

Voleybol Hakemlerinin İş Stres Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi

ÖZ

Araştırmanın amacı, voleybol hakemlerinin stres düzeylerinin cinsiyet, yaş, kıdem ve klasmana göre incelenmesidir. Araştırmada ilişkisel tarama modellerinden nedensel karşılaştırma araştırma modeli kullanılmıştır. Araştırma verileri 2022 yılında hakemlik yapan 241 voleybol hakeminden elde edilmiştir. Araştırmada voleybol hakemlerinin streslerini ölçmek amacıyla Akdağcık ve Polat (2022) tarafından geliştirilen "Voleybol Hakemi İş Stres Ölçeği" kullanılmıştır. Voleybol hakemlerinin stres puanları arasında cinsiyet, yaş, kıdem ve klasman değişkenlerine göre anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Kadın hakemlerin stres düzeylerinin erkek hakemlerden daha fazla, yaş ve kıdem ilerledikçe stresin azaldığı ve klasmanlar arasında "klasman dışı" voleybol hakemlerinin stres düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmacılar farklı branşlar (basketbol, hentbol vb.) ve değişkenleri (sosyoekonomik düzey, eğitim durumu vb.) ele alarak voleybol hakemlerinin stres düzeylerini inceleyebilirler.

Anahtar Kelimeler: Voleybol, hakem, stres

Examination of Work Stress Levels of Volleyball Referees According to Different Variables

ABSTRACT

The aim of the study is to examine the stress levels of volleyball referees according to gender, age, seniority and classification. Causal comparison research model, one of the relational screening models, was used in the study. The research data were obtained from 241 volleyball referees who were refereeing in 2022. In the study, "Volleyball Referee Job Stress Scale" developed by Akdağcık and Polat (2022) was used to measure the stress of volleyball referees. It was found that there was a significant difference between the stress scores of volleyball referees according to gender, age, seniority and classification variables. It was determined that stress levels of female referees were higher than male referees, stress levels decreased with increasing age and seniority, and stress levels of "out of class" volleyball referees were higher among the classifications. Researchers can examine the stress levels of volleyball referees by considering different branches (basketball, handball, etc.) and variables (socioeconomic level, educational status, etc.).

Key Words: Volleyball, referee, stress

GİRİŞ

Son yıllarda ülke çapında voleybol alanında gösterilen başarıların artması bu maçlara ilginin artmasını sağlamıştır. Artan ilgiyle maçlar daha stresli hale gelmiştir. Bu artan stres voleybol hakemlerinin iş yükünü artırırken maç yönetiminde önemin dolayısıyla stresin artmasına neden olmuştur. Hayatın tüm aşamasında yaşanan stres, insanların tehdit edici veya zor olarak algıladıkları durumlarla karşılaştıklarında sergiledikleri içsel bir tepkidir. Stresin birçok nedeni bulunmaktadır. Stres, dış çevre ile etkileşim nedeniyle bazen zaman baskısından bazen beklenmedik bir tepki veya olaydan kaynaklanabileceği gibi bireyin kendi dünyasındaki etkenlerden de kaynaklanabilir¹⁰. Bireylerin stres kaynakları kendinden kaynaklı olabileceği gibi örgütsel nedenlere bağlı olabilir. Stresin ana nedenleri kontrol edilebilirlik, sınırları zorlama, öngörülebilirlik, baskı, hayal kırıklığı, iç çatışma, tehdit ve değişimi içerir⁴. McGrath (1976)¹⁴ örgütsel stresin nedenleri şöyle belirtir; görevle ilgili stres, rolle ilgili stres, davranışsal çevresel stres, fiziksel çevresel stres, sosyal çevresel stres ve kendinden kaynaklanan stres.

Stres, hakemlerin en fazla karşılaştıkları olgulardan biridir. Anshel ve ark. (1991)² göre hakem, spor karşılaşmalarında iştirak kurallarını uygulayan ve kuralların ihlali durumunda önceden belirlenen cezaları uygulayan kişidir. Bir hakem karar vermekte tereddüt ettiğinde, oyuncular ne bekleyeceklerini bilemezler. Bir hakem aynı tip pozisyonda farklı düdükle çalarsa, oyuncular ve antrenörler bunu anlayamaz. Genellikle kaygı, hayal kırıklığı, öfke ve nihayetinde olumsuz fiziksel davranışlar yaratır; çünkü oyuncular ve teknik direktörler kendilerini aldatılmış hissedebilir. Tutarlılığın en büyük tehlikelerinden biri, hakemlerin hataları düzeltmeyi düşünme eğiliminde olmalarıdır¹¹.

Bireylerden beklenen beklentiler ve baskı da stresin içsel kaynaklarıdır¹. Günümüzde voleybol maçlarının önemiyle de hakemlerden beklentiler artmakta ve dolayısıyla müsabaka sırasında yaşadıkları stresin yükselmesine neden olmaktadır. Literatür incelendiğinde farklı spor müsabakalarını yöneten hakemlerin stres düzeylerinin incelendiği çalışmaların bulunduğu görülmektedir. Ekmekçi (2008)¹² araştırmasında basketbol hakemleri için stres kaynaklarını belirlemeye yönelik önleyici yönetim yöntemleri ve bu kaynakları ele almaya yönelik yöntemler geliştirmiştir. Erdem (2015)¹³ güreş hakemlerinin stres kaynaklarının klasman, yaş ve hakemlik yıllarına göre farklılaştığını ortaya koymuştur. Kılıç (2019)¹⁶ ise çalışmasında futbol hakemlerinin stres kaynaklarını tespit etmiştir.

Literatür taraması sonucunda voleybol hakemlerinin stres düzeylerinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda çalışmada voleybol hakemlerinin stres düzeylerinin incelenmesi gerekli görülmüştür. Bu amaçla çalışmada voleybol hakemlerinin stres düzeyleri cinsiyet, yaş, kıdem ve klasman değişkenlerine göre incelenmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın Modeli

Araştırmada ilişkisel tarama modellerinden nedensel karşılaştırma araştırma modelinden yararlanılmıştır. Karşılaştırmalı nedensel araştırmalar, var olan veya doğal olarak meydana gelen durumların veya olayların nedenlerini, bu nedenleri etkileyen faktörleri veya sonuçların sonuçlarını belirlemeyi amaçlar⁸.

Katılımcılar

Araştırma verileri 2022 yılında hakemlik yapan 241 voleybol hakeminden elde edilmiştir. Çalışma grubuna ilişkin demografik bilgiler aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1. Voleybol Hakemlerine Ait Bilgiler

Değişken		F	%
Cinsiyet	Kadın	109	45,2
	Erkek	132	54,8
Klasman	Aday	39	16,2
	İl	88	36,5
	Ulusal aday	10	4,1
	Uluslararası	1	,4
	A Klasman	9	3,7
	A/B Klasman	13	5,4
	B Klasman	26	10,8
	C Klasman	48	19,9
Klasman Dışı	7	2,9	

Voleybol hakemlerinin %45,2'si (f=109) kadın, %54,8'i (f=132) erkektir. Hakemlerin yarısından fazlası ve C klasmanı hakemi ile il hakemidir. Araştırmaya katılan hakemlerin yaşları 18 ile 60 arasında, kıdemleri de 34 yıla kadar değişiklik göstermektedir.

Verilerin Toplanması

Araştırmada voleybol hakemlerinin streslerini ölçmek amacıyla Akdağcık ve Polat (2022)³ tarafından geliştirilen voleybol hakemleri iş stres ölçeği kullanılmıştır. Voleybol hakemleri iş stres ölçeği tek boyut ve 23 maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki 23 ifadeye hakemlerin katılma düzeylerini saptamak amacıyla maddelerin cevaplama kategorisi 1 "hiç stres yaratmıyor", 2 "nadiren stres yaratıyor", 3 "ara sıra stres yaratıyor", 4 "sık sık stres yaratıyor" ve 5 "her zaman stres yaratıyor" olarak derecelendirilmiştir. Ölçek gönüllü voleybol hakemlerine google formlar üzerinden uygulanmıştır. Ölçeğe ilişkin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,939 bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 25.0 istatistik paket programından yararlanılmıştır. Verilerin analizinde anlamlılık düzeyi (p) 0.05 kabul edilmiştir. Verilerin analizinde ilk olarak normallik ve varyansların homojenliği varsayımları sınanmıştır. Puan dağılımlarının normal olup olmadığını belirlemek için çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Bu değerler -1 ile +1 arasında kaldığı için puan dağılımlarının normal olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Voleybol hakemlerinin iş stres düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı Bağımsız Örneklem t-testi ile incelenmiştir. Varyansların homojenliği varsayımını test etmek amacıyla Levene F testinden yararlanılmış ve p>0.05 bulunmuştur. Bu varsayımda sağlandığı için voleybol hakemlerinin iş stres düzeylerinin kıdeme ve yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığı Tek Yönlü ANOVA testi ile sınanmıştır. Voleybol hakemlerinin iş stres düzeylerinin klasmana göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek içinse bazı klasman düzeylerinde katılımcı sayısı 30'dan az olmasından dolayı Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Değişkenlerin voleybol hakemlerinin streslerine etkisinin düzeyini saptamak amacıyla eta-kare (η^2) hesaplanmıştır. Eta-kare değeri bağımlı değişkenle bağımsız değişken arasındaki ilişkinin gücüne ilişkin bir ölçü belirten değerdir¹⁷. Eta-kare değeri 0.00 ile 1.00 arasında değer alır, 0.01, 0.06 ve 0.14 düzeyindeki değerler sırayla "küçük", "orta" ve "geniş" etki büyüklüğü şeklinde yorumlanır⁷.

BULGULAR

Voleybol hakemlerinin stres düzeylerine ilişkin belirlemeler yapabilmek için betimsel istatistikler hesaplanmıştır. Betimsel istatistikler Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Voleybol Hakemlerinin Stres Düzeyleri

Ölçek	\bar{X}	Stres Düzeyi	S _x	En küçük değer	En büyük değer	Çarpıklık	Basıklık
Stres	49.54	Nadiren stres yaratıyor	14.73	23.0	96.0	.487	-.307

Tablo 1 incelendiğinde voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalamasının \bar{X} =49.54, voleybol hakemlerinin streslerinin ise “nadiren stres yaratıyor” düzeyinde olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Cinsiyete Göre Voleybol Hakemleri İş Stres Ölçeği Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{X}	Stres Düzeyi	t	P	η^2
Kadın	109	53.15	Nadiren stres yaratıyor	3.540	.000*	.050
Erkek	132	46.55	Nadiren stres yaratıyor			

p<0,05

Kadın voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =53.14, erkek voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =46.55 bulunmuştur. Ortalama puanlar incelendiğinde hem kadın hem de erkek voleybol hakemlerinin streslerinin ise “nadiren stres yaratıyor” düzeyinde olduğu belirlenmiştir. Bağımsız örneklem t-testi incelendiğinde kadın ve erkek voleybol hakemlerinin stres puanları arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (t₍₂₃₉₎=3.540, p<0.05). Eta-kare etki büyüklüğü değeri η^2 =0.050 bulunmuştur. Bu bulgular, cinsiyetin voleybol hakemlerinin stresleri üzerinde “düşük” düzeyde bir etkiye sahip olduğunu ve kadın voleybol hakemlerinin stres düzeylerinin erkek voleybol hakemlerinden daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Yaşa Göre Voleybol Hakemleri İş Stres Ölçeği ANOVA Testi Sonuçları

Yaş	N	\bar{X}	Stres düzeyi	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı fark	η^2
30 ve altı	102	53.68	Nadiren stres yaratıyor	Gruplar arası	3085.508	1542.754	7.491	.001	1-2,3	.06
31-40	71	47.10	Nadiren stres yaratıyor	Grup içi	49016.442	205.951				
41 ve üstü	68	45.87	Nadiren stres yaratıyor	Toplam	52101.950					

*p<0.05

Yaşı 30 ve altı olan voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =53.68, 31-40 arası olan voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =47.10 ve 41 ve üstü olan voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =45.87 bulunmuştur. Ortalama puanlar incelendiğinde farklı yaş gruplarındaki voleybol hakemlerinin streslerinin “nadiren stres yaratıyor” düzeyinde olduğu belirlenmiştir. ANOVA sonuçları incelendiğinde farklı yaş gruplarındaki voleybol hakemlerinin stres puanları arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (F_(2,238)=7.491, p<0.05). Çoklu karşılaştırma sonuçları incelendiğinde, farkın yaşı 30 ve altı olan voleybol hakemleri ile 31-40 ve 41 ve üstü olan voleybol hakemleri arasında olduğu belirlenmiştir. Eta-kare etki büyüklüğü değeri η^2 =0.060 bulunmuştur. Bu bulgular, yaşın voleybol hakemlerinin stresleri üzerinde “orta” düzeyde bir etkiye sahip olduğunu ve yaşı daha düşük olan voleybol hakemlerinin stres düzeylerinin, yaşı yüksek olan voleybol hakemlerinden daha fazla olduğunu göstermektedir.

Tablo 5. Kıdeme Göre Voleybol Hakemleri İş Stres Ölçeği ANOVA Testi Sonuçları

Kıdem	N	\bar{X}	Stres düzeyi	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	Kareler ortalaması	F	P	Anlamlı fark	η^2
1-10	138	52.28	Nadiren stres yaratıyor	Gruplar arası	2496.222	1248.111				
11-20	61	46.56	Nadiren stres yaratıyor	Grup içi	49605.728	208.427	5.988	.003	1-2,3	.048
21 ve üstü	42	44.88	Nadiren stres yaratıyor	Toplam	52101.950					

*p<0.05

Kıdemi 1-10 yıl arası olan voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =52.28, 11-20 yıl arası olan voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =46.56 ve 21 ve üstü olan voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =44.88 bulunmuştur. Ortalama puanlar incelendiğinde farklı kıdemdeki voleybol hakemlerinin streslerinin “nadiren stres yaratıyor” düzeyinde olduğu belirlenmiştir. ANOVA sonuçları incelendiğinde farklı kıdeme sahip olan voleybol hakemlerinin stres puanları arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($F_{(2,238)}=5.988$, $p<0.05$). Çoklu karşılaştırma sonuçları incelendiğinde, farkın kıdemi 1-10 yıl arası olan voleybol hakemleri ile 11-20 ve 21 ve üstü olan voleybol hakemleri arasında olduğu belirlenmiştir. Eta-kare etki büyüklüğü değeri $\eta^2=0.048$ bulunmuştur. Bu bulgular, kıdemin voleybol hakemlerinin stresleri üzerinde “düşük” düzeyde bir etkiye sahip olduğunu ve kıdemi daha az olan voleybol hakemlerinin stres düzeylerinin, kıdemi daha yüksek olan voleybol hakemlerinden fazla olduğunu göstermektedir.

Tablo 6. Klasmana Göre Voleybol Hakemleri İş Stres Ölçeği Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Klasman	N	\bar{X}	Stres Düzeyi	Kareler ortalaması	χ^2	P	Anlamlı fark	η^2
1.aday	39	54.36	Nadiren stres yaratıyor	142.27				
2.il	88	51.44	Nadiren stres yaratıyor	126.93				
3.ulusal	10	53.00	Nadiren stres yaratıyor	140.05			1-4,5,6,7	
4.A Klasman	9	37.67	Nadiren stres yaratıyor	59.44			2-4,5,6,7	
5.A/B Klasman	13	40.31	Nadiren stres yaratıyor	75.69	28.907	.000*	3-4,5	0.117
6.B Klasman	26	43.96	Nadiren stres yaratıyor	95.77			8-2,4,5,6,7	
7.C Klasman	48	47.29	Nadiren stres yaratıyor	113.55				
8. Klasman dışı	7	63.14	Ara sıra stres yaratıyor	191.64				

*p<0.05

Aday voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =54.36, il voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =51.44, ulusal voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =53.00, A klasman voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =37.67, A/B klasman voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =40.31, B klasman voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =43.96, C klasman voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =47.29 ve klasman dışı voleybol hakemlerinin stres puanlarının ortalaması \bar{X} =63.29 bulunmuştur. Ortalama puanlar incelendiğinde klasman dışı voleybol hakemlerinin streslerinin “ara sıra stres yaratıyor” düzeyinde, diğer klasmandaki voleybol hakemlerinin streslerinin ise “nadiren stres yaratıyor” düzeyinde olduğu belirlenmiştir. Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde farklı klasmandaki voleybol hakemlerinin stres puanları arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($\chi^2=28.907$, $p<0.05$). İkili

karşılaştırma sonuçları incelendiğinde, aday ve il voleybol hakemlerinin stres puanları ile A, A/B, B ve C klasman voleybol hakemlerinin stres puanları arasında anlamlı farklılıkların olduğu ve aday ile il klasman hakemlerinin stres düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ulusal voleybol hakemlerinin stres puanları ile A ve A/B klasman voleybol hakemlerinin stres puanları arasında anlamlı bir fark olduğu ve ulusal klasman hakemlerinin stres düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Klasman dışı voleybol hakemlerinin stres puanları ile il, A, A/B, B ve C klasman voleybol hakemlerinin stres puanları arasında anlamlı farklılıkların olduğu ve klasman dışı voleybol hakemlerinin stres düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Eta-kare etki büyüklüğü değeri $\eta^2=0.117$ bulunmuştur. Bu bulgular, klasmanın voleybol hakemlerinin stresleri üzerinde “orta” düzeyde bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

TARTIŞMA

Her ne kadar son yıllarda spor görevlilerine gösterilen ilginin arttığını gözlemlense de özellikle de hakemlerle ilgili bazı olaylardan sonra, akademisyenler tarafından bu olguya mevcut katkılar literatürde hala az sayıdadır ve spor görevlilerinin (hakemler, antrenörler vb.) rolleriyle ilgili stresi kontrol edebilmeleri ve etkili bir şekilde yönetmelerini desteklemek ve işlev görmek için spesifik öneriler veya teklifler sunulmamaktadır⁶.

Güllü ve Yıldız (2019)¹⁵ tarafından futbol hakemleri ile yürütülen bir araştırma, hakemlerin orta düzeyde stres altında olduklarını ve performanslarının yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bu durum, stres kaynaklarının futbol hakemliği performansı üzerinde anlamlı ve olumsuz bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Ayrıca bu etkinin zayıf olması, hakemlerin iş performansını etkileyen tek faktörün stres olmadığını düşündürmektedir. Baştuğ ve ark. (2016)⁵ futbol hakemleri ile yürütülen araştırmada stres, karar verme ve özgüven arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Stres seviyeleri arttıkça, karar verme becerilerinin değeri düşmüştür. Futbol hakemleri arasında cinsiyet ve stres düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Kadın hakemlerin stres düzeyi erkek hakemlere göre daha yüksektir.

Çalışma sonucunda klasmanın voleybol hakemlerinin stresleri üzerinde önemli bir etken olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde Erdem (2015)¹³ yürüttüğü çalışmada güreş hakemlerinin stresleri üzerinde klasman değişkeninin etkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Kılıç (2019)¹⁶ yürüttüğü çalışmada klasman değişkeninin futbol hakemlerinin stres durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

Araştırmada kıdem (hakemlik yılı) voleybol hakemlerinin stresleri üzerinde düşük düzeyde bir etkiye sahip olduğu bulunmuşken, benzer şekilde Erdem (2015)¹³ çalışmasında güreş hakemlerinin “yanlış veya hatalı karar verme” ile başa çıkma yönteminde “negatif bilişsel yaklaşım” alt boyutunda hakemlik yılı (kıdem) değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Kılıç (2019)¹⁶ futbol hakemleri üzerindeki başka bir çalışmada 15 yıl ve üzeri hakemlik yapan hakemlerin bireysel stres puanlarının 1 yıldan az hakemlik yapan ve 1-5 yıl ile 6-10 yıl arası hakemlere göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Çalışmada farklı yaş gruplarındaki voleybol hakemlerinin stres puanları arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiş olup, benzer şekilde Erdem (2015)¹³ çalışmasında

da güreş hakemlerinin başa çıkma yönteminde “davranışsal yaklaşım” ile “üst kategori hakemlerin karara etkisi” alt boyutunda yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Yine benzer bir sonuç Can ve ark. (2011)⁹ yürüttüğü çalışmaya katılan futbol hakemlerinde stres düzeyi ile yaş arasındaki ilişki karşılaştırıldığında iş stres düzeyleri ile yaş arasında ters bir ilişki bulunmuş ve bu nedenle hakemlerin yaşı arttıkça stres düzeyi azalmıştır.

Araştırmada cinsiyetin voleybol hakemlerinin stresleri üzerinde bir etken olduğu görülmüş, aynı şekilde Baştuğ ve ark. (2016)⁵ futbol hakemleri üzerinde yaptığı araştırmada stres ve cinsiyet arasında anlamlı farklılık bulmuş, kadın futbol hakemlerinin stres düzeyinin erkek futbol hakemlerinden daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Kılıç (2019)¹⁶ çalışmasında ise tam tersi şekilde, futbol hakemlerinin stres faktörlerinin cinsiyete göre önemli ölçüde farklılık gösterdiğini ve erkeklerin kişisel stres faktörlerinin kadınlardan daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Sonuç olarak stres, voleybol hakemleri üzerinde etki yaratmaktadır. Bu etki hakemlerin yaşları ve kıdemleri ilerledikçe azalmaktadır. Cinsiyetin de düşük bir fark oluşturduğu tespit edilmiştir. Özellikle maçlarda görev verilirken kıdemli hakemin yanında daha az kıdemli bir hakem görevlendirilerek bu etki azaltılabilir. Hakem eğitim seminerlerinde spor bilimleri uzmanları ve spor psikologlarından yardım alınarak stresle başa çıkma eğitimleri verilmelidir.

KAYNAKLAR

1. Altıntaş E. (2014). Stres yönetimi. Anı yayıncılık. Ankara.
2. Anshel MH., Freedson P., Hamill J., Haywood K., Horvat M., Plowman S. (1991). Dictionary of the sport and exercise sciences. Human Kinetics Books. Champaign: Illinois.
3. Akdağcık İÜ., Polat B. (2022). Voleybol hakemlerinin iş stres düzeyleri ile karar verme stilleri arasındaki ilişkide cinsiyet, yaş, kıdem ve hakem klasmanının aracılık etkisi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*. 5(4), 1048-1063.
4. Aydın KB. (2010). Stresle başa çıkma. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
5. Baştuğ G., Duman S., Akçakoyun F., Karadeniz F. (2016). Football referees; stress, self-confidence, decision making. *Futbol hakemlerinde; stres, özgüven, karar verme*. *Journal of Human Sciences*. 13(3), 5399-5406.
6. Briganti P., Varriale L., Ferrara M. (2018). Stress and Sport: organizational practices to support referees for coping stress. *Giornale Italiano di Educazione alla Salute, Sport e Didattica Inclusiva*. 2(3), 74-82.
7. Büyüköztürk Ş. (2009). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Ankara: PegemA Yayıncılık.
8. Büyüköztürk Ş., Kılıç Çakmak E., Akgün ÖE., Karadeniz Ş. Demirel F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: PegemA Yayıncılık.
9. Can Y., Çoban Ü., Soyer F. (2011). Negatif duygusallığın stres üzerindeki etkisi: faal futbol hakemleri üzerinde bir araştırma. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 5(2), 165-174.
10. Durna U. (2006). Üniversite öğrencilerinin stres düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*. 20(1), 133-150.
11. Ekmekçi R., Weinberg RS., Richardson PA., Ekmekçi R. (2011). İyi bir hakemin özellikleri. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*. 2(1), 1-5.

12. Ekmekçi R. (2008). Basketbol hakemlerinin stres kaynakları ile stresle başa çıkma yöntemlerinin tespiti ve önleyici yönetsel uygulamaların geliştirilmesi. Doktora tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
13. Erdem T. (2015). Güreş hakemlerinin stres kaynakları ve başa çıkma yöntemleri. Yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
14. Ertekin Y. (1993). Stres ve Yönetim. Ankara: TODAİE Yayınları.
15. Güllü S., Yıldız, SM. (2019). Stres kaynaklarının futbol hakemlerinin performansına etkisinin incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 17(1), 146-155.
16. Kılıç O. (2019). Futbol hakemlerinin stres kaynaklarının tespiti. Yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
17. Mertler CA., Vannatta RA. (2005). *Advanced and multivariate statistical methods: Practical application and interpretation*. Los Angeles: Pyrczak.

