



COVID 19 SÜRECİNDE FUTBOLA DÖNÜŞ ÖNCESİ FUTBOLCULARIN DURUMLUK KAYGI DÜZEYLERİ İLE PSİKOLOJİK PERFORMANSLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ BELİRLENMESİ: ISPARTA ÖRNEĞİ

^{1*}Abdullah Arısoy, ¹Osman Pepe, ²Barış Karaoğlu
¹Spor Bilimleri Fakültesi, Süleyman Demirel Üniversitesi, ISPARTA
²Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Bingöl Üniversitesi, BİNGÖL
*Sorumlu Yazar: abduharisoy@hotmail.com

ÖZET: Bu çalışmanın amacı, COVID19 sürecinde futbola dönüş öncesi futbolcuların durumluk kaygı düzeyleri ile psikolojik performansları arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Araştırmaya Isparta ilinde yerel amatör ligde futbolculuk hayatına devam eden 220 faal futbolcudan basit tesadüfî yöntemle seçilmiş 104 futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada, veri toplama aracı olarak; kişisel bilgi formu, Spielberger ve ark (1964) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması Öner ve Le Compte (1983) tarafından yapılan durumluk kaygı ölçeği ve Loehr J.E. (1982) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Erman ve ark (2002) tarafından yapılan psikolojik performans ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde IBM SPSS istatistik paket programı kullanılmıştır. Öğretmenlerin ölçeklerden aldıkları puanların aritmetik ortalama ve standart sapma $X \pm Sd$ olarak sunulmuştur. Ölçeklerden elde edilen puanların arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi (r) uygulanmıştır.

Sonuç olarak; amatör futbolcuların durumluk kaygı düzeyleri ile psikolojik performans düzeyleri arasında düşük düzeyde pozitif ilişki tespit edilmiştir. Bu durumun, amatör futbolcuların özellikle pandemi süreci başlayınca kadar gerek sezon öncesi hazırlık kamplarında gerekse ligin devam ettiği süreçte elde ettikleri fiziksel ve psikolojik performans düzeylerini kaybetmeleri ve pandemi sürecinin bu son döneminde tekrar başlayacak olan müsabakalar için yeterli düzeyde antrenman ve çalışma imkânı bulamamalarından, istenilen performansları gösterememe kaygıları içerisinde olabileceklerini düşünmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVİT 19, Futbol, Kaygı, Psikolojik Performans

DETERMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN THE SITUITY ANXIETY LEVEL LEVELS AND PSYCHOLOGICAL PERFORMANCES OF THE FOOTBALL PLAYERS BEFORE THE RETURN TO FOOTBALL IN THE COVID 19 PROCESS: EXAMPLE OF ISPARTA

ABSTRACT: The aim of this study is to determine the relationship between the state anxiety levels and psychological performances of football players before returning to football in the COVID19 process. 104 football players who were selected by 220 active players who continue their football life in the local amateur league in Isparta province, participated in the study voluntarily. In the study, as a data collection tool; The personal information form was developed by Spielberger et al. (1964), the Turkish anxiety scale by Oner and Le Compte (1983) and Loehr J.E. (1982), psychological performance scale made by Turkish adaptation Erman et al. (2002) was used. IBM SPSS statistical software package was used in data analysis. The arithmetic mean and standard deviation of the scores of the teachers on the scales are presented as $X \pm Sd$. Pearson momentum correlation analysis (r) was applied to reveal the relationship between the scores obtained from the scales.

As a result; a low scale positive correlation was found between the state anxiety levels and psychological performance levels of amateur footballers. This situation concerns the amateur footballers, especially until the pandemic process begins, that they have lost their physical and psychological performance levels in pre-season preparation camps and during the period in which the league continues, and that they cannot find the desired performances for the competitions that will start again in this last period of the pandemic process. It is thought that they were caused by thinking they might be in it.

Keywords: COVID 19, Football, Anxiety, Psychological performance

GİRİŞ

Futbol, tüm dünyada gerek futbolcu olarak gerekse seyirci olarak etki alanını artırmakta, artan ilgiyle birlikte de takımlar ve ülkeler arasında bir rekabet ortamı oluşmuş ve gelişen spor biliminin yardım ile de futbolda performans artmıştır. Performans, bireyin bir görevi yerine icra ederken sahip olduğu yetenek ve kapasitesini, anlamlı, başarılı bir şekilde uygulamasıdır (Başer, 1996). Sportif performans ise, bir atletik görevin yerine getirilmesinde, başarı sağlamaya yönelik çabaların tümü olarak tanımlanmaktadır (Bayraktar ve Kurtoğlu, 2004). Günümüzde sportif performans etkileyen birçok faktörden bahsedilmektedir. Bu faktörler çevresel ve içsel faktörler olarak değerlendirilmektedir. Sporcuların içsel faktörlerden birisi psikolojik faktörlerdir. Sporcuların fiziksel ve ruhsal güçlerini, teknik ve taktik kapasitelerini fiziksel ve psikolojik yüklenmelere karşı en iyi duruma getirilmeye yönelik bir eğitim süreci olarak (Türkay ve Gökbel, 2020) yaptıkları antrenmanlar, yarışma/müsabakalara psikolojik olarak hazırlıkları, sporda başarı için en önemli faktörlerden birisidir. Sporcuların sergileyecekleri performansları, içinde buldukları psikolojik durumları ve maruz kaldıkları kaygı seviyeleri ile ilişkilidir (Karabulut ve ark, 2010).

Kaygı, bireyi genel olarak kötü şeyler olabileceği hissiyle ortaya çıkan ve sebepleri belli olmayan gerginlik hissi (Öncül, 2000) olarak tanımlandığının yanı sıra, dış dünya kaynaklı bir tehlike olasılığı veya bireyin kendinin tehlikeli olduğu zannedilen bir durum karşılık yaşadığı duygudur (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003). Spielberger (1972)'e göre kaygı; stres oluşturan durumların üzüntü, algılama ve gerginlik gibi hoş olmayan duygusal ve gözlenebilir tepkiler olarak tanımlanmıştır.

Müsabaka hakkında yapılan değerlendirmelerde, sporcunun müsabaka öncesi ve müsabaka esnasındaki duygusu, düşüncesi, bedensel duyuları, çevresinde olup bitenler ve sporcunun tüm bu olanlara verdiği anlamlar sıklıkla dışarıda bırakılmaktadır. Performansı etkileyen psikolojik faktörler ise, motivasyon, kaygı, özgüven, kişilik, dikkat, konsantrasyon, atılganlık, kararlılık, ısrarlılık, otokontrol gibi özelliklerden oluşmaktadır (Wittig Arno, 1984). Sporcunun kişilik özellikleri, kişisel hedefleri, özgüveni, motivasyon seviyesi ve stresle başa çıkma özellikleri, hissettiği kaygı, dikkati, konsantrasyon seviyesi, atılganlığı, kararlılığı, otokontrol performansını etkileyen psikolojik faktörlerdir. Yapılan çalışmalarda, aşırı gerginlik, yetersiz konsantrasyon, motivasyon yetersizliği, olumsuz düşünceler, özgüven ve stresle başa çıkmadaki yetersizlik gibi nedenler performansını olumsuz yönde etkilemektedir (Ekstrand, Karlsson ve Hodson, 2003).

COVID-19 salgınının sürecinde yaşanan kaygı ve stres göz önüne alındığında, futbolcuların kaygı ve dolayısıyla da performans düzeyleri de olumsuz yönde etkileyebilecektir. Özellikle antrenörler için futbolcularının kaygı düzeylerini bilmeleri çok önemlidir. Bu nedenle Covid 19 pandemisinin etkileri sürerken liglerin başlatılması sürecinde futbolcuların kaygı düzeyleri ve psikolojik performanslarının nasıl etkilendiği ve ne düzeyde olduğu sorusunu da akla getirmektedir. Yapılan bu çalışmada da; COVID-19 sürecinde futbola dönüş öncesi futbolcuların durumluk kaygı düzeyleri ile psikolojik performansları arasındaki ilişki belirlenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırmada, mevcut durumu ortaya koymak için betimsel ile iki ve daha fazla sayıdaki değişkenlerin aralarında ya da birlikte değişimi ve/veya derecesini belirlemek amacıyla ilişkisel tarama yöntemleri kullanılmıştır. (Karasar, 2004).

Gönüllü Gruplarının Oluşturulması

Araştırmaya Isparta ilinde yerel amatör ligde futbolculuk hayatına devam eden 220 faal futbolcudan basit tesadüfî yöntem (Çingı, 1994) ile seçilmiş 104 futbolcu gönüllü olarak katılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak; kişisel bilgi formu, durumluk kaygı ölçeği ve psikolojik performans ölçeği kullanılmıştır.

Kişisel bilgi formu

Çalışmaya katılan amatör futbolcuların yaş, eğitim durumu, spor yaşı, kazandığı ücret, takımının ligdeki durumu, pandemi döneminde ücret alma durumu ve Pandemi döneminde müsabakaların başlatılması ile alakalı düşünce durumlarını bilgilerini elde etmek amacıyla 7 soru içermektedir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

	Değişkenler	N	%
Yaş	18-21 yaş	39	37.5
	22-25 yaş	36	34.6
	26 yaş ve üzeri	29	27.9
Eğitim	Orta Öğretim	21	20.2
	Ön Lisans	18	17.3
	Lisans	65	62.5
Spor Yaşı	1-7 yıl	34	32.7
	8-14 yıl	48	46.2
	15 yıl ve üzeri	22	21.2
Ücret	Ücret Almıyorum	16	15.4
	1-500	25	24.0
	501-1500	46	44.2
	1501 ve üzeri	17	16.3
Takım Ligindeki Sıralaması	Üst Sıralar	44	42.3
	Orta	44	42.3
	Düşme	16	15.4
Pandemi Döneminde Ücret Alabildi mi?	Evet	4	3.8
	Kısmen	16	15.4
	Hayır	84	80.8
Pandemide Maçlar Başlatılmalı mı?	Evet	7	6.7
	Hayır	97	93.3

Tablo 1 incelendiğinde, çalışmaya katılan futbolcuların, yaş gruplarına göre % 37,5'inin 18-21 yaş, %34,6'sının 22-25 yaş ve %27,9'unun 26 yaş ve üzeri olduğu, eğitim durumlarına göre % 20.2'nin orta öğretim, % 17.3'nün ön lisans, % 62.5'inin lisans mezunu olduğu, spor yaşına göre % 32.7'si 1-7 yıl , % 46.2'si 8-14 yıl , % 21.2'si 15 yıl ve üzeri olduğu, kazandıkları ortalama ücrete göre % 15.4'ü ücret almıyor, % 24.0'ı 1-500, % 44,2'si 501-1500, % 16,3'ü 1501 ve üzeri olduğu, takımın ligdeki sıralamasına göre bakıldığında % 42.3'ü üst sıralarda, % 42.3'ü orta sıralarda, % 15.4 düşme tehlikesinde, pandemi sürecinde ücret alabilmelerine göre bakıldığında, % 3.8'i evet, % 15.4'ü kısmen, % 80.8' hayır, pandemi sürecinde maçlar evet başlatılmalı % 6.7, hayır başlatılmamalı % 93.3 olduğu tespit edilmiştir.

Spielberg Durumluk Kaygı Ölçeği

Spielberger ve ark (1964)'nın geliştirdikleri ve Öner ve Le Compte (1983) ün Türkçeye uyarladığı kendini değerlendirme türünde olan ölçek, 40 madde ve bu maddelere ait 4'lü Likert tipindedir. Ölçek, anda hissedilenleri belirlemek amacıyla oluşturulan 20 maddelik "durumluk kaygı formu" ve son yedi gündür hissedilenleri belirlemek amacıyla oluşturulan yine 20 maddelik "sürekli kaygı formu" olmak üzere iki kısımdan oluşmaktadır. Ölçeğin Alpha güvenilirliğinin. 83 ile. 87 arasında, test-tekrar test güvenilirliğinin. 71 ile .86 arasında ve madde güvenilirliğinin .34 ile .72 arasında değiştiği bildirilmektedir (Öner ve Le Compte 1998). Bu çalışmada ölçeğe ait durumluk kaygı bölümü kullanılmıştır.

Psikolojik Performans Ölçeği

Ölçek, Loehr J.E. (1982) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye çevrilmesi, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Erman ve ark (2002) tarafından yapılmıştır. Sporcuların; özgüven, olumsuz enerji, dikkat kontrolü, görselleştirme ve imgeleme kontrolü, motivasyon seviyesi, olumlu enerji ve tutum kontrolü alanlarını içeren, psikolojik becerilerin seviyesini ölçmeyi amaçlayan toplam 42 sorudan oluşan 7 alt boyut bulunmaktadır. Her bir altbaşlıktan alınan 6-19 arası puan "özel dikkat", 20-25 arası puan "geliştirilmesinin gerekliliğini" ve 26-30 arası puan ise "çok iyi beceri" olarak ifade edilir. Yani puanlar artıka performans düzeyi yükselmektedir (Loehr, 1982). Araştırmadaki ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı. 87 olarak bulunmuştur. Alt boyutlar için iç tutarlılık katsayısı, özgüven. 62, olumsuz enerji. 47, dikkat kontrolü. 61, görselleştirme ve imgeleme kontrolü .55, motivasyon seviyesi .59, olumlu enerji .55 ve tutum kontrolü .60 olarak bulunmuştur (Erman ve ark, 2002).

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin normallik durumlarının incelenmesinde Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmıştır. Yapılan istatistiksel işlemlere göre çarpıklık ve basıklık dağılımları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların ölçek puanlarının çarpıklık-basıklık ve kolmogrov smirnov testi anlamlılık düzeyi sonuçları

Ölçekler	N	Çarpıklık	Basıklık	Kolmogorov-smirnow
Durumluk kaygı	104	-,083	-,237	.200
Özgüven	104	-0,87	0,33	.000
Olumsuz enerji	104	0,34	-0,74	.000
Dikkat kontrolü	104	-0,10	-0,58	.017
Görselleştirme ve imgeleme kontrolü	104	-0,11	-0,32	.002
Motivasyon seviyesi	104	0,13	-0,90	.000
Olumlu enerji	104	0,10	-0,28	.000
Tutum kontrolü	104	-0,30	-0,18	.000
Psikolojik performans toplam	104	-,070	-1,015	.000

Kolmogorov-Smirnov testi sonuçlarına bakıldığında, katılımcıların durumluk kaygı düzeylerine ait puanın dağılımının ($p>0,05$) olduğu ve normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Psikolojik performans ölçeği alt başlıkları ve toplam puanlarının normallikten sapmalarının anlamlı düzeylerde ($p<0,05$) olduğu tespit edilmiştir (Tablo. 2). Literatürde, George ve Mallery (2016:112) çarpıklık ve basıklık değerlerinin ideal olarak ± 1 arasındaki değerlerin de kabul edilebilir olduğu açıklarlarken, Demir ve ark. (2016), ise bu değerlerin ± 2 aralığında olması normallik açısından uygun bir durum olarak açıklamıştır.

Bu bilgiler doğrultusunda, parametrik istatistik analiz testlerinin kullanılmıştır. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların aritmetik ortalama ve standart sapma $X \pm Sd$ olarak sunulmuştur. Ölçeklerden elde edilen puanların arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi (r) uygulanmıştır.

BULGULAR**Tablo 3.** Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların betimsel istatistiği

Ölçekler	N	Min	Max	$\bar{x} \pm Sd$
Durumluk kaygı toplam	104	53,00	80,00	68.30 ± 0.57
Özgüven	104	18,00	28,00	24.39 ± 0.25
Olumsuz enerji	104	13,00	27,00	18.97 ± 0.39
Dikkat kontrolü	104	13,00	27,00	20.56 ± 0.39
Görselleştirme ve imgeleme kontrolü	104	17,00	30,00	23.14 ± 0.29
Motivasyon seviyesi	104	17,00	28,00	22.44 ± 0.29
Olumlu enerji	104	18,00	28,00	22.87 ± 0.22
Tutum kontrolü	104	16,00	30,00	23.96 ± 0.34
Psikolojik performans toplam	104	122,00	182,00	156,24 ± 15,30

Çalışmaya katılan futbolcuların durumluk kaygı düzeyi ortalamalarının 68.30 ± 0.57 olduğu tespit edilmiştir. Psikolojik performans ölçeği alt boyutları incelendiğinde; özgüvenin 24.39 ± 0.25 , olumsuz enerjinin 18.97 ± 0.39 , dikkat kontrolünün 20.56 ± 0.39 , görselleştirme ve imgeleme kontrolünün 23.14 ± 0.29 , motivasyon seviyesinin 22.44 ± 0.29 , olumlu enerjinin 22.87 ± 0.22 , tutum kontrolünün $23,96 \pm 0,34$ ve psikolojik performans toplam düzeyinin $156,24 \pm 15,30$ olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3).

Tablo 4. Katılımcıların durumluk kaygı ve psikolojik performansları arasındaki ilişki

		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Kaygı düzeyi	r	1								
	p									
	n	104								
2.Özgüven	r	.200	1							
	p	.041								
	n	104	104							
3.Olumsuz enerji	r	.261	.444	1						
	p	.008	.000							
	n	104	104	104						
4.Dikkat kontrolü	r	.229	.289	.647	1					
	p	.019	.003	.000						
	n	104	104	104	104					
5.Görselleştirme ve imgeleme kontrolü	r	.095	.575	.083	-.213	1				
	p	.336	.000	.404	.030					
	n	104	104	104	104	104				
6.Motivasyon seviyesi	r	.201	.680	.238	.060	.735	1			
	p	.041	.000	.015	.542	.000				
	n	104	104	104	104	104	104			
7.Olumlu enerji	r	.219	.662	.218	.035	.503	.573	1		
	p	.026	.000	.026	.723	.000	.000			
	n	104	104	104	104	104	104	104		
8.Tutum kontrolü	r	.219	.496	.504	.180	.492	.710	.199	1	
	p	.025	.000	.000	.067	.000	.000	.043		
	n	104	104	104	104	104	104	104	104	
9.Psikolojik performans toplam	r	.305	.8266	.720	.497	.597	.789	.590	.763	1
	p	.002	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
	n	104	104	104	104	104	104	104	104	104

**p<0.001

Tablo 4’te futbolcuların durumluk kaygı düzeyleri ile psikolojik performans alt başlıklarından; görselleştirme ve imgeleme kontrolü ($r=.095$, $p=.336$) arasında ilişki tespit edilmezken, özgüven ($r=.200$, $p=.041$), olumsuz enerji ($r=.261$, $p=.008$), dikkat kontrolü ($r=.229$, $p=.019$), motivasyon seviyesi ($r=.201$, $p=.041$), olumlu enerji ($r=.219$, $p=.026$), tutum kontrol ($r=.219$, $p=.025$) ve psikolojik performans toplam skoru ($r=.305$, $p=.002$) arasında düşük düzeyde pozitif ilişki tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Tablo 3 incelendiğinde, çalışmaya katılan futbolcuların durumluk kaygı düzeyi ortalamalarının 68.30 ± 0.57 ve psikolojik performans düzeyi ortalamalarının ise $156,24 \pm 15,30$ olduğu tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde durumluk kaygı düzeyleri ile ilgili yapılan çalışmalarda; Gümüş ve ark (2016) ve Başaran ve ark (2009) tekvandocuların durumluk kaygı ortalamalarını sırasıyla 43,01 ve 38,33 olarak tespit etmişlerdir. Pamuk ve ark (2014) ise sınıf öğretmeni adaylarının durumluk kaygı düzeyi ortalamalarının 36,94 olduğunu tespit etmişlerdir. Bir başka çalışmada da; Karabulut ve ark (2013) genç futbolcular üzerine yapmış oldukları çalışmada durumluk kaygı düzeyi ortalamalarını 49,72 olduğunu tespit etmişlerdir. Durumluk kaygı ölçeğinden alınabilecek toplam puan 20 ile 80 puan arasında değişeceği (Spielberger ve ark, 1964) göz önüne alındığında futbolcuların pandemi sürecinde futbola dönüş öncesi kaygı düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3).

Kaygı, sporcuların doğru karar verme becerilerini olumsuz yönde etkileyebilir. Kaygı seviyesindeki artış sporcunun uygun karar verme ve yeteneklerini uygulayabilmekten uzaklaştırabilir. Aşırı baskıya maruz kalan sporcular yanlış hareketler yapabilmektedirler. Yüksek kaygı, sporcuların defalarca antrenmanlarda gerçekleştirdikleri ve çok iyi bildikleri bazı hareketleri unutturabilir veya duygu karışıklığı oluşturarak bir takım olumsuz hareketler yapmasını da sebep olabilir (Gümüş, 2002).

Tablo 3 incelendiğinde futbolcuların psikolojik performans ölçeğinden aldıkları toplam puanlarının ölçek ortalama puanlarına göre orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Psikolojik performans ölçek ortalama değerleri üzerine yapılan literatür araştırmasında ise; Yalçın (2013)’ün ilköğretim okulu öğretmenleri üzeri yapmış olduğu çalışma da öğretmenlerin genel psikolojik performans düzeylerini iyi seviyede olduğunu tespit etmiştir. Araştırmamız sonuçları ile paralellik gösteren çalışmada ise Karataş (2016), özel eğitim okullarında çalışan öğretmenlerin psikolojik performans düzeylerini orta seviye de olduğunu tespit etmiştir.

Müsabakadan öncesi bazı sporcularda yoğun düzeyde yaşanan kaygı ve stres düzeyi düşünüldüğünde, kontrol altına alınamayan bu kaygı durumu, sporcuların performanslarını negatif yönde etkileyebilir ve başarısızlıkların sebep olabilir. Bu sebeple, sporcuların karşılaştığı kaygı nedenleri ve düzeylerinin bilinmesi, sporcu ve antrenörler açısından oldukça önemli olduğu açıktır (Başaran ve ark, 2009, Pepe 2020).

Tablo 4’te futbolcuların durumluk kaygı düzeyleri ile psikolojik performans skoru arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Yapılan literatür araştırmasında, Koruç (2009); genç atletlerin yarışma öncesi durumluk kaygı ile motivasyon boyutları, Uslu ise (2018) halk oyuncuların durumluk kaygı düzeyleri ile stresle başa çıkma yöntemleri arasında anlamlı ilişkiler olduğu tespit etmişlerdir. Sucan (2012), ferdi ve takım sporcuları üzerine yapmış olduğu çalışma da yaşam kalitesi ile psikolojik performans arasında, Nartgün, & Mor (2015), yöneticilerin etik liderlik düzeylerine yönelik görüşleri ile öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı ilişkiler olduğunu bulmuşlardır. Tekin (2011) ise, hemşirelerin psikolojik performans ve tükenmişlik düzeyleri arasında zıt ilişki tespit etmiş, psikolojik dayanıklılık arttıkça, tükenmişliğin azaldığını tespit etmiştir.

Birçok üst düzeydeki sporcunun fiziksel ve fizyolojik kapasitelerinin yanında; amaçlar belirleme, motive ve konsantre olma, kaygı yönetebilme gibi psikolojik kapasitelerini de

mükemmel düzeyde yeteneklere sahip oldukları düşünülmektedir (Koç, 2004). Spor da başarı, zihinsel faktörler içerisinde, konsantrasyon, baskıyla baş edebilme, problemlere karşı toparlanabilme, güven ve motivasyon gibi psikolojik durumlar etkili olmaktadır (Goldenberg 1998).

Sonuç olarak; amatör futbolcuların durumluk kaygı düzeyleri ile psikolojik performans düzeyleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Bu durumun, amatör futbolcuların özellikle pandemi süreci başlayınca kadar gerek sezon öncesi hazırlık kamplarında gerekse ligin devam ettiği süreçte elde ettikleri fiziksel ve psikolojik performans düzeylerini kaybetmeleri ve pandemi sürecinin bu son döneminde tekrar başlayacak olan müsabakalar için yeterli düzeyde antrenman ve çalışma imkânı bulamamalarından, istenilen performansları gösterememe kaygıları içerisinde olabileceklerini düşünmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

ÖNERİLER

- Daha büyük örneklem guruplarındaki futbolcular çalışmaya dahil edilerek, pandemi süreci sonrasındaki kaygı ve psikolojik performans düzeyleri incelenebilir.
- Futbol gibi ikili mücadeleyi bünyesinde barındıran takım sporlarını icra eden sporcuların pandemi süreci sonrasındaki kaygı ve psikolojik performans düzeyleri incelenebilir.
- Yine birebir temas içeren bireysel sporlarla uğraşan sporcu guruplarının pandemi süreci sonrasındaki kaygı ve psikolojik performans düzeyleri incelenebilir.
- Bayan futbolcuların pandemi süreci sonrasındaki kaygı ve psikolojik performans düzeyleri incelenebilir.

KAYNAKLAR

Akarçeşme, C. (2004). Voleybolda Müsabaka Öncesi Durumluk Kaygı İle Performans Ölçütleri Arasındaki İlişki. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Alisinanoğlu, F., & Ulutaş, İ. (2003). Çocukların Kaygı Düzeyleri İle Annelerinin Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 28, 128.

Başaran, M. H., Taşgın, Ö., Sanioğlu, A., & Taşkın, A. K. (2009). Sporcularda Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 533-542.

Başer, E. (1996). *Futbolda Psikoloji ve Başarı*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.

Bayraktar, B., & Kurtoglu, M. (2004). Doping Ve Futbolda Performans Artırma Yöntemler. T. Atasü, & İ. Yücesir içinde, *Sporda Performans Ve Performans Artırma Yöntemleri* (s. 269-296). İstanbul.

Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Pegem Akademi Yayıncılık.

Çıngı, H. (1994). *Örnekleme Kuramı*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Basımevi.

Demir, E., Saatçioğlu, Ö., & İmrol, F. (2016). Uluslararası Dergilerde Yayımlanan Eğitim Araştırmalarının Normallik Varsayımları Açısından İncelenmesi. *Curr Res Educ*, 2(3), 130-148.

Ekstrand, J., Karlsson, J., & Hodson, A. (2003). *Football Medicine*. Taylor and Francis Group(39), 121.

Erman, K. A., Şahan, A., Tercan, E., & Soydaş, Ş. (2002). Psikolojik Performans Envanterinin Türkçe'ye Uyarlanması. (s. 100). Antalya: 7.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi.

George, D., & Mallery, P. (2016). *IBM SPSS Statistics 23 Step by Step: A Simple guide and reference*. New York: Routledge.

Goldenberg, A. (1998). *Sports Slump Busting*. Llumina Press.

Gümüş, M. (2002). Profesyonel Futbol Takımlarında Puan Sıralamasına Göre Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gümüş, M., Akalın, T. C., Tutkun, E., & Acar, H. (2016). Assessment Of State And Trait Anxiety Levels Of National Team Athletes During Camping Period. *International Journal Of Academic Research*, 8(4), 36-39.

Karabulut, O., Atasoy, M., Kaya, K., & Karabulut, A. (2013). 13-15 Yaş Arası Erkek Futbolcuların Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Bakımından İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 243-253.

Karasar, N. (2004). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Nobel Yayıncılık.

Karataş, R. (2016). Özel Eğitim Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri ve Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.

Koç, H. (2004). Profesyonel Futbolcularda Durumluk Kaygı Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Koruç, P. B. (2009). Genç Atletlerin Yarışma Öncesi Durumluk Kaygı Düzeyleri İle Motivasyon Boyutları Ve Hedef Yönelimleri Arasındaki İlişki. *Spor Hekimliği Dergisi*, 44, 61-69.

Loehr, J. E. (1982). *Mental Toughness Training For Sports*. *Athletic Excellence*. içinde New York: Plume.

Nartgün, Ş. S., & Mor, K. D. (2015). Öğretmenlerin Görüşlerine Göre Etik Liderlik ve Psikolojik Dayanıklılık İlişkisi. *AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(2), 269-290.

Öncül, R. (2000). *Eğitim ve Eğitim Bilimleri Sözlüğü*. Ankara: M.E.B. Yayınları.

Öner, N., & Le Compte, A. (1983). *Süreksiz Durumluk Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.

Pamuk, Y., Hamurcu, H., & Armađan, B. (2014). Sınıf Öğretmeni Adaylarının Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi (İzmir-Buca Örneği). *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 293-316.

Pepe, O. (2020). Zihinsel Antrenman ve Vücut Geliştirme. İ. K. TÜRKAY içinde, *Bilimsel ve Sağlık Açısından Vücut Geliştirme*. Ankara: Akademisyen Kitabevi.

Spielberger, C. D. (1972). *Anxiety: Current Trend in Theory and Research*. New York: Academic Press.

Sucan. (2012). Ferdi Ve Takım Sporcularının Yaşam Kalitesinin Psikolojik Performans Üzerindeki Etkisi. *Doktora Tezi*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Tekin, E. (2011). Askeri Hastanelerde Çalışan Hemşirelerin Psikolojik Dayanıklılık Ve Tükenmişlik Düzeylerinin Belirlenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Türkay, İ. K., & Gökbel, S. (2020). 11-13 Yaş Tenisçilerde Uygulanan Kombine Antrenmanların Vücut Kompozisyonlarına Etkisi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 33-41.

Uslu, M. S. (2018). Halk oyuncularının yarışma öncesi durumluk kaygı düzeyleri ve stresle başa çıkma yöntemleri arasındaki ilişki. *Yüksek Lisans*. Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Wittig , A. F. (1984). Sport Competition Anxiety And Sex Role. *Journal of Sport Psychology*, 10(5), 469-473.

Yalçın, S. (2013). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri İle Stres, Psikolojik Dayanıklılık Ve Akademik İyimserlik Arasındaki İlişki. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.