

**Takım Sporcularının Mental İyi Oluş Düzeyleri İle Şiddet Eğilimleri
Arasındaki İlişki**

Fatih KARAKAŞ^{ID}, Kürşat ACAR^{ID}

DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1362641>

ORJİNAL ARAŞTIRMA

Sinop Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi,
Sinop /Türkiye

Öz

Bu araştırmanın amacı takım sporcularının mental iyi oluş düzeyleri ile şiddet eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklem grubunu 2022-2023 sezonlarında basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen, 558 müsabık sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu”, “Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği (WEMİÖÖ)” ve “Takım Sporlarında Şiddet Eğilimi Ölçeği (TSŞEÖ)” kullanılmıştır. Ölçekten elde edilen puanlar için ikili karşılaştırmalarda; Mann Whitney U testi, çoklu karşılaştırmalarda; Kruskal Wallis H testi, TSŞEÖ'nün alt boyutları ile WEMİÖÖ'nün arasındaki ilişki ise Pearson korelasyon testi ile analiz edilmiştir. Araştırma grubunun “WEMİÖÖ” ve “TSŞEÖ” alt boyut puan ortalamalarında cinsiyet, yaş, spor yaşı, spor dalı, aylık gelir değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0,05$). Diğer taraftan sporcuların “WEMİÖÖ” ile “TSŞEÖ” alt boyutlarından fiziksel, sözel ve duygusal şiddet arasında negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sonuç olarak; sporcuların mental iyi oluş düzeyleri yükseldikçe şiddet eğilimlerinin düştüğü ortaya koyulmuştur.

Anahtar kelimeler: Takım sporları, Mental iyi oluş, Şiddet eğilimi.

**The Relationship Between Mental Well-Being Levels ve
Violence Tendencies of Team Athletes**

Sorumlu Yazar: Fatih
KARAKAŞ

fkarakas@sinop.edu.tr

Abstract

The aim of this research was to investigate the relationship between team athletes' mental well-being levels ve violence tendencies. The sample of the research consisted of rveomly selected 558 competitive athletes in the 2022-2023 seasons. In the study, the 'Personal Information Form', 'Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS)', ve 'Tendency of Violence in Team Sports Athletes (TVTSA)' were used as data collection tools. In analyzing the scores obtained from the scales, the Mann-Whitney U test was used for pairwise comparisons ve the Kruskal Wallis H test was used for multiple comparisons. The relationship between the sub-dimensions of TVTSA ve WEMWBS was analyzed with the Pearson correlation test. Statistically significant differences were found in the research group's "WEMWBS" ve "TVTSA" sub-dimension mean scores in the variables of gender, age, sports age, sports branch, ve monthly income ($p<0.05$). Additionally, a significant negative relationship was detected between the athletes' " WEMWBS " ve " TVTSA " sub-dimensions of physical, verbal, ve emotional violence ($p<0.05$). In conclusion, it was determined that the athletes' violence tendencies decreased as their mental well-being levels increased.

Keywords: Team sports, Mental well-being, Violence tendency.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
19.09.2023

Kabul Tarihi:
09.10.2023

Online Yayın Tarihi:
29.10.2023

Giriş

Sporcular maç esnasında veya maçtan sonra çok fazla psikolojik uyarana maruz kalmaktadır. Bu maruz kalma durumu maçı kazanma, kaybetme, taraftar baskısı şeklinde oluşabilir. Sporcular bu sürecin üstesinden geldiklerinde performanslarında olumlu etki elde ettikleri gibi zihinsel yönden üzerlerindeki baskıyı da azaltabilirler. Zihinsel baskı yönünden bakıldığında bu süreç iyi yönetilmesi gereken bir süreçtir. İyi yönetilemeyen bir süreç mental yönden olumsuz sonuçlara yönelmeye neden olabileceği gibi sporcularda şiddet eğilimini de ortaya çıkartabilir. Mental iyi oluş: “Bireyin iş hayatında daha üretken ve faydalı olabilmesi, becerilerinin bilincinde olması, stres içeren durumlara direnç göstererek doğru kararlar vermesi ve sosyal görevlerini yerine getirerek topluma fayda sağlaması” olarak tanımlanmaktadır (World Health Organisation [WHO], 2020). Mental iyi oluş bireyin hayatını devam ettirme esnasında bireysel gücünün ve hayattaki amaçlarının farkına varması, çevresindeki bireylerle kurmuş olduğu diyaloglarında dikkate değer bir yaşama sahip olduğu ile alakalı bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Ryff ve Keyes, 1995). Araştırmalar mental iyi oluş düzeyi yüksek bireylerin daha iyi ilişkiler kurduklarını, iş yerinde daha verimli olduklarını ve psikolojik sağlıklarının iyi düzeyde olduğunu ortaya koymuştur (Keyes, vd., 2010; Eime vd., 2013; Vella vd., 2015; Lubans vd., 2016; Valkenborghs vd., 2019; Küçük ve Durmuşoğlu, 2022). Bu açıdan bakıldığında mental iyi olma durumu sporcuların saha içi ve dışındaki davranışlarını önemli ölçüde etkileyebilmektedir. Dahası sporcuların değişken ruh halleri spor müsabakalarında şiddet gibi olumsuz davranışlar sergilemelerine yol açabilmektedir.

Saha içinde istenilen seviyede performans gösterilememesi veya psikolojik yönden baskı sporcularda şiddet gibi istenmeyen davranışlara sebep olabilir. Şiddet, “kaba güç”, “duygu ve davranışta aşırılık” olarak tanımlanmıştır. Bir başka tanımda ise şiddet, öfkenin davranış haline dönüşmesi olarak da karşımıza çıkmaktadır (Bilge, 2006). Şiddet en dar anlamda kişilere veya nesnelere karşı düşmanlık ve öfke duygusunun yoğun bir biçimde açığa çıkmasıdır (Budak, 2003). Araştırmalar, sporcuların kişisel gelişimlerine ve performanslarına odaklanmak yerine rekabete dayalı başkalarını yenmeye daha fazla odaklanmalarında sportmenlik dışı eylemlerde bulunma olasılıklarının daha yüksek olduğunu gösteriyor (Duda, vd., 1991; Florea, 2013). Spor disiplinin doğasına göre, sporun her alanında ya da sosyal yaşantıda sporculardan beklenen davranış modeli sportmenliktir. Sporcuların bu davranışı sergilemesinde mental durumları önemli rol oynamaktadır. Takım sporlarının bireylerde iletişim becerileri, iş birliği ve empati gibi sosyal becerileri geliştirdiği bilinen bir gerçektir (Acar vd., 2023). Ancak, sporun içinde üst düzey rekabetlerin yaşanması ve kazanma arzusu sporcuların ruh haline de bağlı olarak sportmenlik dışı hareketlerin de sergilenmesine yol açabilmektedir. Dolayısıyla takım sporcularının mental iyi oluş düzeyleri ile şiddet eğilimleri

arasındaki ilişki araştırmamızın odak noktasını oluşturmaktadır. Bu amaç doğrultusunda mevcut araştırmamızda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Takım sporcularının mental iyi oluş düzeyleri ile şiddet eğilimleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Takım sporcularının mental iyi oluş düzeyleri ve şiddet eğilimleri cinsiyet, yaş, spor yaşı, aylık gelir ve spor dalı değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Araştırma, mevcut durumu tespit etmeyi amaçladığı için tarama modeli türlerinden biri olan ilişkiyel tarama modeli ile tasarlanmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan şey, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. Tarama modelinin bir türü olan ilişkiyel tarama modeli ise, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2009). Araştırma sürecinde Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Türkiye’deki çeşitli federasyonlara bağlı kulüplerde aktif olarak yer alan sporcular oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini ise söz konusu federasyonlara bağlı çeşitli kulüplerden takım sporları (futbol, voleybol, basketbol, hentbol) olmak üzere basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilmiş toplamda 558 müsabık sporcu oluşturmaktadır (Tablo 1). Örneklem hacmi için literatürde çeşitli pratik kurallar vardır. Çalışmada ölçek çalışmalarında örneklem hacmi her ölçek maddesinin minimum 5, maksimum 20 katı olmalıdır kuralı dikkate alınmıştır (Tavşancıl, 2014). Bu doğrultuda araştırma örnekleminin belirlenmesinde ölçeklerde bulunan “Mental iyi oluş ölçeği” 14 ve “Takım sporlarında şiddet eğilim ölçeği” 17 olmak üzere toplamda 31 madde bulunması ve ölçek sayısının en az beş katı kadar katılımcı zorunluluğu, çalışma için minimum katılımcı sayısının 155 olmasını gerektirmiştir. Araştırmada karşılaşılabilecek olası problemleri ortadan kaldırmak ve araştırmanın güvenilirliğini arttırmak için bu araştırmada 558 sporcuya ulaşılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından sporculardan cinsiyet, yaş, spor yaşı, aylık gelir ve spor dalı gibi sorulara cevap vermeleri istenmiştir.

Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği (WEMİÖÖ)

Mental iyi oluş, hem psikolojik iyi oluş hem de öznel iyi oluşu kapsayan bir kavramdır ve bireylerin pozitif mental sağlıklarını ortaya koymayı hedefler. Bu nedenle araştırmada “iyi oluş” durumunu değerlendirmek için Warwick-Edinburg mental iyi oluş ölçeği (WEMİÖÖ) kullanılmıştır. Tennant vd. (2007), tarafından geliştirilen Keldal’ın (2015), Türkçeye uyarladığı ölçek 14 olumlu maddeden oluşmaktadır ve 5’li Likert tipinde bir cevaplama anahtarına sahiptir. Ölçekten en düşük 14 puan alınabilmekte, en yüksek ise, 70 puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek mental (psikolojik) iyi oluşa işaret etmektedir. Tek boyuttan oluşan ölçeğin toplam iç tutarlık katsayısı 0.83’olarak bulunmuştur. Mevcut araştırmamız için tekrar eden iç tutarlılık kat sayısı ise 0.87 olarak tespit edilmiştir.

Takım Sporlarında Şiddet Eğilimi Ölçeği (TSŞEÖ)

Takım sporları yapan sporcuların fiziksel, sözlü ve duygusal şiddete yönelik eğilimlerini belirlemek amacıyla Aslan ve Uğraş (2021), tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 5’li likert tipi olup 3 alt boyut (Fiziksel Şiddet: 1,2,3,4,5,6,7. Sözel Şiddet: 8,9,10,11,12,13. Duygusal Şiddet:14,15,16,17) olmak üzere toplamda 17 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek şiddet eğilimlerinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Üç boyuttan oluşan ölçeğin toplam iç tutarlık katsayısı; fiziksel şiddet 0.82, sözel şiddet 0.80, duygusal şiddet için 0.73 olarak bulunmuştur. Araştırmamız için tekrar eden iç tutarlılık kat sayısı fiziksel şiddet 0.88, sözel şiddet 0.90, duygusal şiddet ise 0.82 olarak tespit edilmiştir.

Verilerin Toplanması

Araştırmacı tarafından hazırlanan ölçek dört bölümden oluşmaktadır. Ölçeğin ilk bölümünde ölçeğin amacı ve niteliği ile ilgili bilgilendirme mevcuttur. İkinci bölümde “Kişisel Bilgi Formu”, üçüncü bölümde “Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği”, dördüncü bölümde ise “Takım Sporlarında Şiddet Eğilimi Ölçeği” bulunmaktadır. “Google Formlar” uygulamasına aktarılan ölçek formunun linki müsabık sporculara 2023-2024 sezonunda elektronik posta üzerinden online olarak gönderilmiştir. Yanıtlama için zaman sınırlaması konulmamıştır. Her ekrvea geri dönme seçeneği vardır ve ölçek bitiminde gönder butonu ile çalışmaya katılım sağlanmıştır. Yeterli örneklem sayısına ulaşıldıktan sonra ölçek linki erişime kapatılmış ve veri seti istatistiksel analiz için hazır hale getirilmiştir

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilere uygulanacak olan testlerin seçimi öncesinde hata terimlerinin normal dağılım gösterip göstermediği kontrol etmek amacı ile Kolmogorov-Smirnov normallik testi

uygulanmıştır ($p<0,05$). Ölçekten elde edilen puanlar için ikili karşılaştırmalarda Mann Whitney U Testi, çoklu karşılaştırmalarda ise Kruskal Wallis H testinden yararlanılmıştır. TSŞEÖ'nün alt boyutları ile WEMİÖÖ'nün arasındaki ilişki ise Pearson korelasyon testi ile analiz edilmiştir. Araştırma bulguları, yüzde (%), ortalama ve standart sapma olarak ifade edilmiş olup, tüm istatistiksel sonuçlarda ortaya çıkan farklar $p<0,05$ önem seviyesinde anlamlı kabul edilmiştir. Verilerin analizi SPSS 22.0 V. istatistik paket programında yapılmıştır.

Araştırmanın Etiği

Bu araştırma için Sinop Üniversitesi, İnsan Araştırmaları Etik Kurulu tarafından 30.12.2022 tarih ve 2022/220-259 sayılı etik kurul izni alınmıştır.

Bulgular

Tablo 1

Katılımcıların Kişisel Bilgileri

Değişkenler	f	%
Cinsiyet		
Kadın	223	40,0
Erkek	335	60,0
Yaş		
17-19	369	66,1
20-22	49	8,8
23-25	29	5,2
26-28	16	2,9
29+	95	12,7
Spor yaşı		
0-3	45	8,1
4-7	110	19,7
8-11	142	25,4
12-15	148	26,5
16+	113	20,3
Aylık gelir		
Çok düşük	72	12,9
Düşük	41	7,3
Orta	265	47,5
İyi	160	28,7
Çok iyi	20	3,6
Spor dalı		
Futbol	158	28,3
Basketbol	130	23,3
Hentbol	132	23,7
Voleybol	138	24,7
Toplam	558	100,0

Tablo 2

Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine göre TSŞEÖ ve WEMİÖÖ Puan Karşılaştırmaları

	Ölçekler ve Alt boyutlar	Cinsiyet	n	Ort.	S.S	Medyan	IQR	U	p
TSŞEÖ	Fiziksel Şiddet	Kadın	223	11,64	5,27	10,00	6,00	29204,00	0,001*
		Erkek	335	13,92	6,35	12,00	9,00		
	Sözel Şiddet	Kadın	223	7,73	3,51	6,00	2,00	34133,00	0,061

	Erkek	335	8,68	4,69	6,00	3,00		
Duygusal Şiddet	Kadın	223	4,49	7,82	4,00	0,00	36311,00	0,419
	Erkek	335	4,59	1,73	4,00	0,00		
Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği	Kadın	223	53,79	7,71	55,00	10,00	32845,50	0,016*
	Erkek	335	55,60	7,26	56,00	8,00		

(*p<0.05)

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenine göre “TSŞEÖ” puanlarında sadece “fiziksel şiddet” alt boyut puanları istatistiksel olarak anlamlılık göstermektedir (p<0,05). Bu durumda erkek sporcuların, kadın sporculara göre fiziksel şiddet eğilimlerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Diğer taraftan WEMİÖÖ puanları kadın sporculara göre erkek sporcularda anlamlı derece yüksek bulunmuştur (p<0,05).

Tablo 3

Katılımcıların Yaş Değişkenine göre TSŞEÖ ve WEMİÖÖ Puan Karşılaştırmaları

Ölçekler ve Alt boyutlar	Yaş	n	Ort.	S.S	Medyan	IQR	X ²	df	p
Fiziksel Şiddet	17-19	369	12,79ab	5,89	11,00	8,00	15,09	4	0,005*
	20-22	49	15,33a	6,77	14,00	11,50			
	23-25	29	15,31a	6,84	13,00	10,50			
	26-28	16	12,81ab	5,53	11,50	7,00			
	29+	95	12,03b	5,72	10,00	8,00			
TSŞEÖ	17-19	369	8,19b	4,19	6,00	2,00	19,14	4	0,001*
	20-22	49	10,53a	6,12	7,00	7,50			
	23-25	29	10,17a	5,34	8,00	8,00			
	26-28	16	7,19b	2,99	6,00	1,00			
	29+	95	7,25b	2,49	6,00	2,00			
Duygusal Şiddet	17-19	369	4,57	1,91	4,00	0,00	3,68	4	0,451
	20-22	49	4,73	1,59	4,00	1,00			
	23-25	29	4,86	2,13	4,00	1,00			
	26-28	16	4,25	0,77	4,00	3,00			
	29+	95	4,38	1,19	4,00	0,00			
Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği	17-19	369	54,10ab	7,38	55,00	9,00	17,28	4	0,002*
	20-22	49	54,73ab	7,23	56,00	7,50			
	23-25	29	56,41ab	7,35	56,00	9,50			
	26-28	16	53,94b	6,07	53,50	7,75			
	29+	95	57,71a	7,38	57,00	11,00			

a ve b harfleri gruplar arası farklılığı ifade etmektedir (*p<0.05)

Tablo 3 incelendiğinde, katılımcıların yaş değişkenine göre TSŞEÖ” puanlarında “fiziksel ve sözel şiddet” alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Araştırma bulgularına göre fiziksel ve sözel şiddet puanlarının en yüksek olduğu yaş grubunun 20-22 ve 23-25 yaş grubu olduğu görülmektedir. WEMİÖÖ puanlarına bakıldığında ise istatistiksel olarak farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Bu durumda sporcuların yaşları 26-28 ve üstü yaş grubu sporcularının diğer yaş gruplarına göre mental iyi oluş düzeylerinin daha iyi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 4

Katılımcıların Spor Yaşı Değişkenine göre TSŞEÖ ve WEMİÖÖ Puan Karşılaştırmaları

Ölçekler ve Alt boyutlar	Spor yaşı	n	Ort.	S.S	Medyan	IQR	X ²	df	p
Fiziksel Şiddet	0-3	45	12,29	4,91	10,00	7,50	15,09	4	0,775
	4-7	110	13,34	6,11	12,00	7,00			
	8-11	142	13,15	6,49	11,50	8,25			
	12-15	148	12,72	6,02	10,50	8,00			
	16+	113	13,19	5,89	11,00	8,50			
TSŞEÖ Sözel Şiddet	0-3	45	8,40	3,39	7,00	3,00	19,14	4	0,305
	4-7	110	8,81	5,34	6,00	2,25			
	8-11	142	8,45	4,21	7,00	3,00			
	12-15	148	8,03	4,03	6,00	2,00			
	16+	113	7,96	3,88	6,00	3,00			
Duygusal Şiddet	0-3	45	4,64	2,00	4,00	1,00	3,68	4	0,582
	4-7	110	4,73	1,97	4,00	0,00			
	8-11	142	4,51	1,86	4,00	0,00			
	12-15	148	4,42	1,27	4,00	0,00			
	16+	113	4,58	1,91	4,00	0,00			
Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği	0-3	45	52,20b	7,62	53,00	10,00	17,28	4	0,002*
	4-7	110	54,04ab	6,90	55,00	8,00			
	8-11	142	55,26a	7,20	56,00	9,00			
	12-15	148	55,72a	8,01	56,00	7,75			
	16+	113	55,21a	7,48	55,00	9,50			

a ve b harfleri gruplar arası farklılığı ifade etmektedir (*p<0.05)

Tablo 4'e bakıldığında spor yaşı değişkeni açısından TSŞEÖ alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlılık tespit edilmemiştir (p>0,05). Diğer taraftan WEMİÖÖ puan karşılaştırmalarına bakıldığında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Bu durumda spor yaşı yüksek olan sporcuların mental iyi olma düzeyleri daha yüksektir.

Tablo 5

Katılımcıların Aylık Gelir Değişkenine göre TSŞEÖ ve WEMİÖÖ Puan Karşılaştırmaları

Ölçekler ve Alt boyutlar	Aylık gelir	n	Ort.	S.S	Medyan	IQR	X ²	df	p
Fiziksel Şiddet	Çok düşük	72	12,67	5,99	11,00	7,00	2,83	4	0,586
	Düşük	41	14,20	6,44	12,00	9,00			
	Orta	265	12,86	6,08	11,00	8,00			
	İyi	160	12,93	5,61	12,00	8,75			
	Çok iyi	20	14,50	8,19	11,50	13,500			
TSŞEÖ Sözel Şiddet	Çok düşük	72	8,92ab	5,11	7,00	3,00	13,51	4	0,009*
	Düşük	41	9,98ab	5,30	8,00	8,00			
	Orta	265	8,09ab	3,84	6,00	3,00			
	İyi	160	7,64b	3,33	6,00	2,00			
	Çok iyi	20	10,90a	8,14	6,50	7,00			
Duygusal Şiddet	Çok düşük	72	4,81b	1,86	4,00	1,00	13,21	4	0,010*
	Düşük	41	5,07ab	2,17	4,00	1,00			
	Orta	265	4,42b	1,47	4,00	0,00			
	İyi	160	4,41b	1,40	4,00	0,00			
	Çok iyi	20	5,55a	4,47	4,00	0,00			
Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği	Çok düşük	72	52,90b	9,24	53,00	10,75	15,15	4	0,004*
	Düşük	41	53,05b	8,74	54,00	13,50			
	Orta	265	54,59ab	7,20	56,00	8,00			
	İyi	160	56,27ab	6,21	56,00	8,00			
	Çok iyi	20	58,55a	8,45	58,50	12,00			

a ve b harfleri gruplar arası farklılığı ifade etmektedir (* $p<0.05$)

Tablo 5' e göre katılımcıların aylık gelir durumlarına göre TSŞEÖ'nün "sözel ve duygusal şiddet" alt boyutlarında istatistiksel olarak farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bu durumda aylık gelir durumu iyi ve çok iyi olan katılımcıların sözel şiddet eğilimlerinin diğerlerine göre daha düşük olduğunu görmektedir. Diğer taraftan aylık gelir durumu çok iyi olan katılımcıların iyi, orta ve çok düşük aylık gelir seviyesine sahip olan katılımcılara göre duygusal şiddet puanları yüksek bulunmuştur. WEMİOÖ puanlarına bakıldığında ise aylık gelir durumu çok iyi olan katılımcıların mental iyi oluş seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmektedir ($p<0,05$).

Tablo 6

Katılımcıların Spor Dalı Değişkenine göre TSŞEÖ ve WEMİOÖ Puan Karşılaştırmaları

Ölçekler ve Alt boyutlar	Spor dalı	n	Ort.	S.S	Medyan	IQR	X ²	df	p	
TSŞEÖ	Fiziksel Şiddet	Futbol	158	13,70	5,95	12,00	8,25	6,87	3	0,076
		Basketbol	130	12,81	6,54	10,00	8,25			
		Voleybol	138	13,28	6,25	12,00	9,00			
		Hentbol	132	12,12	5,34	10,00	7,00			
	Sözel Şiddet	Futbol	158	8,84a	4,61	7,00	3,00	9,95	3	0,019*
		Basketbol	130	8,02a	4,46	6,00	1,00			
		Voleybol	138	8,43a	4,45	6,50	3,00			
		Hentbol	132	7,83b	3,43	6,00	2,00			
Duygusal Şiddet	Futbol	158	4,58	1,63	4,00	0,00	4,17	3	0,243	
	Basketbol	130	4,47	1,85	4,00	0,00				
	Voleybol	138	4,66	2,08	4,00	0,00				
	Hentbol	132	4,51	1,49	4,00	0,00				
Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği	Futbol	158	54,81	7,15	55,00	7,00	2,10	3	0,551	
	Basketbol	130	55,53	8,34	56,00	10,00				
	Voleybol	138	54,38	7,23	55,00	9,00				
	Hentbol	132	54,86	7,34	55,50	9,00				

* $p<0.05$

Tablo 6 spor dalı değişkeni açısından incelendiğinde TSŞEÖ alt boyutlarından sadece "sözel şiddet" alt boyutunda anlamlılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bu durumda "futbol, basketbol ve voleybol" puanları "hentbol" spor dalına göre daha yüksek bulunmuştur. Katılımcıların WEMİOÖ puanlarında ise farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 7

Katılımcıların WEMİOÖ ve TSŞEÖ Arasındaki İlişki

		Fiziksel Şiddet	Sözel Şiddet	Duygusal Şiddet
Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği	r	-,157**	-,223**	-155**
	p	<0,001	<0,001	<0,001

Araştırmada katılımcıların mental iyi oluş düzeyleri ile fiziksel şiddet ($r=-,157$), sözel şiddet ($r=-,223$) ve duygusal şiddet ($r=-155$) puanları arasında istatistiksel olarak düşük düzeyde anlamlı

negatif ilişkiler tespit edilmiştir. Dolayısıyla, katılımcıların mental iyi oluş düzeyleri arttıkça fiziksel, sözel ve duygusal şiddet eğilimlerinin azalması beklenir.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Bu araştırmada, takım sporcularının mental iyi oluş düzeyleri ile şiddet eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış ve cinsiyet, yaş, spor yaşı, aylık gelir ve spor dalı değişkenlerine göre değerlendirilmiştir. Araştırmada “cinsiyet” değişkeni değerlendirildiğinde erkek sporcuların fiziksel şiddet puanları kadın sporculara göre yüksek bulunmuştur. Gill (1992), benzer bir araştırmada erkek sporcuların kadınlara oranla kendilerini daha rekabetçi gördüklerini belirtmiştir. Dolayısıyla, rekabet ve kazanma hırsına kadın sporculara oranla daha fazla eğilim gösteren erkek sporcuların müsabakalarda takım arkadaşlarına ve rakip oyunculara karşı daha fazla şiddet eğiliminde olmaları olası bir durumdur. Diğer taraftan kadın sporcuların mental iyi oluş seviyeleri erkek sporculardan daha düşük bulunmuştur. Konuya ilişkin yapılan benzer bir çalışmada Tekkurşun Demir vd. (2018), mental iyi oluş ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olduğunu, erkek sporcuların kadın sporculara göre mental iyi oluş seviyelerinin yüksek olduğunu ifade etmişlerdir. Ancak araştırma bulgularımız ile örtüşmeyen çalışmalarda mevcuttur. Görener vd. (2017), araştırmasında cinsiyet değişkenine göre mental iyi oluş düzeyinde anlamlı farklılık olmadığını ortaya koymuşlardır. Bu noktada sporcuların cinsiyet rollerini ele alındığında sosyol roller, sosyo-kültürel yapı, psiko-sosyal durumlar vb. gibi çok fazla faktör vardır. Dolayısıyla cinsiyet açısından mental iyi oluş durumlarını ortaya koymak daha kapsamlı çalışmalar ile mümkün görünmektedir.

Mevcut araştırmamız yaş değişkeni açısından değerlendirildiğinde fiziksel ve sözel şiddetin 20-22 ve 23-25 yaş sporcularda daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durumda sporcuların deneyimlerine ve profesyonelleşme düzeylerine göre sportmenlik davranışlarının arttığı söylenebilir. Acar vd. (2022), benzer bir çalışmada kadın ve erkek futbolcuların prososyal ve antisosyal davranışlarını incelemiş ve benzer sonuçları ortaya koymuştur. Başka bir çalışmada Eisenberg ve Fabes (1998), sporcuların yaşları arttıkça prososyal davranışlarının da arttığını yani daha fazla sportmenlik davranışı sergilediklerini ve antisosyal davranışlarının azaldığını ifade etmişlerdir. Diğer taraftan sporcuların mental iyi oluş durumlarına bakıldığında yaşları 26-28 ve üstü yaş grubu sporcularının diğer yaş gruplarına göre mental iyi oluş düzeylerinin daha iyi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu noktada örneklem grubunun yaş aldıkça sosyo-psikolojik süreçlerinin olumlu yönde geliştiği söylenebilir.

Çalışmamız spor yaşı değişkeni açısından değerlendirildiğinde ise katılımcıların fiziksel, sözel ve duygusal şiddet eğilimlerinde istatistiksel olarak farklılığa rastlanmamıştır. Diğer taraftan mental iyi oluş durumlarına bakıldığında ise spor yaşı yüksek olan sporcuların mental iyi oluş seviyelerinin daha iyi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde benzer sonuçları olan araştırmalar mevcuttur (Biricik, 2023; Codonhato vd., 2018).

Araştırmamız aylık gelir değişkeni açısından ele alındığında sporcuların aylık geliri “çok iyi ve iyi” olan sporcuların sözel ve duygusal şiddet eğilimleri yüksek bulunmuştur. Bu sonuçların çıkmasında sporcuların sosyo-ekonomik parametrelerin yanı sıra, sporcuların aile yapılarının, sosyo-kültürel çevrelerinin ve psiko-sosyal süreçlerinin de önemli rol oynadığı söylenebilir. (Camadan ve Yazıcı, 2017; Keyes vd., 2010). Ayrıca sporcuların kişilik özellikleri de bu sonuçlara etki edebileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Khairi vd., (2012), sportmenlik, sporda etik davranışlar üzerinde kişiliğin etkilerini incelediği araştırmada sporda etik davranışların kişilik özelliklerinden doğrudan etkilendiğini ve hedef yönelimi üzerinden dolaylı olarak etkilendiğini ortaya koymuştur. Dam ve vd (2019), saldırganlık davranışının yüksek nevrotiklik ve düşük uyumlulukla ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Diğer taraftan sporcuların mental iyi oluş durumlarına bakıldığında ise aylık gelir durumu çok iyi olan katılımcıların mental iyi oluş seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Tennant vd. (2007) araştırmalarında, gelir düzeyi yükseldikçe mental iyi oluşun yükseldiğini tespit etmişlerdir. Sosyo-ekonomik durum bireyin yaşantısında önemli bir role sahiptir. Sosyo-ekonomik durumun düşük olması bireyde stres ve kaygıya sebep olabilmekte ve bireyin yaşam kalitesini önemli ölçüde etkileyebilmektedir.

Araştırmamızın bir başka değişkeni olan spor dalı değerlendirildiğinde TSŞEÖ alt boyutlarından sadece “sözel şiddet” alt boyutunda anlamlılık tespit edilmiştir. Bu durumda “futbol, basketbol ve voleybol” puanları “hentbol” spor dalına göre daha yüksek bulunmuştur. Özellikle futbol, voleybol, basketbol ve hentbol gibi spor dallarının rekabetin yoğun olduğu ve popüler spor dallarıdır. Spor dalı hentbol olan katılımcıların fiziksel ve sözel şiddet puanlarının yüksek olması spor dalının sosyokültürel yapısının ve bireyde bıraktığı karakteristik özelliklerinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Katılımcıların mental iyi oluş puanlarında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Araştırmada katılımcıların mental iyi oluş düzeyleri ile fiziksel, sözel şiddet ve duygusal şiddet ilişkileri incelendiğinde ise anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Dolayısıyla, katılımcıların mental iyi oluş düzeyleri arttıkça fiziksel, sözel ve duygusal şiddet eğilimlerinin azaldığı görülmektedir. Araştırmaya ilişkin literatür incelendiğinde psikolojik sağlığın yaşam kalitesini etkilediği ve buna paralel olarak da mental iyi oluş olumlu yönde ilişkili olduğuna dair araştırmalar mevcuttur (Keyes, 2002; Keyes vd., 2010; Bedir, 2023).

Sonuç olarak; Araştırmamızda sporcuların mental iyi oluş seviyeleri yükseldikçe buna bağlı olarak fiziksel, sözel ve duygusal şiddet eğilimlerinin ise azaldığı ortaya koyulmuştur. Bu bağlamda sporcuların psikolojik süreçlerinin ve buna bağlı olarak sportmenlik davranışı açısından önemli rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda önerilerimiz; özellikle spora başlangıçtan itibaren sportmenlik davranışlarının bir alışkanlık olarak sporculara kazandırılmasıdır. Psikolojik problem ya da sportmenlik dışı eylemlerde bulunan sporculara spor psikologları ya da hekimler tarafından destek sağlanabilir. Diğer taraftan sporcuların şiddet eğilimleri bireysel açıdan psikolojik bakış açısıyla, toplumsal açıdan sosyolojik bir bakış açısı ile kapsamlı olarak araştırılabilir. Ayrıca sporcuların şiddet eğilimi davranışları nitel araştırmalar ile ele alınarak bu tür davranışların temelleri araştırılabilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 30.12.2022

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 2022/220-259

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tüm aşamalarında iki yazar da eşit katkıda bulunmuştur.

Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Acar, K., Mor H., Karakaş, F., Yılmaz, A. K., Arslanoglu, C.,s ve Mor A. (2022). Prosocial ve antisocial behaviors in Turkish female ve male football players. *Journal of Men's Health*, 18(2), 1-7. <https://doi.org/10.31083/jomh.2021.062>
- Acar, K., Mor, H., Karakaş, F., Baynaz, K., ve Mor, A. (2023). Takım ve bireysel sporcuların empatik eğilimleri ile prososyal-antisosyal davranışları arasındaki ilişki. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 28(2), 150-159. <https://doi.org/10.53434/gbesbd.1211102>
- Aslan, M., ve Uğraş, S. (2021). Rendency of violence in team sports athletes: a scale development study. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 156-167. <https://doi.org/10.33689/spormetre.811987>
- Bedir, D. (2023). Sporcularda bilişsel kontrol ve bilişsel esneklik becerilerinin mental iyi oluş üzerine etkisinin incelenmesi. *Research in Sport Education ve Sciences*, 25(1), 26-29. <https://doi.org/10.5152/JPESS.2023.22063>
- Bilge, F. (2006 Mayıs 15-16). *Ergenlerin öfkeyle baş etmelerine nasıl yardımcı olabiliriz?* Çocuk ve Ergene Yönelik Şiddetin Önlenmesi Sempozyumu. 15-16 Mayıs. Ankara, Türkiye
- Biricik, Y. S. (2023). Türkiye olimpiyat hazırlık merkezi (tohm) sporcularının tükenmişlik düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkide dayanıklılığın aracılık etkisi, *The Online Journal of Recreation ve Sports (TOJRAS)*, 12(2), 70-84. <https://doi.org/10.22282/tojras.1261258>
- Budak, S. (2003). *Psikoloji sözlüğü*. Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara

- Camadan, F., ve Yazıcı, H. (2017). Üniversite öğrencilerinde gözlenen saldırganlık eğilimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (2), 225-234.
- Codonhato, R., Vissoci, J. R. N., Nascimento Junior, J. R. A. D., Mizoguchi, M. V., ve Fiorese, L. (2018). Impact of resilience on stress ve recovery in athletes. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 24, 352-356.
- Dam, S., Tengeler, A., Wiesmann, M., Belzer, C., Franke, B., Kozicz, T., Arias-Vasques, A., ve Kiliaan, A. J. (2019). P.2.24 Brain ve behavioural changes in mice colonized with human ADHD gut microbiota. *European Neuropsychopharmacology*, 29(10), 671-672.
- Duda, J. L., Olson, L. K., ve Templin, T. J. (1991). The relationship of task ve ego orientation to sportsmanship attitudes ve the perceived legitimacy of injurious acts. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62(1), 79-87.
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., ve Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological ve social benefits of participation in sport for children ve adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition ve Physical Activity*, 10(1), 98-118. doi:10.1186/1479-5868-10-98
- Eisenberg, N., ve Fabes, R. A. (1998). *Prosocial development. Hvebook of child psychology*. Wiley ve Sons: New York:
- Florea, M. (2013). Media violence ve the cathartic effect. *Procedia-social ve Behavioral Sciences*, 92, 349- 353. doi: 10.1016/j.sbspro.2013.08.683
- Gill, D. L. (1992). Gender ve sport behavior. *Advances in sport psychology*. Human Kinetics Publishers.
- Görener, A., Öztürk, A., ve Yılmaz, O. (2017). Kocaeli üniversitesi spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin mental (psikolojik) iyi olma düzeylerinin mutluluk düzeylerine etkisi. *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1, 44-45.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel araştırma yönetimi*. Nobel Yayıncılık, Ankara.
- Keldal, G. (2015). Warwick-edinburgh mental iyi oluş ölçeği'nin türkçe formu: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 103-115.
- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health ve Social Behavior*, 43(2), 207-222.
- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health ve Social Behavior*, 43(2), 207-222.
- Keyes, C. L., Dhingra, S. S., ve Simoes, E. J. (2010). Change in level of positive mental health as a predictor of future risk of mental illness. *American Journal of Public Health*, 100(12), 2366-2371.
- Khairi, A., Assadi, H., Farahani, A., ve Goodarzi, M. (2012). The effect of type of sport, gender, personality ve goal orientation on sport ethics of student athletes. *World Journal of Sport Sciences*, 6(4), 372-381. doi:10.5829/idosi.wjss.2012.6.4.1151
- Küçük, H., ve Durmusoglu, M. V. (2022). Examining the organizational commitment of the trainers of the ministry of youth ve sports. *Journal of Educational Issues*, 8(1), 448-458. Doi: 10.5296/jei.v8i1.19769
- Lubans, D., Richards, J., Hillman, C., Faulkner, G., Beauchamp, M., Nilsson, M., et al. (2016). Physical activity for cognitive ve mental health in youth: A systematic review of mechanisms. *Pediatrics* 138(3), e20161642.
- Ryff, C. D., ve Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality ve Social Psychology*, 69(4), 719-727
- Tavşancıl, E. (2014). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., Hazar, Z., Türkeli, A., ve Cicioğlu, İ. (2018). Bireysel ve takım sporcularının karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 176-191
- Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J. ve Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): Development ve UK validation. *Health ve Quality of Life Outcomes*, 5(1), 50-63.
- Valkenborghs, S. R., Noetel, M., Hillman, C. H., Nilsson, M., Smith, J. J., Ortega, F. B., et al. (2019): The impact of physical activity on brain structure ve function in youth: A systematic review. *Pediatrics* 144(4), e20184032
- Vella, S. A., Cliff, D. P., Magee, C. A., ve Okely, A. D. (2015). Associations between sports participation ve psychological difficulties during childhood: A two-year follow up. *Journal of Science ve Medicine in Sport*, 18(3), 304-309. doi:10.1016/j.jsams.2014.05.006

World Health Organisation. (2004). *Promoting Mental Health; Concepts Emerging Evidence ve Practice* (Summary report). Geneva.

Yıldız, E., ve Erci, B. (2011). Anne baba tutumları ile adölesan saldırganlığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 1(3), 6-11.



Bu eser [Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.