

BASKETBOL HAKEMLERİNİN STRES KAYNAKLARI VE BAŞA ÇIKMA YÖNTEMLERİ

Banu SAYINER*, **Rıdvan EKMEKÇİ****, **Didem SÖZEN***,
Mark ANSHEL***

Geliş: 09.04.2009 Kabul: 02.06.2009

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, basketbol hakemlerinin stres kaynakları ve bu stres kaynakları ile başa çıkma yöntemlerinin incelenmesidir.

Stres kaynakları ve başa çıkma yollarını tespit etmek için Basketbol Hakemleri Stres Anketi (BHSA; Anshel ve Weinberg, 1996) kullanılmıştır. Anket 2008 – 2009 sezonunda Türkiye basketbol federasyonuna bağlı 90 A ve B klasmanı hakeme uygulanmıştır. Veriler tanımlayıcı istatistiksel tekniklerle (frekans, yüzde, aritmetik ortalama ve standart sapma ve frekans) analiz edilmiştir. Analizler sonucu BHSA’nde yer alan 14 stres kaynağı incelendiğinde en önemli stres kaynağının “partnerle problem yaşamak” (3.20 ± 0.90) olduğu bulunmuştur. En önemsiz stres kaynağı ise “başka birinin sakatlığı”dır (1.54 ± 0.74).

Hakemlerin stres kaynakları ile başa çıkma yöntemleri olarak yüksek ortalama değerin “pozitif bilişsel yaklaşım” (3.29 ± 0.56) alt boyutuna ait olduğu bulunmuştur. Hakemlerin stres kaynakları ile başa çıkma yöntemi olarak “negatif bilişsel yaklaşım” ise en düşük ortalama değere sahiptir (1.44 ± 0.35). Hakemlerin belirttikleri en önemli beş stres kaynağını ile başa çıkma yöntemi olarak “pozitif bilişsel yaklaşım” hakemler tarafından bu beş stres kaynağı için en çok kullanılan yöntem olarak bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Spor, Stres, Örgüt, Yönetmel Tedbir, Basketbol, Hakem

COPING STYLE AND SOURCE OF STRESS AMONG BASKETBALL REFEREES

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine of source of stress and coping styles among Turkish basketball referees by “Basketball Official Stress Survey”.

In this study, “Basketball Official Stress Survey” (BOSS; Anshel & Weinberg, 1996) is used to measure the source of stress and coping style of basketball referees. BOSS includes two different forms. First form includes 14 source of stress that basketball referees may be faced. Second form of BOSS includes the items about ways of coping dealing with 14 different source of stress. To test its reliability and validity BOSS is administered to 90 basketball referees. Referees were using negative cognitive coping, positive cognitive coping and behavioral coping style for stress. Maximum average score is found as pertain to higher dimension of “positive cognitive approach” (3.20 ± 0.90) and minimum average score as pertain to lower dimension of “negative cognitive approach” (1.44 ± 0.35) for coping style and source of stress of referees. “Positive cognitive approach” is the most used coping style for the five most important sources of stress defined by basketball referees.

Key Words: Sport, Stress, Organization, Managerial Precaution, Basketball, Referee

*İstanbul Ticaret Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölüm, bsayiner@iticu.edu.tr,
dsozen@iticu.edu.tr

**Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksek Okul, rekmecci@pau.edu.tr

*** Department of Health and Human Performance Middle Tennessee State University Murfreesboro, Tennessee

1. GİRİŞ

Stres kavramı, Latince “Estrica”, eski Fransızca “Estrece” sözcüklerinden gelmektedir. Kavram 17. Yüzyılda felaket, bela, musibet, dert, keder, elem anlamlarında kullanılmıştır. 18. ve 19. Yüzyıllarda ise kavramın anlamı değişmiş ve güç, baskı, zor gibi anlamlarda objelere, kişiye, organa veya ruhsal yapıya yönelik olarak kullanılmıştır. Buna bağlı olarak da stres nesne ve kişinin bu tür güçlerin etkisi ile biçimin bozulmasına, çarpıtılmasına karşı bir direnç anlamında kullanılmaya başlanmıştır (Baltaş ve Baltaş, 2000).

Tıp alanında stres sözcüğü ilk kez,19. Yüzyılın ikinci yarısında ünlü Fransız fizyolojisti Claude Bernard tarafından kullanılmış ve stres kavramı tanımlanmıştır. Araştırmacı stresi “organizmanın dengesini bozan uyaranlar” olarak algılamıştır. Ünlü Alman fizyolojisti Pflüger,1877 yılında stresi “yaşamın gereksinimlerini doyumak için, organizmanın zararlı etkenlerden kaçıp korunması” olarak yorumlamıştır. Aynı yıllarda Belçikalı fizyolojist Frederick de stresi, “yaşayan organizmanın zararlı etkenlere karşı tepkisi” olarak ele almış, bu tepkinin sonucunda “organizmanın ya zararlı etkilerden kurtulacağını ya da hastalanacağını” ileri sürmüştür (Köknel, 1998).

Selye (1976, 1984) stres konusuyla ilgilenen öncü bilim adamlarındandır ve stresi “vücuda yüklenen herhangi bir özel olmayan isteme karşı, vücudun tepkisi olarak tanımlamaktadır.

Cüceloğlu’na (1991) göre, stres “bireyin fizik ve sosyal çevredeki uyumsuz koşullar nedeniyle, bedensel ve psikolojik sınırlarının ötesinde harcadığı gayrettir”.

Stres, genç sporcuların çevresinde genelde aile ve antrenörlerin gerçekçi olmayan ve yüksek seviyelerdeki beklentiler sporcu gençlerin stresinin yüksek seviyelere çıkmasına sebep olmaktadır. Ayrıca, gençlerin kendi seviyelerinin yaptıkları spor alanının altında olmaları ve yüksek miktarlarda performans düşüklüğü, sporcu gençlerin içsel stresi anlamlandırma ve başa çıkmalarında sorun yaratmaktadır (Anshel & Delany, 2001).

2. YÖNTEM

2.1. Materyal Metot

Bu araştırmada tespit edilen soruların cevabının bulunmasında ve araştırmanın amacına ulaşmasında, tarama modelinden yararlanılmıştır. Araştırma nicel araştırma yöntemi kullanılmış ve basketbol hakemlerinin stres kaynaklarının tespiti ve başa çıkma stratejilerinin belirlenmesinde Anshel ve Weinberg (1996) tarafından geliştirilen “Basketbol Hakemleri Stres Anketi” (BHSA) uygulanmıştır.

BHSA üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, basketbol hakemlerinin sıklıkla karşılaştıkları 14 stresli durum yer almaktadır. 14 stresli durumun stres derecesi 1'den (hiç) 5'e (aşırı derecede) kadar 5 likert-tipi ölçek üzerinde cevaplanmaktadır. Ayrıca mevcut 14 stres kaynağından ilk 5 sırada yer alanların 1'den (en çok) 5'e (en az) kadar sıralaması da yapılmaktadır.

İkinci bölüm, hakemlerin daha önceki bölümde verilen 14 stres kaynağı ile başa çıkarken hangi baş etme yöntemlerini ne sıklıkla kullandıklarını belirlenmesini içermektedir. Bölüm 1'de belirtilen ilk 5 sırada yer alan stres kaynaklarıyla baş etmede kullanılan stratejileri 1'den (asla) 5'e (her zaman) kadar hangi sıklıkta kullandığı derecelendirilmektedir. İlk beş sırada yer alan stres kaynağının altındaki her baş etme stratejisi için bir derecelendirme yapılması gerekmektedir. İlk 5'de yer almayan stres kaynakları ile ilgili cevaplandırma yapılmayabilmektedir.

Üçüncü bölümde ise hakemlerin demografik durumlarının tespiti için hakemlik statüsü, hakemlik yılı, cinsiyeti ve doğum yılı ile ilgili sorular yer almaktadır.

2.2. Katılımcılar

Basketbol hakemlerinin stres kaynaklarını ve başa çıkma stratejilerini belirlemek üzere örneklem grubu 2008 – 2009 sezonunda Türkiye Basketbol Federasyonuna bağlı A ve B klasmanında görev yapan 90 hakem oluşturmuştur. Çalışmaya 9'u bayan, 81'si erkek toplam 90 A ve B klasmanı hakem gönüllü olarak katılmıştır. Hakemlerin yaş ve hakemlik tecrübe yıllarına ait tanımlayıcı bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur. Hakemlerin yaş ortalamaları 31.75 (SS=.79) olarak hesaplanmıştır. Klasmanlar baktığımızda A klasmanı hakemlerin yaş ortalaması 32.72 (SS= 4.79), B klasmanı hakemlerin yaş ortalaması 30.78'dir (SS= 4.97). Tüm hakemler için hakemlik yılı ortalaması 9.39 (SS= 4.09) yıl olarak bulunmuştur. A klasmanı hakemlerin hakemlik yılı ortalaması 11.28 (SS= 3.74) yıl ve B klasmanı hakemlerin hakemlik yılı ortalaması 8.50'dir (SS= 4.45).

Tablo 1. Çalışmaya katılan hakemlerin sosyo-demografik özellikleri

	A Klasmanı			B Klasmanı			Toplam		
	n	X	SS	n	X	SS	N	X	SS
Yaş	30	32.72	4.61	60	30.78	4.97	90	31.75	4.79
Hakemlik yılı	30	11.28	3.74	60	8.50	4.45	90	9.39	4.09

3. Bulgular

“Basketbol Hakemleri Stres Anketi” uygulaması sonucunda basketbol hakemlerinin stres kaynakları ve stres kaynakları ile başa çıkma yöntemlerinin bulguları aşağıda verilmiştir.

3.1. Basketbol Hakemlerinin Stres Kaynakları

Tablo 2. Stres kaynaklarının ortalama ve standart sapması

Stres kaynağı	X	SS
Partnerle problem yaşamak	3.20	0.90
Yanlış ve hatalı karar vermek	3.01	0.92
Başkaları tarafından fiziksel saldırı tehdidi	2.69	1.24
Ağrı yaşamak veya sakatlık geçirmek	2.65	1.18
Antrenör tarafından sözlü saldırı	2.60	0.72
Çelişkili karar vermek	2.45	0.88
Sahada yanlış yerde ve pozisyonda bulunmak	2.32	0.83
Mekanikte hata yapmak	2.23	0.79
Oyuncular tarafından sözlü saldırı	2.09	0.81
Cinsel taciz	2.09	1.36
Seyirciler tarafından sözlü saldırı	1.88	0.81
Gözlemcinin varlığı	1.72	0.83
Teknik faul çalmak	1.72	0.82
Başka birinin sakatlığı (oyuncu, antrenör, partner)	1.54	0.74

Hakemlerin stres kaynaklarının tespitinde uygulanan anket sonucu en önemli beş stres kaynağı tespit edilmiş ve frekansları hesaplanmıştır. Tablo 3’de hakemler tarafından belirtilen en önemli ilk beş stres kaynağı ve frekans dağılımı görülmektedir. Buna göre en önemli ilk beş stres kaynağı arasında gösterilen “partnerle problem yaşamak” %73.58’lik oranı ile en çok işaretlenen stres kaynağı olarak birinci sırada yer almaktadır. İkinci sırayı %59.43’lük oranla “antrenör tarafından sözlü saldırı”, üçüncü sırayı %55.66 ile “yanlış veya hatalı karar vermek”, dördüncü sırayı %51.88 ile “çelişkili karar vermek”, beşinci sırayı %50.94 ile “başkaları tarafından fiziksel saldırı tehdidi” almaktadır.

Tablo 3. Basketbol Hakemlerinin Stres Kaynaklarının Önem Sıralaması ve Dağılımları

Stres kaynağı	f	%
Partnerle problem yaşamak	69	73.58
Antrenör tarafından sözlü saldırı	56	59.43
Yanlış ve hatalı karar vermek	52	55.66
Çelişkili karar vermek	49	51.88
Başkaları tarafından fiziksel saldırı tehdidi	48	50.94

3.2. Basketbol Hakemlerin Stresle Başa Çıkma Yöntemleri

Hakemlerin stres kaynakları ile başa çıkma yöntemleri incelendiğinde en yüksek ortalama değer “pozitif bilişsel yaklaşım” (3.29 ± 0.56) alt boyutuna ait olduğu bulunmuştur (Tablo 4). Hakemlerin stres kaynakları ile başa çıkma yöntemi olarak “negatif bilişsel yaklaşım” ise en düşük ortalama değere sahiptir (1.44 ± 0.35).

Tablo 4. Stres kaynakları ile başa çıkma yollarının ortalama ve standart sapması

Stres kaynağı ile başa çıkma yöntemi	X	SS
Negatif bilişsel yaklaşım	1.44	0.35
Pozitif bilişsel yaklaşım	3.29	0.56
Davranışsal yaklaşım	1.96	0.37

Hakemler için belirlenen ilk beş stres kaynağı ile başa çıkma yöntemleri tek tek ele alınıp incelenmiştir. Hakemler tarafından en önemli stres kaynağı olarak belirtilen “partnerle problem yaşama” stres kaynağı ile başa çıkma yöntemlerine ait ortalama değerler Tablo 5’de sunulmuştur.

Tablo 5. Partnerle problem yaşama stres kaynağı ile başa çıkma yollarının ortalama ve standart sapması

Partnerle problem yaşama ile başa çıkma yöntemi	X	SS
Negatif bilişsel yaklaşım	1.72	0.68
Pozitif bilişsel yaklaşım	3.58	0.72
Davranışsal yaklaşım	2.32	0.88

Hakemlerin en çok stres yaşadığı “partnerle problem yaşama” stres kaynağı ile başa çıkma yöntemi olarak en yüksek ortalama değer pozitif bilişsel yaklaşıma aittir.

Hakemler bu stres kaynağı ile başa çıkmada daha sonra davranışsal yaklaşım ve en son olarak da negatif bilişsel yaklaşım göstermektedirler.

Hakemler tarafından en önemli ikinci stres kaynağı olarak belirtilen “antrenör tarafından sözlü saldırı” ile başa çıkmada ise hakemlerin yine pozitif bilişsel yaklaşım ortalamalarının, davranışsal ve negatif bilişsel yaklaşıma göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Antrenör tarafından sözlü saldırı stres kaynağı ile başa çıkma yöntemlerine ait ortalama değerler Tablo 6’de sunulmuştur.

Tablo 6. Antrenör tarafından sözlü saldırı stres kaynağı ile başa çıkma yollarının ortalama ve standart sapması

Antrenör tarafından sözlü saldırı ile başa çıkma yöntemi	X	SS
Negatif bilişsel yaklaşım	1.51	0.45
Pozitif bilişsel yaklaşım	3.55	0.65
Davranışsal yaklaşım	2.85	0.66

Hakemler tarafından en önemli üçüncü stres kaynağı olarak belirtilen “yanlış karar verme” stres kaynağı ile başa çıkma yöntemlerine baktığımızda pozitif bilişsel yaklaşım daha büyük bir değerle hakemlerin ilk başa çıkma yöntemi olarak görülmektedir. Davranışsal ve negatif bilişsel yaklaşım yine, sırasıyla ikinci ve üçüncü olarak kullanılmaktadır. Bu stres kaynağına ait ortalama değerler Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7. Yanlış karar verme stres kaynağı ile başa çıkma yollarının ortalama ve standart sapması

Yanlış karar verme ile başa çıkma yöntemi	X	SS
Negatif bilişsel yaklaşım	1.62	0.59
Pozitif bilişsel yaklaşım	3.75	0.77
Davranışsal yaklaşım	2.11	0.64

Hakemler tarafından en önemli dördüncü stres kaynağı olarak belirtilen “çelişkili karar verme” stres kaynağı ile başa çıkma yöntemlerinde ise “pozitif bilişsel yaklaşım yine ilk sırada kullanılan başa çıkma yöntemidir. “Çelişkili karar verme” stres kaynağına ait ortalama değerler Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8. Çelişkili karar verme stres kaynağı ile başa çıkma yollarının ortalama ve standart sapması

Çelişkili karar verme ile başa çıkma yöntemi	X	SS
Negatif bilişsel yaklaşım	1.75	0.63
Pozitif bilişsel yaklaşım	3.77	0.67
Davranışsal yaklaşım	2.36	1.07

Hakemler tarafından en önemli beşinci stres kaynağı olarak belirtilen “başkaları tarafından fiziksel saldırı tehdidi” stres kaynağı ile başa çıkma yöntemleri olarak “pozitif bilişsel” yaklaşım ilk tercih olarak seçilmektedir. Bu stres kaynağına ait ortalama değerler Tablo 9’de sunulmuştur.

Tablo 9. Başkaları tarafından fiziksel saldırı tehdidi stres kaynağı ile başa çıkma yollarının ortalama ve standart sapması

Fiziksel saldırı tehdidi ile başa çıkma yöntemi	X	SS
Negatif bilişsel yaklaşım	1.63	0.65
Pozitif bilişsel yaklaşım	3.62	0.68
Davranışsal yaklaşım	2.49	0.77

İlk beş stres kaynağı ile başa çıkma yöntemi olarak hakemler öncelikli olarak “pozitif bilişsel” yaklaşım yöntemini tercih etmektedirler. Stres kaynağına göre değerleri değişmesine rağmen birbirlerine yakın ve oldukça yüksek bir değerde kullanıldığı tablolarda görülmektedir. İkinci başa çıkma yöntemi olarak “davranışsal yaklaşım” kullanılmaktadır. Bu başa çıkma yönteminin değerleri de birbirine oldukça yakındır. Son olarak “negatif bilişsel yaklaşım” hakemlerin en son tercih ettikleri yöntem olarak görülmektedir.

4. Sonuç ve Tartışma

Stres kaynakları açısından bakıldığında, hakemlerin en önemli stres kaynağı “partnerle problem yaşamak”tır. Daha sonra sırası ile “Antrenör tarafından sözlü saldırı”, “yanlış veya hatalı karar vermek”, “çelişkili karar vermek ve “başkaları tarafından fiziksel saldırı tehdidi” stres kaynakları gelmektedir. Bu stres faktörlerinin yüzde ve dereceleri ise şu şekildedir. “Partnerle problem yaşamak” %73.58’ (3.20±0.90), “antrenör tarafından sözlü saldırı” %59.43’ (2.60±0.72), “yanlış veya hatalı karar vermek” %55.66 (3.01±0.92), “çelişkili karar vermek” %51.88 (2.45±0.88), “başkaları tarafından fiziksel saldırı tehdidi” %50.94 (2.69±1.24).

Hakemler belirttikleri bu stres kaynakları ile başa çıkmada pozitif bilişsel yaklaşım (3.29±0.56), negatif bilişsel yaklaşım (1.44±0.35) ve davranışsal yaklaşım (1.96±0.37) yöntemlerini kullanmaktadırlar. Hakemlerin en çok kullandıkları başa çıkma yöntemi pozitif bilişsel yaklaşım yöntemidir.

Araştırmanın elde edilen bulgularda en önemli beş stres kaynağının sırasıyla, “partnerle problem yaşamak”, “antrenör tarafından sözlü saldırı”, “yanlış ve hatalı karar verme”, “çelişkili karar verme” ve “başkaları tarafından fiziksel ve sözel saldırı tehdidi” olarak bulunmasıdır. Bu stres kaynaklarının en önemlisi %73.58’lik değerle “partnerle problem yaşamak”tır. Partnerle problem yaşamak, aynı zamanda uzmanlar tarafından da hakemlerin sıklıkla yaşadığı en önemli stres kaynağı olarak belirtilmiştir. Elde edilen bu sonuç, hakemlerin müsabakaları birlikte yönettikleri partnerleri ile bireysel veya örgütsel anlamda sorunları olabileceğini ve müsabaka içerisinde performanslarını etkileyebilecek düzeyde bunun stres yarattığını göstermektedir. Partnerinin tecrübesizliği, uyum sorunu, yapacağı hatanın getirileri gibi düşüncelerle bir hakemin müsabaka motivasyonu bozulabilir. Snyder ve Purdy

(1987) bu konu üzerine yaptıkları bir çalışmada, “Hakem arkadaşınızın, bir takıma çaldığı kötü bir düdükten sonra bunu dengelemeye çalıştığı hissine kapılıyor musunuz?” sorusuna hakemlerin %77’sinin “Evet” cevabı verdiğini belirtmişlerdir. Bunun ilk bakışta bir dürüstlük olarak görülebildiğini söyleyen araştırmacılar, ancak bu tür düşünceleri denemenin ve bilerek hatalı düdükleme ile oyunu birleştirmeye çalışmanın daha da kötü sorunlar doğuracağına dikkat çekmişlerdir. Partnerine güvenmeyen hakemin onunla uyumlu bir şekilde çalışması ve iyi bir performans göstermesinin zor olduğu uzmanlar tarafından da vurgulanmaktadır.

Hakemler için ikinci sırada yer alan stres kaynağı ise “antrenörler tarafından yapılan sözlü saldırı tehdidi”dir. Antrenör tarafından yapılan sözlü saldırılar neredeyse tüm müsabakalarda görülebilecek durumdur. Sürekli itiraz eden, hakeme karşı sözlü saldırıda bulunan ve hakem üzerinde baskı kurmaya çalışan bir antrenör hakemler tarafından büyük bir stres kaynağı olarak görülmektedir. Hem nicel hem de nitel bölümdeki uzman görüşleri sonucunda bu durumun önemli bir stres kaynağı olduğu görülmüştür. Türkiye’deki basketbol müsabakalarında antrenörler tarafından yapılan sözlü saldırılar oldukça çoktur. Örneğin, Ekmekçi (2004) tarafından yapılan bir çalışmada, hakemlere karşı yapılan fiziksel ve sözel saldırıların %54.4 ile antrenörler ve oyuncular tarafından yapıldığı ve bu saldırıların %81.3’ünün müsabaka sırasında gerçekleştiği tespit edilmiştir. Bu durum göz önüne alındığında, müsabaka sırasında antrenörlerle olan ilişkisinin ve antrenörlerden gelecek sözlü eleştiri ve saldırıların hakemler için büyük bir stres kaynağı olabileceği söylenebilir.

Anshel and Wenberg (1996) Avustralyalı hakemler üzerine yaptıkları çalışmada hakemlerin stres kaynakları ile başa çıkma yöntemlerini belirlemeye çalışmışlardır. Çalışma sonunda “hata yapma, “antrenör ve oyuncular tarafından yapılan agresif reaksiyonlar ve saldırılar” ve “diğerlerinin varlığı akut stres kaynakları olarak tespit edilmiştir. Bu stres faktörleri ile başa çıkmada hakemlerin “kaçınma başa çıkma” yöntemini yaklaşma ve davranışsal başa çıkma yöntemlerinden daha çok kullandıklarını bulmuşlardır. Araştırmada antrenör ve oyuncular tarafından yapılan agresif reaksiyonlar ve saldırılar ikinci derecede önemli stres faktörü olarak belirlenmiştir. Bu sonuç bulguları destekler niteliktedir.

Sadece antrenörlerin sözel saldırıları değil, müsabaka ile ilgili sporcu ve seyircilerinde hakemlere yönelik fiziksel ve sözel saldırıları da önemli bir stres kaynağıdır. Bu durum hem nicel bölümde hakemlerin ankete verdikleri yanıtlardan hem de nitel bölümde uzman görüşlerinden tespit edilmiştir. Başkaları tarafından fiziksel saldırı tehdidi hakemlerin müsabaka performanslarını etkileyen önemli bir durumdur. Fiziksel ve sözel saldırı tehdidinin önemli stres kaynaklarından bir olarak görülmesi, Ekmekçi (2004) tarafından Türkiye’deki basketbol hakemlerinin % 41.3’ünün fiziksel ve sözel saldırılara maruz kaldığını tespit ettiği çalışma bulguları ile desteklenebilir. Rainey (1999), Amerikan hakemleri üzerine yaptığı çalışmada hakemlerin stres kaynaklarından birinin “fiziksel saldırılar” olduğunu belirlemiştir. Bu bulguyu destekleyen bir diğer çalışmada Anshel ve Weinberg (1999) hakemlere yapılan sözel ve fiziksel saldırıların bir stres kaynağı olduğunu ve hakemlerin bu durumla başa çıkmak için çeşitli yaklaşımlar sergilediklerini belirtmişlerdir. Sözlü veya fiziksel olarak saldırıya maruz kalan hakemlerin müsabaka motivasyonları

bozulacağından hata yapma olasılıkları artacaktır. Dolayısı ile hata yapma korkusu da ayrı bir stres kaynağı olarak görülebilir ve hakem kötü bir performans sergileyerek diğer hakemler için de ayrı bir stres kaynağı olacaktır. Bir dış faktörün etkisi olarak hakemin verdiği kararlarda tutarsızlıklar yanlış, hatalı ve çelişkili karar verme durumu doğacaktır.

Çalışmadan elde edilen bir diğer bulguda, “yanlış, hatalı ve çelişkili karar verme”nin, hakemlerin önemli gördükleri stres kaynakları arasında yer aldığını göstermektedir. Hatalı veya çelişkili kararın stres kaynakları arasında yer almasının en önemli sebeplerinden biri hakemlerin verdikleri kararlardan sonra gerek sporcu gerek hakem gerekse zaman zaman medya ve üçüncü şahıslardan dolayı eleştirilmesi gösterilebilir. Hakemlerin verdikleri kararlardan dolayı eleştirilme olasılıkları bu noktada stres yaşama olasılıklarını arttırabilir. Önemi yüksek müsabakalarda veya seyirci baskısının çok olduğu yerlerde yanlış ve hatalı karar verme olasılığı artabilmektedir. Hakemlerin yanlış ve hatalı kararlarına kulüplerin itiraz etme olasılıkları, bunun yarışma yönergesinin 26. maddesinde açık ve net bir şekilde belirtilmesi ve yapılan itirazda hakemin hatalı görülmesi durumunda, hakemlerin Merkez Hakem Kurulu tarafından 1 veya 2 aylık maç yönetmeme cezası ile cezalandırılma durumu, yanlış ve hatalı karar vermenin hakemler tarafından önemli bir stres kaynağı olarak algılanmasını nedenleri olabilir. Öte yandan, hakemin yanlış ve hatalı kararlar verdiğiinde çeşitli sözlü ve fiziksel saldırılara maruz kalması da nedenler arasında gösterilebilir.

Yanlış ve hatalı karar verme kadar “çelişkili karar vermek” de hakemlerde stres yaratan faktör olarak bulunmuştur. Çelişkili karar vermek, bir hakemin o durum veya pozisyondan tam olarak emin olmadığını gösterir. Çelişkili karar verme, hakemin özgüven eksikliğinden de kaynaklanabilir. Hakem hocaları veya tecrübeli hakemler, yeni hakemliğe başlamış kişilere kendilerine güven duymaları konusunda tavsiyelerde bulunmaktadır. Snyder ve Purdy (1987), hakemlerin %73’ünün iyi bir hakem olmak için özgüvenin, kuralları bilmekten daha önemli olduğunu söylediklerini belirtmişlerdir. Özgüveni yüksek olan bir hakem, kararlı olacak ve çelişkiye düşmeyecektir. Ayrıca özgüveni yüksek olan hakemler stresli olaylar ile daha kolay başa çıkacaklardır. Çelişkili kararlar arttığında hakem o müsabakadaki kontrolünü kaybetmeye başlar. Özgüven konusunda Kaissidis (2000) stresli bir durumla başa çıkmanın özgüvenin önemli olduğunu belirtmiştir. Kuralları, tüzükleri ve hakemlik mekaniğini bilmenin hakemlik için yeterli olmadığını belirten Kaissidis, hakemlik işinin çok karışık bir iş olduğunu özgüven yanında bazı psikolojik becerilerin de geliştirilmesi gerektiğini vurgulamıştır.

KAYNAKÇA

Anshel M., (1996), “Coping Styles Among Adolescent Competitive Athletes” *Journal of Social Psychology*; Jun96, Vol. 136 Issue 3.

Anshel M., Weinberg R.S., (1996), “Coping with Acute Stress among American and Australian Basketball Referees” *Journal of Sport Behavior*, Miami Uni (USA), and Uni. of Wollongong (Australia).

Anshel M., Weinberg R.S., (1999), "Re-Examining Coping among Basketball Referees Following Stressful Event: Implication for Coping Intervention" *Journal of Sport Behavior*, Texas Tech. Uni., Miami Uni. Ohio (USA).

Anshel M., Delany J., (2001), "Sources of Acute Stress, Cognitive Appraisals, and Coping Strategies Of Male and Female Child Athletes.", *Journal of Sport Behavior*, Vol. 24 Issue 4, p329, 25p.

Baltaş, Z., Baltaş, A., (2000), "Stres ve Stres İle Başa Çıkma", Remzi kitabevi 20. baskı.

Cüceloğlu, D., (1991), *İnsan ve Davranışı*, İstanbul: Remzi Kitabevi.

Ekmekçi R., (2004), "Basketbol Hakemlerinin Genel Profili ve Saldırgan Davranışlarla Karşılaşma Durumu", Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bolu.

Kaissidis R. A., Anshel, M., (2000), "Psychological Predictors of Coping Responses among Greek Basketball Referees" *Journal of Sport Behavior*, Grek. v.15 (4), Aug., p. 427-436

Köknel, Ö., (2000) *Günlük Hayatta Ruh Sağlığı*, Alfa Yayınları.

Rainey D.W., (1999), "Source of Stress, Burnout, and Intention to Terminate among Basketball Referees", *Journal of Sport Behavior*, John Carroll University.

Selye H., (1976), "The Stress of Life" Mc Graw Hill, New York.

Selye Hans, (1984), "The Stress of Life", Revised Edition, Mc Graw Hill, New York.

Snyder E.E., ve Purdy, D.A., (1987), "Social control in sport: An analysis of basketball officiating." *Sociology of sport journal*, 4, s. 394 – 402.