER**

### **Ek-1: Sosyodemografik Bilgi Formu**

#### **Sosyodemografik Bilgi Formu**

1. Cinsiyetiniz?

Kadın

Erkek

2. Yapmakta olduğunuz bir mesleğiniz var mı?

Evet

Hayır

3. Medenî durumunuz?

Evli

Bekar

Boşanmış

Dul

Eşinden ayrı yaşıyor

4. Eğitim durumunuz?

İlkokul

Ortaokul

Lise

Üniversite

Yüksek Öğrenim

5. Gelir düzeyiniz nedir?

- Öğrenci
- 1000 tl nin altında
- 1000-2000 tl arasında
- 2000-4000 tl arası
- 4000 tl ve üzeri

6. Spor yapma sebebiniz nedir?

- Zayıflama/Kilo alma
- Formda kalma
- Vücut geliştirme
- Sağlık amaçlı
- Fizyoterapi

7. Yaptığınız spor dalı nedir?

8. Haftanın kaç günü spor yapıyorsunuz?

9. Kaç yıldır spor yapıyorsunuz?



## Ek-2: Sporcu Kimliği Ölçeği

### SPORCU KİMLİĞİ ÖLÇEĞİ

		1	2	3	4	5
		<b>Kesinlikle Katılmıyorum</b>	<b>Katılmıyorum</b>	<b>Kararsızım</b>	<b>Katılıyorum</b>	<b>Tamamen Katılıyorum</b>
1.	Kendimi bir sporcu olarak görüyorum.					
2.	Yaptığım sporla ilgili birçok hedefim var.					
3.	Arkadaşlarımdan çoğu sporcudur.					
4.	Yaptığım spor hayatımdaki en önemli şeydir.					
5.	En fazla düşündüğüm şey spordur.					
6.	Kendimi iyi hissetmem için spor yapmaya ihtiyacım var.					
7.	Diğer insanlar beni genellikle sporcu olarak görür.					
8.	Yaptığım sporda başarısız olduğumda kendimi kötü hissediyorum.					
9.	Hayatımdaki tek önemli şey yaptığım spordur.					
10.	Eğer sakatlığımdan dolayı bir spor organizasyonuna katılamamışsam çok üzülürdüm.					

Aşağıdaki ifadelerin her birine ne derece katıldığınızı, yanındaki kutucuklarda yer alan "1-Kesinlikle Katılmıyorum 2-Katılmıyorum 3-Kararsızım 4-Katılıyorum 5-Tamamen Katılıyorum" arasındaki rakamlardan yalnızca birinin üstüne (X) işareti koyarak gösteriniz.

### Ek-3: Narsisistik Hayranlık ve Rekabet Ölçeği

## NARSİSİSTİK HAYRANLIK VE REKABET ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki ifadelerin her birine ne derece katıldığınızı, yanındaki kutucuklarda yer alan “1= Hiç katılmıyorum” ile “6= Tamamen katılıyorum” arasındaki rakamlardan yalnızca birinin üstüne (X) işareti koyarak gösteriniz.

		Hiç katıl mıyor um					Tam ame n katıl ıyor
1.	Harika birivim.	1	2	3	4	5	6
2.	Günün birinde ünlü olacağım.	1	2	3	4	5	6
3.	Ne kadar özel biri olduğumu diğerlerine gösteririm.	1	2	3	4	5	6
4.	Başka biri beni gölgede bırakırsa sinirlerim.	1	2	3	4	5	6
5.	Basarılarımdan fazlasıyla kevf alırım.	1	2	3	4	5	6
6.	Rakiplerimin başarısızlığından gizli bir zevk alırım.	1	2	3	4	5	6
7.	Sohbet ederken çoğu zaman insanların ilgisini üzerime çekebilirim.	1	2	3	4	5	6
8.	Harika bir kişilik olarak görülmeyi hak ediyorum.	1	2	3	4	5	6
9.	Rakiplerimin başarısız olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6
10.	Başka insanların benden aşağı bir konumda olmaları hoşuma gider.	1	2	3	4	5	6
11.	Eleştirildiğimde sıklıkla rahatsız olurum.	1	2	3	4	5	6
12.	Bir başkasının ilgi odağı olmasına hiç tahammül edemem.	1	2	3	4	5	6
13.	Çoğu insan hiçbir şey başaramaz.	1	2	3	4	5	6
14.	Diğer insanların hiçbir değeri yoktur.	1	2	3	4	5	6
15.	Cok özel bir insan olmak bana çok büyük bir güç verir.	1	2	3	4	5	6
16.	Yaptığım olağanüstü işlerle ilgi odağı olmayı başarıyorum.	1	2	3	4	5	6
17.	Çoğu insan öyle ya da böyle eziktir.	1	2	3	4	5	6
18.	Çoğunlukla diğer insanları idare etme konusunda oldukça ustayım.	1	2	3	4	5	6

#### Ek-4: Empati Düzeyi Belirleme Ölçeği

### EMPATİ DÜZEYİ BELİRLEME ÖLÇEĞİ (EDBÖ)

Aşağıdaki soruları "Kesinlikle katılmıyorum, Kısmen katılmıyorum, Kararsızım, Kısmen katılıyorum, Kesinlikle katılıyorum" şekline cevaplayın lütfen.

		Kesinlikle katılmıyorum	Kısmen katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1	Birisi benimle sohbet etmek isterse rahatlıkla					
2	Diğer insanlarla ilgilenmekten gerçekten keyif					
3	Sosyal bir ortamda, ne yapacağımı bulmakta					
4	Bir grup içerisinde tuhaf ya da rahatsız hisseden birisini anında fark ederim.					
5	Diğer insanlar, onların duygularını ve ne düşündüklerini anlama konusunda iyi olduğumu					
6	Haber programlarında acı çeken insanları görürsem					
7	Çok anlayışlı biri olduğumu söyledikleri için arkadaşlarım genellikle bana sorunlarından					
8	Birinin benim ortamda bulunmamdan rahatsız olduğunu, karşımdaki söylemese dahi					
9	Başkasının nasıl hissettiğine hızlıca dikkatimi					
10	Başka birisinin ne hakkında konuşmak istediğini					
11	Birinin gerçek duygularını gizlediğini					
12	Birinin ne yapacağını önceden kestirmekte					
13	Sosyal ortamları, kafa karıştırıcı bulmam.					

## ÖZGEÇMİŞ

1995 yılında, Azerbaycan'ın başkenti Bakü'de doğdum. İlköğretim, orta okul, lise ve lisans eğitimimi Bakü şehrinde tamamladım. Lisans eğitimimi 2017 yılında Khazar Üniversitesinde “Yüksek başarı diploması” ile bitirdim. 2015-2016 yılında “Mevlana” değişim programı ile Beykent Üniversitesinde eğitim aldım. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde Klinik Psikoloji Yüksek Lisans eğitimi almaktayım. 2017-2018 yılları arasında Bilgi Üniversitesinde “Spor Psikolojisi” sertifika programında eğitim gördüm. İyi derecede Rusça, iyi derecede İngilizce biliyorum.

**Fakhriyya NASİRZADE**