

**Takım Sporu Yapan Sporcuların Şiddete Eğiliminin Antrenmana ve
Müsabakaya Yansıması**

Mehmet DERELİOĞLU¹, Faik ÖZ²

DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1679917>

ORIGINAL ARTICLE

¹Avrasya Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi,
Trabzon/Türkiye.

²Ondokuz Mayıs
Üniversitesi, Lisansüstü
Eğitim Enstitüsü,
Samsun/Türkiye.

Öz

Bu araştırmanın amacı takım sporlarıyla ilgilenen sporcularda şiddet eğilimlerinin antrenman ve müsabakaya yansımalarını bazı değişkenler göz önünde bulundurularak incelemektir. Araştırmada kullanılan anket formu cinsiyet, yaş, lisanslı sporcu olma durumu, hangi takım sporu sporcusu olduğu ve spor yılı gibi demografik sorulardan ve 2 adet ölçekten oluşmaktadır. Araştırmada kullanılan ölçeklerden ilki Takım Sporları Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği, diğeri ise Sporcuların Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz-Yansıtma Ölçeği' dir. Araştırmada, branş ve lisanslı sporcu olma durumuna göre katılımcıların sporcularda şiddet eğilimi ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları, antrenman ve müsabakaya ilişkin öz yansıtma ölçek toplam puanları ile alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Araştırma bulgularına göre; cinsiyete, sporcu yaşına ve spor yaşına göre katılımcıların sporcularda şiddet eğilimi ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Buna paralel olarak antrenman ve müsabakaya ilişkin öz yansıtma ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları arasında genel olarak istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Genel olarak araştırma sonuçları, ilgili değişkenlerin sporculardaki şiddet eğilimlerinin ilgili değişkenlere bağlı olarak değişebileceğini göstermektedir. Özellikle, sporcuların sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi, psikolojik destek programlarının artırılması ve spor kültüründe şiddeti teşvik eden unsurların ortadan kaldırılması gerekmektedir. Ayrıca şiddet eğilimlerinin cinsiyete göre değişkenlik göstermesi, kadın sporculara yönelik daha fazla araştırma ve destek programlarının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Şiddet Eğilimi, Takım Sporları, Sporcularda Öz-Yansıtma.

**The Reflection of Team Sports Athletes' Tendency to
Violence in Training and Competition**

Abstract

The aim of this study is to examine the tendencies toward violence among athletes engaged in team sports, as well as the reflections of these tendencies on training and competition, taking into account certain variables. The study includes demographic questions such as gender, age, whether the participant is a licensed athlete, the type of team sport practiced, and years of sports experience, in addition to two measurement scales. The first scale used in the research is the Violence Tendency Scale for Athletes Engaged in Team Sports, and the second is the Self-Reflection Scale on Training and Competition for Athletes. According to the findings of the study, a statistically significant difference was identified in the total and sub-dimension scores of both the violence tendency scale and the self-reflection scale based on the athletes' sports branch and their status as licensed athletes. On the other hand, no statistically significant differences were found in the total and sub-dimension scores of the same scales according to gender, age, and years of sports experience. Overall, the results indicate that athletes' tendencies toward violence may vary depending on these variables. In particular, it is essential to strengthen athletes' social support systems, expand access to psychological support programs, and eliminate elements within sports culture that promote violence. Furthermore, the findings suggest that differences in violence tendencies according to gender highlight the need for further research and support programs specifically addressing female athletes.

Keywords: Violence Tendency, Team Sports, Athlete Self-Reflection

Sorumlu Yazar:
Faik ÖZ
dr.ozfaik@gmail.com

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
19.04.2025

Kabul Tarihi:
10.06.2025

Online Yayın Tarihi:
28.06.2025

Giriş

Spor bireylerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönlerden gelişimlerine katkı sağlayan çok yönlü bir etkinliktir. Disiplin, öz denetim, azim ve iş birliği gibi değerlerin kazanılmasına olanak tanıyan spor, bireyin bedensel kapasitesini ve karakterini, ayrıca toplumsal ilişkilerini de şekillendiren bir araç işlevi görmektedir. Sporun sağladığı yapısal düzen, bireylerin stresle başa çıkma becerilerini geliştirdiği gibi sağlıklı yaşam tarzını benimsemelerini destekler ve sosyal etkileşim yoluyla aidiyet duygusunu pekiştirir (Öz vd., 2025). Literatürde spor, bireyin doğal çevresini insan çevresine dönüştürerek, yeteneklerini geliştirdiği; belirli kurallar çerçevesinde, sporcular aracılığıyla bireysel ya da takım halinde icra edilen, sosyalleştirici ve bütünleştirici bir etkinlik olarak tanımlanmaktadır (Koca, 2006). Sporcu ise, fiziksel performans göstermekle kalmaz; zihinsel dayanıklılık, disiplin, özveri ve sosyal beceriler açısından da gelişmeyi hedefleyen birey olarak ifade edilir. Düzenli antrenmanlar yoluyla bedensel kapasitelerini artıran sporcular, aynı zamanda öz denetim ve sabır gibi nitelikleri içselleştirerek toplumda olumlu rol modeller hâline gelmektedirler (Aydın vd., 2018). Sporculuk süreci, sadece rekabetle sınırlı kalmayıp aynı zamanda karakter gelişimi ve etik değerlerin kazanımı açısından da eğitici bir nitelik taşımaktadır. Bununla birlikte, sporun sahip olduğu tüm olumlu işlevlere rağmen, bazı durumlarda özellikle yüksek rekabet düzeyi, duygusal baskılar ve kazanma arzusu bireylerde olumsuz davranışların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir ve bu olumsuzlukların başında şiddet olgusu yer almaktadır.

Şiddet, bireylere ya da nesnelere yönelik olarak gerçekleştirilen, fiziksel ya da psikolojik zarar verme amacı taşıyan eylemler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Yener, 2023). Literatürde ise daha geniş bir çerçevede, bireylerin yoğun öfke, düşmanlık ve kontrolsüz duygularla gerçekleştirdiği saldırgan davranışlar olarak ele alınmaktadır (Budak, 2003). Şiddetin bireysel düzeyde en sık nedenleri arasında yetersizlik hissi, kontrolsüz öfke, stres ve toplumsal baskı yer alırken; toplumsal düzeyde ise şiddet, bireylerin yaşam standartlarını ve ruhsal sağlıklarını tehdit eden önemli bir sosyal problem olarak karşımıza çıkmaktadır (Yıldız, 2013). Şiddet, her yaş grubunu etkileyebilecek potansiyelde bir tehdit unsuru olduğu için, bu olgunun neden ve sonuçları yaş sınırlaması olmaksızın incelenmesi gerekmektedir (Çitil Canbay ve Çitil, 2022). Öte yandan, kazanma arzusunun ve mücadelenin hat safhada olduğu sporun içerisinde sözlü veya fiziksel şiddetin olması kaçınılmaz olsa da; sporun bireylere iyilik hissi vermesi, psikolojik olarak iyi hissettirmesi neticesinde sporun sporcuları şiddetten uzak tutması beklenmektedir.

Sporun bireyleri şiddetten uzaklaştırma, öfke kontrolü ve stres yönetimi gibi olumlu davranışlara yönlendirme kapasitesine sahip olduğu sıkça vurgulansa da bu potansiyel ancak doğru yönlendirme ve etik değerlerle desteklenen bir spor eğitimi ile mümkün olabilmektedir. Aksi hâlde,

özellikle yoğun rekabetin yaşandığı profesyonel spor ortamlarında sporcuların maruz kaldığı baskı, şiddet eğilimlerini artırabilir. Bu durum, yalnızca bireysel bir sorun olarak değil, aynı zamanda sporun toplumsal barış ve etkileşim işlevini zedeleyen bir tehdit olarak değerlendirilmelidir (Kılıç, 2019). Özellikle takım sporlarında karşılaşılan baskı ortamı, sporcuların psikolojik yükünü artırmakta ve bazı durumlarda agresif davranışların ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır. Nitekim saha içi ve dışında yaşanan stres, başarısızlık korkusu ve toplumsal beklentiler, sporcuların sportmenlik dışı davranışlar sergileme olasılığını artırabilmektedir (Duda vd., 1991; Florea, 2013). Son yıllarda takım sporlarının popülerliğinin artmasıyla birlikte, bu alanlarda performans baskısı da artmış ve özellikle genç sporcular üzerinde ciddi psikolojik etkiler gözlemlenmiştir (Pehlivan vd., 2024). Takım sporlarında sosyal etkileşim, aidiyet duygusu ve kolektif başarı motivasyonu gibi olumlu kazanımların yanı sıra, zaman zaman şiddet eğilimleri ve saldırganlık gibi olumsuz davranış kalıpları da ortaya çıkabilmektedir. Sporcuların, kazanma odaklı yaklaşımlar, toplumsal normlar ve antrenör baskısı gibi faktörlere bağlı olarak şiddet davranışları sergileyebildiği bilinmektedir. Bu durum, sporun özünde yer alan barışçıl ve birleştirici işleviyle çelişmektedir. Araştırmalar, bu eğilimlerin özellikle genç yaş grubundaki sporcuların psikolojik gelişimini olumsuz etkilediğini ve toplumsal değerlerin aşınmasına yol açtığını ortaya koymaktadır (Özen vd., 2013). Bu nedenle, takım sporlarında şiddet eğilimlerinin önlenmesine yönelik kapsamlı stratejilerin geliştirilmesi, sporun bireysel gelişimi destekleyen yapıcı yönünün korunması açısından büyük önem taşımaktadır.

Bu çalışma, takım sporlarıyla ilgilenen sporcularda şiddet eğilimlerinin antrenman ve müsabakaya yansımalarını incelemeyi amaçlamaktadır. Sistematiik bir araştırma çerçevesinde sporda şiddetle ilişkili kavramlar, nedenler ve sonuçlar analiz edilerek, özellikle takım sporları yapan bireylerin şiddete yönelik eğilimlerini belirlemeye yönelik bir değerlendirme yapılacaktır. Bu açıdan çalışma, spor psikolojisi ve spor eğitimi literatürüne katkı sunmayı hedeflemektedir.

Gereç ve Yöntem

Veri toplama aşamasına geçilmeden önce, gerekli etik onay 2025-99 karar numarasıyla Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu tarafından verilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Araştırmada, belirli bir konuya ya da örnekleme ilişkin mevcut durumu betimlemeyi amaçlayan tarama modeli tercih edilmiştir. Bu model, ele alınan değişkenlerin mevcut düzeylerini ortaya koymak ve genel eğilimler hakkında bilgi edinmek amacıyla kullanılır. Tarama türündeki

araştırmalar, daha derinlemesine çalışmalara zemin hazırlayabilecek nitelikte ön bilgi sağlaması açısından önemlidir (Karasar, 1999).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2024 yılında aktif olarak takım sporu yapan sporcular, örneklemi ise bu sporcular içerisinde tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilmiş 265 sporcu oluşturmaktadır. Örneklem hacmi için literatürde çeşitli pratik kuralları vardır. Bunlardan biri ölçek çalışmalarında örneklem hacmi her ölçek maddesinin minimum 5 katı olmalıdır (Tavşancıl, 2014) önerisi dikkate alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ve 2 adet ölçek kullanılmıştır. Kişisel bilgi form soruları cinsiyet, yaş, sporcu yaşı, branş ve spor düzeyi sorularından oluşmaktadır. Araştırmada kullanılan ölçeklerden biri Aslan ve Uğraş 2021 tarafından geliştirilmiş olan, “Takım Sporları Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği (TSYSŞEÖ)”dir. TSYSŞE Ölçeği 17 soru ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar, fiziksel şiddet eğilimi, sözel şiddet eğilimi ve duygusal şiddet eğilimi olarak isimlendirilmiştir. Ölçek maddelerine verilen cevaplar 5’li likert tipinde olup, “Asla doğru değil (1)”, “Nadiren doğru (2)”, “Ara sıra doğru (3)”, “Genellikle doğru (4)” ve “Tamamen doğru (5)” şeklinde değerlendirilmektedir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Takım Sporları Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi ölçeğinin fiziksel şiddet eğilimi alt boyutu 1., 2., 3., 4., 5., 6. ve 7. maddelerden, sözel şiddet eğilimi 8., 9., 10., 11., 12., ve 13. maddelerden, duygusal şiddet eğilimi alt boyutu 14., 15., 16., ve 17. maddelerden oluşmaktadır. Araştırmada kullanılan diğer ölçek ise Koçak ve Karakaya 2023 tarafından geliştirilmiş olan “Sporcuların Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz-Yansıtma Ölçeği (SAMIÖYÖ)”dir. SAMİÖY Ölçeği 22 soru ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar, deneyim, kendini test etme, kendini gözlemleme, strateji belirleme, bilişsel farkındalık olarak isimlendirilmiştir. Ölçek maddelerine verilen cevaplar 5’li likert tipinde olup, “Hiçbir zaman (1)”, “Nadiren (2)”, “Ara sıra (3)”, “Çoğu zaman (4)”, “Her zaman (5)” şeklinde değerlendirilmektedir. Sporcuların Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz-Yansıtma ölçeğinin deneyim alt boyutu 5., 6., 9., 10., 11., 12., ve 19. maddelerden, kendini test etme alt boyutu 16., 17., 18. ve 20. maddelerden, kendini gözlemleme alt boyutu 1., 2., 3. ve 4. maddelerden strateji belirleme alt boyutu 7., 13., 21. ve 22. maddelerden ve bilişsel farkındalık alt boyutu 8., 14. ve 15. maddelerden oluşmaktadır.

Verilerin Analizi

Araştırmaya katılan kişilerin ölçek maddelerine vermiş oldukları cevapların iç tutarlılığını kontrol etmek amacı ile güvenirlik katsayıları (Cronbach Alpha) hesaplanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1

Katılımcıların Ölçek Maddelerine Verdikleri Cevaplara Ait İç Tutarlılık Katsayıları

Ölçekler	İç Tutarlılık Katsayısı	Değerlendirme
Sporcularda Şiddet Eğilimi	0,904	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Fiziksel Şiddet Eğilimi	0,888	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Sözel Şiddet Eğilimi	0,890	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Duygusal Şiddet Eğilimi	0,799	Orta Düzeyde Güvenilir
Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma	0,957	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Denetim	0,924	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Kendini Test Etme	0,827	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Kendini Gözlemleme	0,809	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Strateji Belirleme	0,804	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Bilişsel Farkındalık	0,803	Yüksek Düzeyde Güvenilir

Araştırmada takım sporu yapan sporcularda şiddet eğilimi ölçeği ile sporda antrenman ve müsabakaya ilişkin öz yansıtma ölçek tüm maddelerine ve alt boyut maddelerine verilen cevapların iç tutarlılığı yüksek düzeyde güvenilir bulunmuştur. Bulgulardaki iç tutarlılık Bademci, (2019) araştırma bulguları ile örtüşmektedir. Duygusal şiddet eğilimi alt boyutunda ise iç tutarlılık katsayısı orta düzeyde güvenilir olduğu tespit edilmiştir.

Verilerin istatistiksel analizine başlamadan önce, normallik dağılımı varsayımı Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri kullanılarak değerlendirilmiştir ($p>0.05$). Elde edilen ölçek toplam puanlarının cinsiyet ve lisanslı sporcu olma durumuna göre farklılık gösterip göstermediği Bağımsız Örneklemeler için t-Testi (Student t testi) ile incelenmiştir. Yaş, spor yaşı ve spor branşı gibi değişkenlere göre anlamlı fark olup olmadığı ise Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve anlamlılık tespit edilen durumlarda Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi ile analiz edilmiştir. Ayrıca, takım sporu yapan sporcuların şiddet eğilimi düzeyleri ile antrenman ve müsabakaya yönelik öz-yansıtma düzeyleri arasındaki ilişki, Pearson Korelasyon Katsayısı kullanılarak ortaya konulmuştur. Tüm istatistiksel hesaplamalarda SPSS V22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırma bulguları, n(%), ortalama, standart sapma değerleri olarak verilmiş olup, bulgular $p<0,05$ düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etiği

Araştırmaya katılan takım sporcularına anket formu uygulanmadan önce, çalışmanın amacı açıklanmış ve katılım sürecinde dikkat edilmesi gereken noktalar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır. Veri toplama işlemi, 15 Şubat 2025 ile 15 Mart 2025 tarihleri arasında gerçekleştirilmiş olup, anketler hem çevrim içi olarak Google Forms aracılığıyla hem de basılı formlar yoluyla yüz yüze olacak şekilde, gönüllülük esasına dayalı olarak sporculara uygulanmıştır.

Bulgular

Mücadele sporu yapan ve araştırmaya gönüllü olarak katılan sporcuların demografik özelliklerine göre dağılımları Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2

Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Cinsiyet	n	%	Lisanslı Sporcu	n	%
Kadın	70	26,4	Evet	178	67,2
Erkek	195	73,6	Hayır	87	32,8
Toplam	265	100,0	Toplam	265	100,0

Spor Yaşı (yıl)	n	%	Yaş	n	%
0-1	24	9,1	18-19	40	15,1
2-3	54	20,4	20-21	32	12,1
4-5	75	28,3	22-23	84	31,7
6 ve üstü	112	42,3	24 ve üstü	109	41,1
Toplam	265	100,0	Toplam	265	100,0

Branş	n	%
Futbol	121	45,7
Basketbol	33	12,5
Ragbi	66	24,9
Hentbol	45	17,0
Toplam	265	100,0

Araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylerin %73.6’sı erkek sporculardan, %67.2’si lisanslı sporcu olan, %41.1’i 24 ve üstü yaşında, %42.3’ü 6 ve üstü spor yaşına sahip olan ve %45.7’si futbol sporu yapan sporculardan oluşmaktadır (Tablo2).

Tablo 3

Cinsiyet Durumuna Göre Sporcuların Şiddet Eğilimi ile Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporcularda Şiddet Eğilimi	Kadın	70	27,67	10,39	0,026
	Erkek	195	31,20	11,61	
Fiziksel Şiddet Eğilimi	Kadın	70	14,86	7,71	0,487
	Erkek	195	15,54	6,76	
Sözel Şiddet Eğilimi	Kadın	70	8,46	3,94	0,002
	Erkek	195	10,47	4,83	
Duygusal Şiddet Eğilimi	Kadın	70	4,36	1,10	0,005
	Erkek	195	5,19	2,39	
Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma	Kadın	70	92,63	13,71	0,406
	Erkek	195	90,79	16,49	

Denetim	Kadın	70	30,29	4,64	0,214
	Erkek	195	29,35	5,60	
Kendini Test Etme	Kadın	70	15,83	3,51	0,503
	Erkek	195	15,47	3,92	
Kendini Gözlemleme	Kadın	70	16,56	3,02	0,887
	Erkek	195	16,50	3,03	
Strateji Belirleme	Kadın	70	16,81	2,66	0,440
	Erkek	195	16,48	3,22	
Bilişsel Farkındalık	Kadın	70	13,14	1,97	0,651
	Erkek	195	12,99	2,57	

A

raştırmada, cinsiyete göre katılımcıların sporcularda şiddet eğilimi ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları ve antrenman ve müsabakaya ilişkin öz yansıtma ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları (sporcularda şiddet eğilimi toplam puan, sözel şiddet ve duygusal şiddet alt boyutları hariç) arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$; Tablo 3). Bulgulara göre, erkek katılımcıların sporcularda şiddet eğilimi toplam puanları ile sözel ve duygusal şiddet alt boyutları puanları kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4

Lisanslı Sporcu Olma Durumuna Göre Sporcuların Şiddet Eğilimi ile Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Lisanslı Sporcu	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporcularda Şiddet Eğilimi	Evet	178	29,74	10,75	0,227
	Hayır	87	31,36	12,58	
Fiziksel Şiddet Eğilimi	Evet	178	15,39	7,02	0,908
	Hayır	87	15,29	7,04	
Sözel Şiddet Eğilimi	Evet	178	9,60	4,39	0,091
	Hayır	87	10,63	5,20	
Duygusal Şiddet Eğilimi	Evet	178	4,75	1,78	0,014
	Hayır	87	5,44	2,72	
Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma	Evet	178	94,17	14,11	P<0,001
	Hayır	87	85,37	17,44	
Denetim	Evet	178	30,47	4,72	P<0,001
	Hayır	87	27,83	6,17	
Kendini Test Etme	Evet	178	16,26	3,48	0,001
	Hayır	87	14,14	4,08	
Kendini Gözlemleme	Evet	178	16,96	2,75	0,001
	Hayır	87	15,60	3,35	
Strateji Belirleme	Evet	178	17,04	2,73	P<0,001
	Hayır	87	15,61	3,53	
Bilişsel Farkındalık	Evet	178	13,44	2,10	P<0,001
	Hayır	195	12,99	2,57	

Araştırmada, lisanslı sporcu olma durumuna göre katılımcıların sporcularda şiddet eğilimi ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları ve antrenman ve müsabakaya ilişkin öz yansıtma ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları (sporcularda şiddet eğilimi toplam puan, sözel şiddet ve fiziksel şiddet alt boyutları hariç) arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p>0,05$; Tablo 4). Bulgulara göre, duygusal şiddet eğilimi alt boyutunda lisanslı sporcu olmayan katılımcıların puanları lisanslı sporcu olanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Fakat, antrenman ve müsabakaya ilişkin öz yansıtma ölçek toplam puanları ve tüm alt boyut toplam puanlarında lisanslı

sporcu olan katılımcıların puanları lisanslı sporcu olmayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5

Sporcu Yaşına Göre Sporcuların Şiddet Eğilimi ile Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Sporcu Yaşı	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporcularda Şiddet Eğilimi	0-1	24	30,58	16,41	0,612
	2-3	54	28,57	11,97	
	4-5	75	31,29	9,65	
	6 ve üstü	112	30,33	10,95	
Fiziksel Şiddet Eğilimi	0-1	24	14,67	7,94	0,844
	2-3	54	14,81	7,85	
	4-5	75	15,73	6,42	
	6 ve üstü	112	15,52	6,84	
Sözel Şiddet Eğilimi	0-1	24	10,63	6,27	0,068
	2-3	54	8,89	4,62	
	4-5	75	10,93	4,08	
	6 ve üstü	112	9,63	4,64	
Duygusal Şiddet Eğilimi	0-1	24	5,29	3,58	0,297
	2-3	54	4,87	2,33	
	4-5	75	4,63	2,01	
	6 ve üstü	112	5,19	1,71	
Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma	0-1	24	88,29	15,35	0,378
	2-3	54	91,09	18,00	
	4-5	75	93,76	13,39	
	6 ve üstü	112	90,35	16,25	
Denetim	0-1	24	28,83	4,99	0,436
	2-3	54	29,35	6,09	
	4-5	75	30,44	4,97	
	6 ve üstü	112	29,32	5,35	
Kendini Test Etme	0-1	24	15,42ab	3,31	0,024
	2-3	54	15,61ab	4,52	
	4-5	75	16,61a	2,69	
	6 ve üstü	112	14,88b	4,06	
Kendini Gözlemlleme	0-1	24	15,96	2,90	0,796
	2-3	54	16,57	3,22	
	4-5	75	16,67	2,45	
	6 ve üstü	112	16,50	3,30	
Strateji Belirleme	0-1	24	15,58	3,39	0,407
	2-3	54	16,72	3,48	
	4-5	75	16,53	2,60	
	6 ve üstü	112	16,73	3,11	
Bilişsel Farkındalık	0-1	24	12,50	2,40	0,200
	2-3	54	12,83	2,55	
	4-5	75	13,51	2,34	
	6 ve üstü	112	12,92	2,41	

Araştırmada, sporcu yaşına göre katılımcıların sporcularda şiddet eğilimi ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları ve antrenman ve müsabakaya ilişkin öz yansıtma ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları (kendini test etme alt boyutu hariç) arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$; Tablo 5). Bulgulara göre, 4-5 yaş kategorisinde sporcu yaşı olan katılımcıların alt boyut toplam puanları 6 ve üstü sporcu yaşı kategorisinde sporcu olan bireylere göre yüksek tespit edilmiştir.

Tablo 6

Yaşa Göre Sporcuların Şiddet Eğilimi ile Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Yaş	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporcularda Şiddet Eğilimi	18-19	40	26,48	9,11	0,110
	20-21	32	31,88	12,79	
	22-23	84	31,48	8,85	
	24 ve üstü	109	30,26	13,13	
Fiziksel Şiddet Eğilimi	18-19	40	13,93	6,59	0,119
	20-21	32	17,84	8,71	
	22-23	84	15,43	5,73	
	24 ve üstü	109	15,10	7,42	
Sözel Şiddet Eğilimi	18-19	40	8,03b	3,99	0,016
	20-21	32	9,56ab	5,13	
	22-23	84	10,87a	3,93	
	24 ve üstü	109	10,03a	5,15	
Duygusal Şiddet Eğilimi	18-19	40	4,53	1,60	0,186
	20-21	32	4,47	1,19	
	22-23	84	5,18	1,82	
	24 ve üstü	109	5,13	2,69	
Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma	18-19	40	93,20	15,57	0,209
	20-21	32	89,03	20,90	
	22-23	84	93,61	11,43	
	24 ve üstü	109	89,44	16,93	
Denetim	18-19	40	30,30	4,90	0,204
	20-21	32	28,69	6,79	
	22-23	84	30,37	3,89	
	24 ve üstü	109	29,02	5,98	
Kendini Test Etme	18-19	40	15,55	4,49	0,092
	20-21	32	15,72	3,96	
	22-23	84	16,33	2,61	
	24 ve üstü	109	14,94	4,20	
Kendini Gözlemleme	18-19	40	17,03	3,08	0,452
	20-21	32	16,16	3,98	
	22-23	84	16,71	2,14	
	24 ve üstü	109	16,28	3,25	
Strateji Belirleme	18-19	40	16,98	3,18	0,549
	20-21	32	16,22	4,36	
	22-23	84	16,80	1,93	
	24 ve üstü	109	16,35	3,32	
Bilişsel Farkındalık	18-19	40	13,35	2,08	0,092
	20-21	32	12,25	3,08	
	22-23	84	13,39	2,05	
	24 ve üstü	109	12,86	2,55	

Araştırmada, sporcuların yaşına göre katılımcıların sporcularda şiddet eğilimi ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları ve antrenman ve müsabakaya ilişkin öz yansıtma ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları (sözel şiddet eğilimi alt boyutu hariç) arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$; Tablo 6). Bulgulara göre, 22-23, 24 ve üstü yaş grubu sporcuların sözel şiddet eğilimi ölçek alt boyut toplam puanı 18-19 yaş grubu sporculara göre yüksek tespit edilmiştir.

Tablo 7

Branşa Göre Sporcuların Şiddet Eğilimi İle Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma Düzeyleri

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Branş	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporcularda Şiddet Eğilimi	Futbol	121	30,17ab	10,60	0,025
	Basketbol	33	34,55a	11,51	
	Ragbi	66	30,76ab	12,20	
	Hentbol	45	26,67b	11,30	
Fiziksel Şiddet Eğilimi	Futbol	121	14,91	6,24	0,064
	Basketbol	33	17,06	5,85	
	Ragbi	66	16,82	8,70	
	Hentbol	45	13,18	6,45	
Sözel Şiddet Eğilimi	Futbol	121	10,55a	4,41	P<0,001
	Basketbol	33	10,58a	4,18	
	Ragbi	66	9,39ab	5,20	
	Hentbol	45	8,60ba	4,76	
Duygusal Şiddet Eğilimi	Futbol	121	4,71a	1,89	0,028
	Basketbol	33	6,91b	2,87	
	Ragbi	66	4,55a	1,68	
	Hentbol	45	4,89a	2,17	
Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma	Futbol	121	89,20	17,92	0,147
	Basketbol	33	90,18	11,06	
	Ragbi	66	96,29	13,80	
	Hentbol	45	90,33	14,15	
Deneyim	Futbol	121	29,15ab	6,32	0,006
	Basketbol	33	28,85b	3,97	
	Ragbi	66	30,89a	4,39	
	Hentbol	45	29,47b	4,57	
Kendini Test Etme	Futbol	121	15,24ab	3,84	0,017
	Basketbol	33	15,12ab	2,36	
	Ragbi	66	16,95a	3,42	
	Hentbol	45	14,73b	4,64	
Kendini Gözlemleme	Futbol	121	15,95b	3,29	0,004
	Basketbol	33	16,58ab	2,11	
	Ragbi	66	17,41a	2,86	
	Hentbol	45	16,67ab	2,79	
Strateji Belirleme	Futbol	121	15,97	3,31	0,604
	Basketbol	33	16,73	1,99	
	Ragbi	66	17,65	2,63	
	Hentbol	45	16,49	3,35	
Bilişsel Farkındalık	Futbol	121	12,89	2,94	0,200
	Basketbol	33	12,91	1,49	
	Ragbi	66	13,38	2,00	
	Hentbol	45	12,98	1,98	

Araştırmada, branş durumuna göre katılımcıların sporcularda şiddet eğilimi ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları ve antrenman ve müsabakaya ilişkin öz yansıtma ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları (antrenman ve müsabakaya ilişkin öz yansıtma ölçek toplam puan strateji belirleme ve bilişsel farkındalık alt boyutları hariç) arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($P>0,05$; Tablo 7).

Tablo 8

Takım Sporcuların Şiddet Eğilimi İle Antrenman Ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma Düzeyleri Arası İlişki

		Korelasyonlar					
		AVMİÖY	Deneyim	KTE	KG	SB	BF
TSYSŞE	r-değeri	-,283**	-,305**	-,235**	-,157*	-,233**	-,311**
	p-değeri	0,000	0,000	0,000	0,010	0,000	0,000
FŞE	r-değeri	-,150*	-,177**	-0,115	-0,049	-0,115	-,197**
	p-değeri	0,015	0,004	0,062	0,426	0,062	0,001
SŞE	r-değeri	-,291**	-,291**	-,257**	-,176**	-,263**	-,295**
	p-değeri	0,000	0,000	0,000	0,004	0,000	0,000
DŞE	r-değeri	-,377**	-,402**	-,307**	-,288**	-,285**	-,363**
	p-değeri	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000

TSYSŞE: Takım Sporları Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği, FŞE: Fiziksel Şiddete Eğilimi, SŞE: Sözel Şiddete Eğilimi, DŞE: Duygusal Şiddete Eğilimi, AVMİÖY: Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma, KTE: Kendini Test Etme, KG: Kendini Gözlemleme, SB: Strateji Belirleme, BF: Bilişsel Farkındalık.

Araştırmada elde edilen korelasyon bulgularına göre, Takım Sporları Yapan Sporcularda Şiddet Eğilimi Ölçeği (TSYSŞE) ile Antrenman ve Müsabakaya İlişkin Öz Yansıtma Ölçeği (AVMİÖY) toplam puanı ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü ilişkiler bulunmuştur. Bu sonuçlar, sporcuların öz yansıtma düzeyleri arttıkça şiddet eğilimlerinin azaldığını göstermektedir.

TSYSŞE toplam puanı ile AVMİÖY toplam puanı ($r = -,283$; $p < 0,01$), deneyim ($r = -,305$; $p < 0,01$), kendini test etme ($r = -,235$; $p < 0,01$), kendini gözlemleme ($r = -,157$; $p < 0,05$), strateji belirleme ($r = -,233$; $p < 0,01$) ve bilişsel farkındalık ($r = -,311$; $p < 0,01$) arasında anlamlı negatif ilişkiler saptanmıştır. bu bulgular, özellikle bilişsel farkındalık ve deneyim boyutları yüksek olan bireylerde genel şiddet eğilimlerinin daha düşük düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır.

Fiziksel şiddete eğilim (FŞE) ile AVMİÖY toplam puanı ($r = -,150$; $p < 0,05$), deneyim ($r = -,177$; $p < 0,01$) ve bilişsel farkındalık ($r = -,197$; $p < 0,01$) arasında da istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişkiler tespit edilmiştir. bu durum, özellikle fiziksel şiddete yönelik eğilimlerin bilişsel ve deneyimsel faktörlerle azaldığını göstermektedir.

Sözel şiddete eğilim (SŞE) ile AVMİÖY toplam puanı ($r = -,291$; $p < 0,01$), deneyim ($r = -,291$; $p < 0,01$), kendini test etme ($r = -,257$; $p < 0,01$), kendini gözlemleme ($r = -,176$; $p < 0,01$), strateji belirleme ($r = -,263$; $p < 0,01$) ve bilişsel farkındalık ($r = -,295$; $p < 0,01$) alt boyutları arasında anlamlı negatif ilişkiler bulunmaktadır. bu sonuçlar, özellikle bilişsel süreçlerin güçlü olduğu bireylerin sözel şiddet davranışlarına daha az eğilimli olduklarını ortaya koymaktadır.

duygusal şiddete eğilim (DŞE) ile AVMİÖY toplam puanı ($r = -,377$; $p < 0,01$), deneyim ($r = -,402$; $p < 0,01$), kendini test etme ($r = -,307$; $p < 0,01$), kendini gözlemleme ($r = -,288$; $p < 0,01$), strateji belirleme ($r = -,285$; $p < 0,01$) ve bilişsel farkındalık ($r = -,363$; $p < 0,01$) alt boyutları arasında da güçlü

ve anlamlı negatif ilişkiler gözlemlenmiştir. duygusal şiddet eğilimi açısından en yüksek korelasyon değerlerinin bu boyutta ortaya çıkması, duygusal şiddetin öz yansıtma ile en yakın ilişkili boyut olduğunu düşündürmektedir.

Genel olarak, öz yansıtma becerileri gelişmiş olan sporcularda hem genel hem de alt boyutlara ilişkin şiddet eğilimlerinin düşük olduğu sonucuna ulaşılabilir. Özellikle deneyim ve bilişsel farkındalık değişkenleri, şiddet eğilimini azaltmada belirleyici faktörler olarak öne çıkmaktadır.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Bulgular, erkek sporcuların kadın sporculara kıyasla şiddet eğiliminde daha yüksek puanlar sergilediğini ve özellikle sözel ile duygusal şiddet alt boyutlarında belirgin farklar olduğunu göstermektedir. Bu durum, özellikle temaslı sporlarda erkek sporcuların daha yüksek düzeyde saldırganlık ve antisosyal davranışlar sergileme eğiliminde olduğunu öne süren önceki araştırmalarla tutarlıdır (Bovolon vd., 2024). Benzer şekilde, Karakaş ve Acar (2023) da erkek sporcuların şiddet eğiliminde kadınlara kıyasla daha yüksek puanlar aldığını bulmuştur. Tekkurşun Demir ve ark., (2018) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, mental iyi oluş düzeylerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Çalışmada erkek sporcuların, kadın sporculara kıyasla daha yüksek mental iyi oluş düzeyine sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulguların aksine; (Özer, 2013; Aydoğdu, 2013; Çelik, 2018) araştırmalarında cinsiyete değişkenine göre mental iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Sporun rekabetçi doğası, özellikle erkek sporcular arasında agresif davranış eğilimlerini tetikleyebilir; bu eğilimler spor branşına göre farklılık gösterirken, performansın korunması ve geliştirilmesi, sportif başarıya ulaşmada temel bir dinamik olarak kabul edilmektedir. (Dallam vd., 2024; Pehlivan vd., 2024). Ancak, şiddet eğilimi ile ruh sağlığı arasındaki ilişki göz önünde bulundurulduğunda, sporcuların hem saldırganlık hem de psikolojik iyi oluş açısından desteklenmesi gerektiği vurgulanmaktadır (Dallam vd., 2024). Öte yandan, kadın sporcuların da şiddete maruz kalabileceği, ancak toplumsal normlar ve damgalama nedeniyle bunu farklı şekillerde ifade edebilecekleri dikkate alınmalıdır (Bigard, 2024). Dolayısıyla, şiddet eğiliminde gözlemlenen cinsiyet farklarının, spor ortamındaki sosyal dinamikler ve kültürel faktörler bağlamında ele alınması gerekmektedir. Çalışma sonuçları, lisanslı ve lisanssız sporcular arasındaki şiddet eğilimi ve öz-yansıtma puanlarında önemli farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur. Bulgular, lisanssız sporcuların duygusal şiddet eğiliminde daha yüksek puanlar sergilediğini, buna karşın lisanslı sporcuların öz-yansıtma ölçümlerinde daha iyi puan aldığını göstermektedir. Bu durum, lisanslamanın duygusal düzenleme ve öz farkındalık ile ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Benzer şekilde, Mountjoy vd., (2024) ve Dallam vd., (2024) de resmi eğitim eksikliği ile artan saldırganlık seviyeleri arasında bir bağlantı olabileceğini öne

sürmüştür. Lisanssız sporcuların daha yüksek duygusal şiddet eğilimi sergilemesi, destek sistemlerindeki farklılıklar ve duygusal düzenleme stratejilerindeki eksikliklerle ilişkili olabilir. Öte yandan, lisanslı sporcuların öz-yansıtma ölçeklerinde daha yüksek puan alması, resmi spor eğitiminin öz farkındalık ve başa çıkma becerileri üzerinde olumlu bir etkisi olabileceğini göstermektedir (Dutta ve Jakhar, 2024; Zach vd., 2024). Daha yüksek öz-yansıtma düzeyi, duygusal düzenleme ile bağlantılı olabilir ve bu da sporcuların şiddet eğilimleri üzerindeki etkisini açıklayabilir. Bununla birlikte, lisanslı sporcuların daha iyi öz-düzenleme becerileri sergilemesine rağmen, sporlarda kişilerarası şiddetin yaygınlığı dikkat çeken bir olgu olmaya devam etmektedir. Eğitimli sporcuların bile şiddetin etkilerine karşı tamamen bağışık olmadığı ve bunun zihinsel sağlık ve performans üzerinde çeşitli sonuçlar doğurabileceği görülmektedir (Dallam vd., 2024; Parent vd., 2024).

Çalışma sonuçları, lisanslı ve lisanssız sporcular arasındaki öz-yansıtma seviyelerinin farklılaştığını göstermektedir. Lisanslı sporcular, öz-yansıtma ölçeğinde lisanssız sporculara kıyasla daha yüksek puan almıştır. Bu durum, lisanslama sürecinin bireylerin öz-yansıtma yetilerini etkileyebileceğini düşündürmektedir. Öz-yansıtma, bireyin kendi düşünce, duygu ve davranışlarını değerlendirme süreci olarak tanımlanır ve sporcuların duygusal düzenleme ile başa çıkma mekanizmalarında kritik bir rol oynayabilir (Karakaş ve Acar, 2023; Zach vd., 2024). Lisanslı sporcuların daha yüksek öz-yansıtma seviyelerine sahip olması, düzenli antrenmanlar, mentörlük desteği ve yapılandırılmış eğitim süreçlerine daha fazla maruz kalmalarıyla ilişkilendirilebilir. Spor eğitimi sürecinde bireylerin yalnızca fiziksel becerilerini değil, aynı zamanda psikolojik farkındalıklarını da geliştirmeleri beklenir. Lisanssız sporcuların öz-yansıtma düzeylerinin daha düşük olması ise bu tür yapılandırılmış mekanizmalara erişimlerinin sınırlı olmasından kaynaklanabilir (Dallam vd., 2024; Parent vd., 2024). Öz-yansıtmanın spordaki rolü, bireylerin performanslarını analiz etmelerinin yanı sıra duygusal düzenleme süreçlerine de katkı sağlamasıdır. Daha yüksek öz-yansıtma becerileri, bireyin stres, kaygı ve olumsuz duygularla başa çıkmasını kolaylaştırabilir. Lisanslı sporcuların öz-yansıtma puanlarının yüksek olması, onların bu tür duygusal zorluklarla daha iyi başa çıkabilme potansiyeline sahip olduğunu düşündürmektedir. Buna karşın, öz-yansıtması düşük bireyler, performanslarını değerlendirme ve geliştirme noktasında daha fazla zorlanabilir (Kerr, 2023; Bovolon vd., 2024).

Çalışma sonuçları, sporculardaki şiddet eğilimlerinin yaşa bağlı olarak değişebileceğini göstermektedir. Özellikle, 22-23 yaş ve 24 yaş ve üzeri sporcular, 18-19 yaş grubuna kıyasla daha yüksek sözlü şiddet eğilimi puanları sergilemiştir. Bu bulgu, yaşın spor bağlamında saldırgan davranışların ortaya çıkışında etkili olabileceğini düşündürmektedir. Şiddet eğiliminin yaşla birlikte artış göstermesi, bireyin spor kariyerindeki deneyimlerinin, karşılaştığı rekabetçi baskının ve stres

yönetimi stratejilerinin değişmesiyle ilişkili olabilir (Dallam vd., 2024; Bovolon vd., 2024). Acar ve ark. (2022), kadın ve erkek futbolcuların prososyal ve antisosyal davranışlarını karşılaştırdıkları araştırmalarında, cinsiyete bağlı olarak farklılık gösteren benzer bulgular elde etmişlerdir. Şiddet eğiliminin yaşla farklılaşması, uzun yıllar süren rekabetin ve yoğun antrenman süreçlerinin bireyler üzerindeki psikolojik etkilerine işaret etmektedir. Yaşça daha büyük sporcular, spor ortamlarında daha fazla stres ve baskıya maruz kalabilir ve bu durum, sözlü şiddet gibi saldırgan eğilimlerin ortaya çıkmasına neden olabilir. Bununla birlikte, bireysel başa çıkma mekanizmaları, sosyal destek sistemleri ve psikolojik dayanıklılık gibi faktörler, yaş ilerledikçe şiddet eğilimindeki bu artışın her bireyde aynı şekilde gözlemlenmemesine yol açabilir (Dallam vd., 2024; Parent vd., 2024). Sporculardaki şiddet eğilimlerinin ruh sağlığı ile bağlantılı olduğu da göz önünde bulundurulmalıdır. Kişilerarası şiddet deneyimi, anksiyete ve depresyon gibi psikolojik sorunlarla ilişkilendirilmektedir ve bu durum, sporcularda ruh sağlığı desteğine olan ihtiyacı ortaya koymaktadır. Yaşa bağlı olarak farklılaşan saldırgan eğilimler, sporcuların psikolojik dayanıklılığını ve başa çıkma stratejilerini nasıl geliştirdiğinin daha detaylı incelenmesini gerektirmektedir (Zach vd., 2024; Bovolon vd., 2024).

Çalışma sonuçları, sporcuların şiddet eğilimlerinin branş statüsüne bağlı olarak farklılaşabileceğini göstermektedir. Branş statüsü, sporcuların hem fiziksel hem de psikolojik düzeyde nasıl bir mücadele ortamına maruz kaldığını belirleyerek, saldırganlık ve şiddet eğilimlerinin şekillenmesinde önemli bir değişken olarak öne çıkmaktadır (Georgiev ve Vladova, 2022). Şiddet eğilimlerinin spor türüne bağlı olarak nasıl değiştiği konusu, özellikle dövüş sporları hakkındaki yaygın algılar göz önüne alındığında dikkate değerdir. Çalışmalar, dövüş sporlarının saldırganlık düzeylerini artırmadığını ve bu alandaki klişelerin sorgulanması gerektiğini öne sürmektedir (Deva Adithiya vd., 2022). Bu durum, şiddet eğiliminin yalnızca sporun fiziksel doğasıyla değil, bireyin deneyimleri, antrenman sürecinde aldığı eğitim ve psikolojik hazırlık düzeyiyle de bağlantılı olabileceğini göstermektedir. Öz-yansıma düzeyinin, sporcuların şiddet eğilimlerini nasıl yönettiğini anlamada kritik bir rol oynadığı görülmektedir. Sporcuların kendi duygularını ve tepkilerini değerlendirme kapasiteleri, saldırgan davranışların kontrol edilmesine ve yönetilmesine katkıda bulunabilir (Dallam vd., 2024). Bu bağlamda, öz-yansımanın artırılması, sporcuların rekabet ortamında daha sağlıklı başa çıkma stratejileri geliştirmelerini sağlayabilir.

Araştırma sonuçları, daha yüksek farkındalık seviyelerine sahip sporcuların daha düşük şiddet eğilimleri gösterdiğini ortaya koymaktadır. Şiddet eğilimleri ve farkındalık arasında zayıf bir negatif korelasyon bulunması, farkındalık uygulamalarının şiddet eğilimlerini azaltabileceğini düşündürmektedir. Özellikle, farkındalık ile duygusal şiddet eğilimleri (DŞE) arasındaki ilişki en belirgin şekilde ortaya çıkmaktadır (r -değeri = -0,377, $p < 0,000$). Bu, farkındalığın, duygusal şiddetle

başta çıkma yeteneğini artırabileceğini ve sporcuların duygusal düzenleme becerilerinin şiddet eğilimlerini azaltabileceğini gösteriyor (Karakaş ve Acar, 2023). Ayrıca, sözlü şiddet eğilimleri (SŞE) ile farkındalık arasında da önemli bir negatif ilişki bulunmuştur (r -değeri $=-0,291$, $p < 0,000$), bu da farkındalık uygulamalarının sözlü şiddet gibi davranışları engellemeye yardımcı olabileceğini işaret etmektedir (Dallam vd., 2024). Bununla birlikte, takım sporlarında şiddet eğilimlerinin karmaşık yapısı, sadece farkındalık uygulamalarıyla çözülmesi gerektiğini düşündürmemektedir. Farkındalık ile şiddet eğilimleri arasında görülen negatif ilişki, sporcuların duygusal düzenlemelerini ve öz-yansımalarını geliştirmeleriyle bağlantılı olsa da, sporların yerleşik rekabetçi doğası ve saldırganlık kültürü bu faydaların etkisini sınırlayabilir. Örneğin, anket sonuçlarına göre duygusal, fiziksel veya cinsel şiddete maruz kalma oranı %57,8 olarak bildirilmiş ve bu da spor ortamlarında şiddetin hala yaygın olduğunu göstermektedir (Dallam vd., 2024). Ayrıca, şiddet eğilimlerinin cinsiyete göre değişkenlik gösterdiği ve kadın sporcuların daha fazla şiddet bildirdiği, bu konuda daha fazla odaklanılması gerektiğini ortaya koymaktadır (Çavrag, 2019). Öte yandan, Görener vd., (2017), araştırmasında cinsiyet değişkenine göre mental iyi oluş düzeyinde anlamlı farklılık olmadığını ortaya koymuşlardır. Sonuç olarak, farkındalık uygulamaları, sporcuların şiddetle başa çıkma becerilerini geliştirebilir ve şiddet eğilimlerini azaltabilir, ancak bu durum spor ortamlarında daha büyük yapısal değişiklikler ve sistematik önlemlerle desteklenmelidir. Bu bağlamda, farkındalık ve psikolojik destek programlarının yanı sıra, takım sporlarının kültürel ve yapısal dönüşümü şiddet eğilimlerini azaltmada kilit rol oynayabilir.

Çalışma sonuçları, erkek sporcuların şiddet eğilimlerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğunu ve özellikle sözel ile duygusal şiddet alt boyutlarında belirgin farklar olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, sporcuların duygusal düzenleme ve öz farkındalık becerilerini geliştirmelerine yardımcı olabilecek farkındalık uygulamalarının önemini vurgulamaktadır. Ayrıca, lisanslı sporcuların daha yüksek öz-yansıtma düzeylerine sahip olması, spor eğitiminin psikolojik farkındalık ve başa çıkma becerileri üzerindeki olumlu etkilerini göstermektedir.

Öneriler

Farkındalık ve öz-yansıtma gibi psikolojik beceriler, sporcuların şiddetle başa çıkma yeteneklerini geliştirebilirken, spor ortamlarında daha büyük yapısal değişiklikler ve sistematik önlemlerle desteklenmelidir. Özellikle, sporcuların sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi, psikolojik destek programlarının artırılması ve spor kültüründe şiddeti teşvik eden unsurların ortadan kaldırılması gerekmektedir. Ayrıca, şiddet eğilimlerinin cinsiyete göre değişkenlik göstermesi, kadın sporculara yönelik daha fazla araştırma ve destek programlarının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Farkındalık programlarının daha yaygın bir şekilde uygulanması sporcuların duygusal düzenleme ve şiddet eğilimlerini azaltabilmesi amacıyla önemlidir. Bu programlar sporcuların öz-yansıtma becerilerini artırarak duygusal ve sözel şiddet gibi olumsuz davranışları engellemeye yardımcı olabilir. Lisanslı ve lisanssız sporcular arasındaki farklar göz önünde bulundurularak tüm sporcular için duygusal düzenleme, öz-yansıtma ve stres yönetimi becerilerini geliştirmeye yönelik eğitimlerin artırılması gerektiği vurgulanmaktadır. Sporcuların şiddetle başa çıkabilme becerilerini artırabilmek için sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi de önemlidir. Mentörlük ve psikolojik danışmanlık hizmetlerinin sporcuların duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılayabilmesi için daha erişilebilir hale getirilmesi gerekmektedir. Takım sporlarında şiddet eğilimlerinin önlenmesi için spor kültüründe saldırganlık ve şiddeti teşvik eden unsurların ortadan kaldırılması, spor ortamlarında şiddeti engellemeye yönelik politikaların geliştirilmesi ve sporcularda empati, saygı gibi değerlerin teşvik edilmesi gerekmektedir. Kadın sporcuların şiddete maruz kalabileceği gerçeği dikkate alınarak, cinsiyet temelli şiddetle mücadele ve kadın sporculara yönelik özel farkındalık programları geliştirilmesi gerektiği, bu sayede hem erkek hem de kadın sporcular arasında şiddet eğilimlerinin daha iyi yönetilmesine yardımcı olabilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 31.012025

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 2025-99

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., & 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>
- Aslan, M., & Uğraş, S. (2021). Tendency 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>
- Aydın, E., Birol, S. Ş., & Temel, V. (2018). The determining of psychological well-being levels of athletes playing in university teams [Üniversite takımlarında oynayan sporcuların psikolojik iyi oluş düzeylerinin belirlenmesi]. *Journal of Human Sciences*, 15(3), 1541–1550. <https://doi.org/10.14687/jhs.v15i3.5422>
- Aydoğdu T, (2013). *Bağlanma stilleri, başa çıkma stratejileri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.

- Bademci, V. (2019). Geçerlik: Nedir? Ne değildir? *JRES*, 6(2), 373-385.
- Bigard, X. (2024). Le harcèlement et les violences dans le sport: quelles stratégies de prévention?. *Bulletin de l'Académie Nationale de Médecine*, 208(3), 298-304.
- Bovolon, L., Mallia, L., De Maria, A., Bertollo, M., & Berchicci, M. (2024). Modulatory role of sport factors on amateur and competitive athletes' aggressive and antisocial behaviors. *Heliyon*, 10(1), e24356. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e24356>
- Budak, S. (2003). *Psikoloji sözlüğü*. Bilim ve Sanat Yayınları.
- Čavrag, S. (2019). *Izloženost sportaša seksualnom nasilju* (Doctoral dissertation, University of Zagreb, Faculty of Croatian Studies, Division of Sociology). <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:111:451707>
- Çelik, O. B. (2018). *Elit sporcuların ve sedanter bireylerin psikolojik dayanıklılık profilleri*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çitil, F. C., & Çitil, E. T. (2022). Türkiye'de kadına yönelik şiddet konusunda yapılan lisansüstü tezlerdeki genel eğilimlerin belirlenmesi: Nitel bir doküman analizi. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(1), 167-182.
- Dallam, S. J., Ortiz, A. J., Timon, C. E., Kang, J. S., & Hamilton, M. A. (2024). Interpersonal violence in elite US Athletes: Prevalence and mental health correlates. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 33(9), 1135-1153.
- Deva Adithiya, L. M. D., Buddhini, D. G. H., & Hettiarachchi, A. (2022). Comparison of the aggression levels between national level combat sports athletes and national level noncombat sports athletes. *International Journal of KIU*, 3(2), 64-71. <https://doi.org/10.37966/ijkiu2022032025>
- Duda, J. L., Olson, L. K., & Templin, T. J. (1991). The relationship of task and ego orientation to sportsmanship attitudes and the perceived legitimacy of injurious acts. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62(1), 79-87. <https://doi.org/10.1080/02701367.1991.10607522>
- Dutta, A., & Jakhar, G. (2024). A comparative study on aggression and performance anxiety in physical and non-physical sports in India. *International Journal for Multidisciplinary Research*, 6(3). <https://doi.org/10.36948/ijfmr.2024.v06i03.21168>
- Florea, M. (2013). Media violence and the cathartic effect. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 92, 349-353. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.08.683>
- Georgiev, M., & Vladova, I. (2022). Validation of a test for the study of violence among athletes. *Journal of Applied Sports Sciences*, 1, 89-98. <https://doi.org/10.37393/JASS.2022.01.8>
- Görener, A., Öztürk, A., & 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.
- Karakaş, F., & Acar, K. (2023). Takım sporcularının mental iyi oluş düzeyleri ile şiddet eğilimleri arasındaki ilişki. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*. 6(1-Cumhuriyet'in 100. Yılı Özel Sayısı), 617-629. <https://doi.org/10.38021/asbid.1362641>
- Karasar, N. (1999). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel Yayıncılık.
- Kerr, J. H. (2023). Counselling athletes with poor anger-based aggression and violence management skills. *Sport & Exercise Psychology Review*, 18(1), 67-75. <https://doi.org/10.53841/bpssepr.2023.18.1.67>
- Kılıç, M. (2019). Sosyolojik açıdan sporda şiddet olgusu: Bütüncül bir bakış. *Muhakeme Dergisi*, 2(1), 83-98.
- Koca, C. (2006). Beden eğitimi ve spor alanında toplumsal cinsiyet ilişkileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 81-99.
- Koçak, İ., & Karakaya, İ. (2023). Sporcuların antrenman ve müsabakaya ilişkin öz-yansıtma ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 28(3), 215-225.
- Mountjoy, M., Adriaens, K., Junge, A., Verhelle, H., Laureys, F., Kirby, S., ... & Vertommen, T. (2024). Association of self-reported health problems and interpersonal violence in sport: a cross-sectional study in world-level performing athletes. *British Journal of Sports Medicine*, 58(22), 1360-1368.
- Öz, F., Donmez, K. H., & Ercan, Ö. (2025). The relationship between stress coping and aggression levels of faculty of sports sciences students. *International Journal of Sport Culture and Science*, 13(1), 38-55.
- Özen, Ü., Eygü, H., & Kabakuş, A. K. (2013). Üniversite öğrencilerinin sporda şiddet ve saldırganlık algıları. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 4(7), 323-342.

- Özer E, (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zeka ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya.
- Parent, S., Radziszewski, S., Gillard, A., Bélanger-Gravel, A., Gagné, M., St-Pierre, E., Vertommen, T., & Woodburn, A. (2024). Development and initial validation of the perceived instrumental effects of violence in sport scale. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, Article 1355958. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1355958>
- Pehlivan, M., Canli, U., Şendil, A. M., & Doğan, Z. (2024). Voleybol ve basketbol oyuncularında motor yeterlik ve dikkat performansı: Bir karşılaştırma araştırması. *OZ Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 26-38. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14930674>
- Tavşancıl, E. (2014). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. 5. basım. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd.Şti.;p.29, 33, 50-1.
- Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., Hazar, Z., Türkeli, A., & 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
- Yener, Ş. (2023). Şiddet, şiddet türleri ve okulda öğretmene yönelen şiddet. *İçtimaiyat*, 7(1), 278-294.
- Yıldız, A. (2013). Türkiye’de öğretmenlik mesleğinin dönüşümü: İdealist öğretmenden sınava hazırlayıcı teknisyen öğretmene. *Eleştirel Pedagoji Dergisi*, 5(27), 43-50.
- Zach, S., Guy, S., Ben-Yechezkel, R., & Grosman-Rimon, L. (2024). Clear yet crossed: athletes’ retrospective reports of coach violence. *Behavioral Sciences*, 14(6), 486.



This paper by Mediterranean Journal of Sport Science is licensed under [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)