

## FARKLI BRANŞLARDA GÖREV YAPAN FAAL HAKEMLERİN MAÇ ÖNCESİ DURUMLUK KAYGI DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI VE BAZI DEĞİŞKENLERİN DURUMLUK KAYGILARINA ETKİLERİ

M. Yalçın TAŞMEKTEPLİĞİL \*  
İlkay AYDIN \*\*  
Seydi Ahmet AĞAOĞLU \*  
Nurullah ÖĞRETEN \*

### ÖZET

*Bu çalışmanın amacı; Basketbol, Futbol, Hentbol hakemlerinin maç öncesi kaygı düzeylerinin ölçülmesi ve bazı değişkenlerle karşılaştırılmasıdır. Çalışmanın evrenini bu üç branş federasyonuna bağlı lisanslı hakemler, örneklemini ise, Samsun ilinde oynanan deplasmanlı lig maçlarını yönetmek için gelen hakemlerle, Samsun bölgesi hakemleri oluşturmaktadır.*

*Araştırmaya, 45 Futbol, 45 Basketbol ve 42 Hentbol olmak üzere toplam 132 hakem katılmış ve bunların her klasman grubundan olmasına dikkat edilmiştir. Hakemlere, Spielberger'in geliştirdiği durumluk kaygı envanteri ile kişisel bilgileri sorgulayan bir anket uygulanmıştır. Bilgilerin istatistiksel değerlendirmesinde varyans analizi ve "t" testi kullanılmıştır.*

*Araştırma sonuçlarına göre, branşlar arasında maç öncesi kaygı düzeyleri bakımından bir fark yoktur ( $P > 0.05$ ). Fakat hakemlerin kaygı puanları ile klasman grupları arasında istatistiksel anlamlılık vardır ( $P < 0.01$ ). Buna göre hakemler klasman gruplarında yükseldikçe maç öncesi kaygı puanlarında düşüş gözlenmektedir. Bunun yanında hakemlerin, hakemlik öncesi spor hayatları istatistiksel olarak karşılaştırıldığında anlamlı bulunmuştur ( $P < 0.05$ ). Burada hakemlerin yönetimlerindeki maçların yorumlarında geçmişteki oyunculuk tecrübelerinden yararlandıkları anlaşılmaktadır. Ayrıca hakemlerin maçı zorluk derecesine göre algılamaları açısından da "durumluk kaygı" puanları arasında anlamlılık vardır ( $P < 0.05$ ). Bu konudaki bir diğer fark ise; hakemlerin klasmandaki yerlerinin arttıkça maçları algılama düzeylerinin de artmasıdır ( $P < 0.05$ ).*

**Anahtar Kelimeler:** Hakem, Kaygı, Durumluk Kaygı

---

Geliş tarihi: 19.09.2003; Yayına kabul tarihi: 07.08.2004

\* O.M.Ü. Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, SAMSUN

\*\* Çarşamba Merkez İlköğretim Okulu Beden Eğitimi Öğretmeni

## THE COMPARISION OF THE STATE ANXIETY LEVELS OF REFEREES IN DIFFERENT BEFORE MATCH AND THE EFFECTS OF SOME VARIABLES TO THEIR STATE ANXIETIES

### ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the pre-match anxiety levels of basketball, football and Handball referees and to compare those measurements with other variables. The space of the study is limited with the licenced referees of these three branches and sample of the study is composed of referees from Samsun region. 132 referees (45 football, 45 basketball and 42 handball) participated to this investigation and they were carefully selected from all class groups. They were applied in anxiety inventory which was developed by Spielberger and asked a questionnaire about personal information. In the statistical evaluation period of the data, variance analyse and 't' test were used.

According to the results of the investigation there is no differences between branches in term of pre-match anxiety levels ( $P>0.05$ ). But there is a statistical meaningful between anxiety points and class groups of the referees. According the study pre-match anxiety points decrease as the referees' levels increase in the class groups. Furthermore, it is found that sports activities of referees before their referee career have meaningful affect in the statistical comparisons ( $P<0.05$ ). It is understood that referees benefited from their player experiences in the past during the interpreting period of their matches.

In addition, there is meaningful differences between state anxiety points of referees from stand point of difficulty levels of matches ( $P<0.05$ ). There is also another differences about this topic is that, referees' level of perceptions of matches increase as their places increase in the class group.

**Key Words:** Referee, Anxiety, State Anxiety

### GİRİŞ

Son yıllarda, spor etkinliklerine katılım ve egzersizin, kişilerin ruh sağlığı üzerine olumlu etkileri olduğu sıkça bildirilmektedir<sup>(1)</sup>. Burada spor öncelikle sosyal bir ihtiyaç olarak ele alınmaktadır<sup>(18)</sup>. Bu bağlamda, çeşitli insan ve meslek grupları arasında, spor ve sporcu kavramları çok sık telaffuz edilen kavramlar olarak dikkat çekmektedir. Gerçekten günümüzde, önemli bir spor yarışması için binlerce insan şehir ve ülkeler arasında dolaşmakta, bunu yapamayanlar ise, televizyonlarının başında aynı yarışmayı anında ve canlı olarak izleyebilmektedir<sup>(23)</sup>. Böyle bir hareketliliğin neticesi olarak, spor organizasyonlarını yönetme etkinlikleri de ciddi bir önem kazanmıştır.

Bugün spor olgusunu oluşturan unsurlar genel olarak, sporcular, seyirciler ve yönetenler (hakemler) biçiminde üç ana başlıkta ele alınabilir. Burada belirtilen her bir faktör şüphesiz çok önemlidir. Özellikle sporcularla beraber sahada mücadele veren ve o müsabakaların kaderini elinde bulunduran hakemler sporun en temel ögesidir<sup>(19)</sup>.

"Hakem" terimi, sözlükte; "bir anlaşmayı çözmek, bir tartışmayı yatıştırmak için taraflarca seçilmiş kimse" olarak tanımlanır. Bu sözcük daha geniş anlamıyla sporda, spor organizasyonlarının sorumluları tarafından seçilen ve önceden belirlenmiş kurallar içerisinde yarışmaları yöneten, alınan puanları, galibiyetleri, mağlubiyetleri, cezaları belirleyen kişi şeklinde açıklanır<sup>(6)</sup>. Başka bir deyişle hakem; takım ve oyuncular arasında farklılık gözetmeden karar veren, özel seçilmiş kişi anlamındadır. Aslında hakem, tam olarak jüri anlamına gelmez. Fakat, hareketlere şahit olan kişi olarak tanımlanabilir<sup>(22)</sup>.

Hakemlikte kuralların herkese aynı derecede, tarafsız ve adil uygulanması öncelik taşır. Oyun kurallarının eksiksiz olarak yarışmalara yansması ve sporun toplum gözünde sevilir bir duruma gelebilmesi insan faktörünün ön plana çıkması açısından çok önemlidir<sup>(6)</sup>.

Çağımızdaki gelişmeler; spora hız, tempo ve hepsinden önemlisi heyecan katmakta, iletişim sistemlerinin izleyicilere sunduğu hizmetler ise hayal sınırlarını aşmaktadır<sup>(6)</sup>. Bütün bu gelişme ve değişim içerisinde hakemlere düşen görev, kuşkusuz bu hız ve tempoyu daha da artırmaktır. Bu döngü içerisinde hakemler elbette hatalarıyla da göz önüne gelen kişilerdir. Zira maç yönetme olgusunun insan faktörüne bağlı olması hatayı da beraberinde getirecektir. Özellikle çağımızda sporun büyük bir endüstri halini alması hakemin de birey olarak üzerindeki yük ve sorumluluğu artırmaktadır.

İnsan olarak hakemlerin tutum ve davranışlarında farklıklar görülebilir. Çünkü her birey biyolojik manada tek ve eşsizdir. Dolayısıyla benzer durumlarda farklı bir davranış sergilenabilmektedir. Belki sporu daha zengin ve zevkli hale getiren de bu farklılıktır. Esasen kararlardaki çeşitlilik; bireyin farklı algısı, seçiciliği, sosyal görüşü ve kuralları yorumlamadaki farklılığından kaynaklanır. Burada önemli olan, söz konusu çeşitliliğin iyi niyet çerçevesinde kalması ve mümkün olduğunca az sayıda olmasıdır.

Bu sebeple ülkedeki hakemlerin başarısı veya başarısızlığı ve toplumun spora karşı takındığı yumuşak veya gergin tavırlar ile toplumun genel olarak sosyal dokusu arasında bir ilişki aramak gerekir<sup>(6)</sup>.

Aslında karar organlarına karşı eleştiriler, dünyanın her yerinde ve en sert şekilde yapılmaktadır<sup>(19)</sup>. Karar veren kişi; algıların, güdülerin, tutumların, geçmiş deneyimlerin, beklentilerin, gurupla olan ilişkilerin etkisi altında hareket eder. Psikolojik bir süreç olarak da görülen karar verme sürecinin merkezindeki kişi, karşılaşılan bir duruma karşı uygun bir tepki vermek için düşünen, değerlendiren ve iradesiyle harekete geçen kimsedir<sup>(17)</sup>.

Müsabakanın skor ve gidişatında büyük etkisi olduğuna inanılan hakemlerin fizyolojik ve psikolojik durumlarının verdikleri kararlar üzerindeki etkisi büyük önem kazanmaktadır. Hakemin fiziksel yeterliliğinin yanı sıra psikolojik açıdan hazır bulunmuşluğu da hayati değerdedir. Bu nedenle hakemlerin kaygı, korku ve stres gibi psikolojik faktörleri kontrol altına alarak, müsabakalarda doğru karar verme özellikleri olmalıdır. Aslında kaygı, her insanda var olan ve

eğitimle kontrol altına alınabilen önemli bir etmendir. Fakat yüksek kaygı seviyesi hakemler için hatalı kararların artmasına sebep olabilir<sup>(21)</sup>.

Diğer yandan, çağdaş dünyada teknolojinin her alanda ilerlemesi spor oyun kurallarının da gelişmesini sağlamıştır. Böylece her spor dalının daha hızlı oynanması ve güzelleşmesi için her gün yenilikler sunulurken bu değişimler de yarışmalara girmektedir. Bütün bunlar, oyun kurallarının uygulayıcısı olarak hakeme ilave görevler yüklemekte ve gittikçe artan bir baskıyla işini daha da güçleştirmektedir.

Futbol, basketbol ve hentbol branşlarında görev yapan hakemlerin müsabaka öncesi durumluk kaygı düzeylerinin karşılaştırılması ve durumluk kaygı düzeylerine etki eden değişkenlerin saptanması bu araştırmanın amacını teşkil etmektedir.

### **MATERYAL VE YÖNTEM**

Çalışmanın evrenini futbol, basketbol ve hentbol federasyonlarına bağlı lisanslı hakemler, örneklemini ise, aynı branşlarda oynanan deplasmanlı lig maçlarını Samsun'da yönetmek için gelen hakemler ile Samsun bölgesi hakemleri oluşturmaktadır (132 hakem).

Veri toplama aracı olarak, Spielberger ve arkadaşları'nın (1970) geliştirdiği, Öner ve Le Compe tarafından 1983 yılında Türkiye şartlarına uyarlanan "Durumluk Kaygı Envanteri" ile araştırmacılar tarafından hazırlanan ve toplam 21 sorudan oluşan "Anket Formu" kullanılmıştır.

Her biri 1 ile 4 arasında değerlere sahip toplam 20 maddeden oluşan envanter, bireyin belirli bir anda ve belirli koşullarda kendini nasıl hissettiğini belirlemektedir. Envanterin geçerliliği, "ölçüt-bağımlı ve "yapı geçerliliği" olarak iki teknikle saptanmıştır. Diğer yandan envanterin test-tekrar güvenilirliğinde pearson momentler çarpımı korelasyonu ile hesaplanan değişmezlik kat sayıları .26 ile .68 arasında bulunmuştur. Kuder-Richardson formülünün genelleştirilmiş bir formu olan alfa korelasyonları ile saptanan iç tutarlılık ve homojenlik katsayıları .94 ile .96 arasında değişmektedir. Madde toplam puan güvenilirliğinde ise .42 ile .85 arasındadır. Envanterde yanıtlanmamış soru olduğunda anket değerlendirmeye alınmamıştır. Envanter ve anket, hakemlere, maça çıkmadan 20-60 dakika önce uygulanmış ve yalnızca o an neler hissettiğine göre cevap vermeleri istenmiştir.

Elde edilen verilerin istatistiksel değerlendirmesinde "varyans analizi" ve "t" testi kullanılmıştır.

## BULGULAR

Araştırmanın bulguları aşağıda tablolar halinde verilmiştir.

**Tablo 1: Hakemlerin Branşlara Göre Yaş, Cinsiyet, Klasman ve Kaygı Puan Düzeyleri**

Spor türü	Kişisel bilgiler	Basketbol			Hentbol			Futbol		
		f	%	Toplam	f	%	Toplam	f	%	Toplam
Cinsiyet	Kadın	10	22,2	45	5	11,9	42	2	4,4	45
	Erkek	35	77,8		37	88,1		43	95,6	
Yaş	23 ve altı	30	66,7	45	10	23,8	42	12	26,7	45
	24-30	11	24,4		11	26,2		16	35,6	
	31 ve üstü	4	8,9		21	50		17	37,8	
Klasman	İl ve Bölge	25	55,6	45	8	19	42	25	55,6	45
	Milli, B ve C Klasman	16	35,6		26	62		14	31,1	
	Üst Klas. ve Uluslararası	4	8,9		8	19		6	13,3	
Kaygı puanı	Düşük Dur. Kay.	16	35,6	45	18	42,9	42	22	48,9	45
	Orta Dur. Kay.	20	44,4		18	42,9		13	28,9	
	Yüksek Dur.Kay	9	20		6	14,2		10	22,2	

Ankete katılan hakemlerin, büyük çoğunluğunu erkekler oluşturmaktadır (115 kişi, %87.1). Bayan hakemler ise, 17 kişidir (%12.9).

Çalışmamızda 23 yaş altını oluşturan genç hakemler, 52 kişi (%39.4) ile çoğunluktadır. Araştırmada, 24-30 yaşları arasındaki orta grup, 38 (%28.8), 31 yaş üzeri de 42 kişi ile (%31.8) temsil edilmektedir. Diğer yandan çalışmada hakemlerin, klasmanlarına göre de sınıflandırılması yapılmıştır. Anketimize katılan hakemlerden 3 branşta olmak üzere toplam, il ve bölge bazında maç yönetenler 58 (%44), ülke bazında maç yöneten üst klasmana yakın hakemler ile üst klasmanda ve uluslar arası alanda maç yöneten hakemlerin sayısı da sırasıyla; 56 (%42.4) ve 18 (%13.6) kişiyi bulmaktadır.

Hakemlerin maç öncesi kaygı düzeyleri, almış oldukları puanlara göre, düşük (20-26 puan), orta (27-33) ve yüksek kaygı (34 ve üzeri) biçiminde üç kategoride gruplandırılmıştır. 3 branşta çalışmamıza katılan hakemlerimizin 56'sı maç öncesi düşük kaygı seviyesine sahiptir (%42.4). Bunun yanı sıra orta kaygı düzeyinde maça çıkan hakemler 51 (%38.6), maç öncesi, yüksek kaygı düzeyindeki hakemler ise 25 kişi (%19) olarak belirlenmiştir.

**Tablo 2: Hakemlerin Hakemlik Öncesi Sporculuk Durumlarının Dağılımı**

Branşlar	N	Evet	Hayır	%	S.S	p
Basketbol	45	35	10	77,7	,4346	.003*
Hentbol	42	42	-	100	,0000	
Futbol	45	36	9	80	,3866	

Anketimize katılan deneklerin daha önce sporculuk yaptıktan sonra hakemliğe başlama durumlarında oransal farklılıklar vardır. Bu, basketbol için %77.7, futbol için %80, hentbol hakemleri içinse % 100 nispetini bulmaktadır. Bu durum hakemlik ile yapmış oldukları sporculuk arasında anlamlı bir ilişkiyi ifade etmektedir ( $p<0.05$ ).

**Tablo 3: Hakemlerin Yaptıkları Branşların Kaygı Puanlarına Göre Karşılaştırılması**

Branşlar	N	Ortalama	S.S	SD	Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	f	p
Basketbol	45	29,4222	6,4155					
Hentbol	42	28,7619	7,4304					
Futbol	45	28,6889	7,0512					
Branşlar arası	-			2	14,569	7,285	.150	.861
Branşlar içi	-			129	6262,241	48,545		
Toplam	-			131	6276,811			

Tablo 3' de hakemlerin yaptıkları branşların kaygı puanlarına göre anlamlı farklılık olup olmadığına ilişkin aritmetik ortalama, standart sapma ve varyans analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre maç öncesi kaygı düzeyi puanları; Basketbol; 29,4222 (n=45), Hentbol; 28,7619 (n=42), Futbol; 28,6889 (n=45) olarak elde edilmiştir. Branşlar arasındaki bu farklılık, kaygı yönünden, istatistiksel seviyede anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4: Hakemlerin Cinsiyetlerine Göre Kaygı Puan Ortalaması**

Cinsiyet	N	Ortalama	S.S
Erkek	115	28,8087	6,7368
Bayan	17	30,0000	8,2234
Toplam	132	28,9621	6,9220

Yukarıdaki tabloda ankete katılan hakemlerin, cinsiyetlerine göre kaygı puanlarının aritmetik ortalaması ve standart sapması gösterilmektedir.

**Tablo 5: Hakemlerin Yaşları ile Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması**

Yaş	N	Ortalama	S.S	SD	Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	f	p
23 ve altı	52	29,7308	6,8546					
24-30	38	29,1053	7,4934					
31 üstü	42	27,8810	6,4815					
Yaşlar arası				2	80,596	40,298	.839	.434
Yaşlar içi				129	6196,214	48,033		
Toplam	132			131	6276,811			

Tablo 5'te hakemlerin yaşlarına göre kaygı puanlarının, aritmetik ortalaması ve standart sapması karşılaştırılmıştır. Buna göre üç yaş grubunun da maç öncesi kaygı durumları birbirlerine yakındır. Ancak sadece 31 yaş ve üstü grubunun kaygı durumu diğerlerine nazaran daha düşük bulunmuştur (27.8810). Fakat bu oran hakemlerin yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı değildir.

**Tablo 6: Hakemlerin Durumluk Kaygı Düzeyleri ile Maçları Algılama Düzeylerinin Karşılaştırılması**

Zorluk Derecesi	N	Ortalama	S.S	SD	Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	f	p
Çok Kolay	21	26,4762	5,1732					
Biraz Kolay	19	29,5263	6,1767					
Orta Kolay	47	31,1064	8,0115					
Zor	36	27,6667	6,4807					
Çok Zor	9	27,5556	5,0277					
Yaşlar arası				4	430,145	107,536	2.336	.05*
Yaşlar içi				27	5846,665	46,037		
Toplam	132			131	6276,811			

Diğer yandan, hakemlerin durumluk kaygı düzeyleri ile maç algılama düzeylerinin(anketle belirlenmiştir) arasında (Tablo 6), varyans analizi sonuçlarına göre, anlamlı bir fark vardır ( $p < 0.05$ ). Yapılan t testi karşılaştırmalarında 21 kişi maçı "çok kolay", 19 kişi "biraz kolay", 47 kişi "orta", 36 kişi "daha zor" ve nihayet 9 kişi de "çok zor" olarak algılamıştır. Böylece "çok kolay" seçeneğini işaretleyenlerin kaygı puanları en düşük (26.4762), "orta" derecede algılayanların kaygı puanları (31.1064) ise en yüksek bulunmuştur.

**Tablo 7: Hakemlerin Klasmanları ile Kaygı Puanlarının Karşılaştırılması**

Klasman Grubu	N	Ortalama	S.S	SD	Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	f	p
İl ve Bölge	58	31,6034	7,5717					
Milli, B ve C Klasman	56	27,0000	5,6761					
Üst Klasman ve Uluslararası	18	26,5556	5,4903					
Klasmanlar arası	-	-	-	2	724,487	362,243		
Klasmanlar içi	-	-	-	129	5552,324	43,041	8,416	.001*
Toplam	132	28,9621	6,9220	131	6276,811			

Tablo 7’ de hakemlerin klasman gruplarındaki durumları ile kaygı puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığı karşılaştırılmıştır. Klasman grubu il ve bölge olan hakemlerin maç öncesi kaygı durumları (31.6034) diğer gruplara göre daha yüksek çıkmıştır. Milli ve üst düzey hakemlerin ise maç öncesi kaygı puanları birbirlerine yakındır. Bu üç grup arasındaki fark ise anlamlıdır ( $p < 0.01$ ).

**Tablo 8: Hakemlerin Klasmanlarına Göre Maçı Algılama Derecelerinin Karşılaştırılması**

Klasman Türleri	N	S.S	Kolay	%	Orta	%	Zor	%	P
İl, Bölge	58	1.0273	15	25.9	30	51.7	13	19.4	.001*
Milli, B ve C Klasman	56	1.2751	25	44.6	13	23.2	18	32.1	
Üst Klasman ve Uluslararası	18	.5830	0	0	4	22.2	14	77.8	
Toplam	132	-	40	-	47	-	45	-	

Tablo 8 hakemlerin klasmanları ile çıktıkları maçlar arasındaki algılama değerlerini göstermektedir. Buradan anlaşılacağı gibi, İl ve bölge hakemlerinin çoğunluğu (45 kişi %77.6) yönettikleri maçları kolay ve orta derece olarak nitelendirmekte fakat bunlardan sadece %19.4’ü (13 kişi) bu maçları zor biçiminde değerlendirmektedir. Diğer yandan milli, B ve C klasman hakemlerinin %67.8’i de (38 kişi) kendilerine verilen maçları kolay ve orta dereceli olarak görmektedir. Bu kategorilerde maçları zor olarak algılayanlar ise, %32.1 (18 kişi) oranında gerçekleşmiştir. Bunun yanında üst klasman ve uluslar arası hakemlerin pek çoğu hiç kolay maça çıkmadıklarını belirtirken (%77.8), bunların yalnız %22.2’si (4 kişi) çıktıkları maçları orta derecede güç maçlar olarak değerlendirmektedir.



**Tablo 9: Hakemlerin Durumluk Kaygı Puanları İle Yaşam Yeri, Medeni Hal, Eğitim Düzeyi ve Meslek Karşılaştırılması**

Kişisel Bilgiler		N	Ortalama	S.S.	p
İkamet	İlçe	15	29,2000	6,6030	.888
	İl ve Büyükşehir	117	28,9316	6,9886	
Medeni hal	Bekar	78	29,1795	6,9912	.690
	Evli	50	28,9400	6,9881	
	Dul	3	25,6667	4,9329	
Eğitim	Lise	27	29,5926	7,7323	.474
	B.E.S.Y.O	35	29,8571	7,1131	
	Diğer Fak. Veya YO.	70	28,2714	6,5162	
Meslek	Öğrenci	47	29,4255	7,3861	.158
	Öğretmen	31	30,8387	7,2115	
	Serbest	20	26,9500	6,8785	
	Memur ve Subay	33	27,7273	5,7460	

Araştırmada hakemlerin maç öncesi durumluk kaygı puanları ile ikamet ettikleri yer, medeni hal, öğrenim durumu ve meslekleri arasında istatistiksel bir anlamlılık bulunamamıştır (Tablo 9).

**Tablo 10: Hakemlerin Durumluk Kaygı Puanları ile Bazı Kişisel Bilgilerin Karşılaştırılması**

Sorular	Cevaplar	N	Ortalama	S.S	p
Ciddi bir olayla karşılaştınız mı?	Evet	66	28,0152	6,3476	.116
	Hayır	66	29,9091	7,3792	
Hakemliğe haftada toplam kaç saat ayırıyorsunuz? (maç, antrenman, kurs, vb.)	1-12 saat	49	29,9796	7,1487	.434
	13-30 saat	49	28,3469	5,7357	
	30 saat ve üstü	34	28,3824	8,0979	
Lisanslı olarak spor yaptınız mı?	Evet	113	28,6637	7,1297	.228
	Hayır	19	30,7368	5,3421	
Hakemlikle uğraşma nedeniniz?	Maddi destek	7	24,1429	3,5322	.095
	Kariyer edinmek	14	30,5000	8,0455	
	Hobi ve spor için	67	29,8657	6,8177	
	Diğer	44	27,8636	6,8015	

Tablo 10'da hakemlerin kaygı puanları ile hakemlikte karşılaşılan ciddi olaylar ilişkilendirilmiş ve anlamlı bir fark elde edilememiştir (0.116). Bunun gibi, deneklerin kaygı puanları ile hakemliğe ayırdığı süre (0.434) ve sporculuk yapmaları (0.228) türünden sebepler de istatistiksel olarak anlamlı değildir. Öte yandan deneklerin, hakemlikle uğraşma nedenleri; "maddi destek" (7), "kariyer edinmek" (14), "hobi ve spor" (67), "sosyal çevre edinmek", "arkadaşlıklar kurmak", "sporun içinde olmak" (44) biçiminde ortaya çıkmaktadır. Ancak bu nedenler de kaygı puanları yönünden bir anlamlılık ifade etmemektedir (0.095).

**Tablo 11: Hakemlerin Spor Yaşamları ile Sahada Yaşadıkları Ciddi Olayların Karşılaştırılması**

Denekler	N	Evet	Hayır	%	S.S	p
Sporculuk yapanlar	113	57	56	50,4	.8184	.001*
Sporculuk yapmayanlar	19	9	10	47,3	.7393	
Toplam	142	66	66	-	-	

Tablo 11'de Sporculuk yapmış olanlarla, yapmamış olanların ciddi bir olayla karşılaşp karşılaşmadıkları arasında bir anlamlılık tespit edilmiştir. Buna göre, sporculuk yapanların % 50.4 'ü, sporculuk yapmayanların ise %47.3'ü hakemlikte ciddi bir olayla karşılaştıklarını belirtmektedir.

### **TARTIŞMA**

Genel psikoloji ile ilgili pek çok araştırmada sporcuların davranışlarını yönlendiren değişkenler (motivasyon, stres, kaygı) ile performansları arasında deneysel bir bağlantı kurulduğu gözlenmektedir. Ancak bu çalışmalarda sporcu ve antrenör merkezli incelemeler sıkça yapılmasına karşın hakemlerle ilgili olanlar yeteri kadar araştırılmamış ve bu husus ihmal edilmiştir.

Spor faaliyetlerinde sıkça görülen sinirlilik ve huzursuzluk halleri, maç öncesi kaygı ve psikolojik stres unsurlarına bağlanabilir. Bugünlerde, oyunun bir parçası olan oyuncular, seyirciler, yöneticiler ve teknik adamların her spor dalında hakemlere karşı negatif reaksiyonları bulunmakta, ayrıca bu durumu gazete ve magazin makaleleri ile TV yorumlarındaki anlayış da giderek kuvvetlendirmektedir.

Sporde ortak olan görüş; psikolojik uyarılar yüksek olduğunda performansın etkileneceği biçimindedir. Eğer maç öncesi ve sırasında oluşan negatif davranışlar artarsa, vücutta çeşitli davranış bozuklukları gerçekleşebilir. Nitekim, Bandura insanların bu psikolojik durumlarını öz yetkinliğe bağlamış, Schunk ise, bu uyarıların kaygı artışının sinyali olduğunu belirtmiştir<sup>(4)</sup>.

Buradan hareketle, hakemlerin performansını etkileyen kaygının, maç öncesi ne kadar olduğunu saptamak eldeki çalışmanın amacını oluşturmaktadır. Bu çalışmanın ölçümleri kaygıdan en fazla etkilenebileceği düşünülen Basketbol, Futbol ve Hentbol hakemleri arasında yapılmış, böylece branşlar arasındaki kaygı farkları da ortaya konmak istenmiştir.

Araştırmamızdaki örnek bireylerin, hakemlikten önceki spor hayatları ile yapılan karşılaştırma anlamlı sonuçlar vermiştir ( $P<0.05$ ). Bu durum, deneklerin daha önce yapmış oldukları sporculuk ile yapmakta oldukları hakemlik görevi arasında anlamlı bir ilişkiyi ifade etmektedir. Birçok sporunun belirli bir dönem spor yaptıktan sonra hakem, yönetici ve teknik adam olarak spor yaşantılarını devam ettirdiği bilinmektedir. Nitekim, Basketbol, Hentbol ve Voleybol hakemleri üzerinde yapılan bir araştırmada hakemlik tercih sebepleri olarak; o branşı, sevmek ve daha önce bu dalda sporculuk yapmak (%88) seçenekleri gösterilmektedir<sup>(10)</sup>. Bizim çalışmamızda da hakemlerin büyük çoğunluğunun sporculuktan geldiği ortaya konmuştur. Hakemler için oyun kurallarını anında yorumlayıp karar verebilme çok önemlidir. Bu konuda yeterli beceriye sahip olabilme nispeten geçmişteki oyunculuk deneyimleri ile de ilişkilendirilebilir. Gerçekten, 52 Futbol hakemi arasında yapılan bir çalışmada, 36 kişinin geçmişte lisanslı olarak spor yaptığı ve kararlarla ilgili yorumlarında geçmişteki oyunculuk tecrübelerinden yararlandıkları belirtilmektedir<sup>(19)</sup>. Fakat buna rağmen araştırmamızda, deneklerin kaygı puanları ile önceden sporculuk yapmış olmaları arasında istatistiksel bir anlamlılık bulunamamıştır.

Diğer yandan, araştırmamıza esas olan branşlardaki hakemlerin kaygı puanları arasında da anlamlı bir fark yoktur. Branşlar arası durumluk kaygı puanlarında farklılık olmayışı, her branşta hakemlerin aynı kaygıyı hissettiği anlamına gelir. Esasen kaygı hali, hakemler kadar sporcular için de geçerlidir. O yüzden, müsabaka öncesi akut rahatsızlıklar yaşayan sporcuların yüksek derecede durumluk kaygıya sahip oldukları söylenebilir<sup>(21)</sup>. Aslında sorumluluğun kişinin tamamen kendisinde olduğu bireysel sporlar ile, sorumluluğun paylaşıldığı takım sporlarında durumluk kaygı ve stresin farklı farklı yaşanması söz konusudur. Özbekçi, "farklı spor dallarında yaşanan müsabaka stres düzeylerinin araştırılması" adlı çalışmasında; Atletizm sporcularının Basketbol ve Voleybolculara göre, müsabaka stresini daha yoğun olarak yaşadıklarını ortaya koymuştur<sup>(16)</sup>. Bireysel sporlarda sonuç her şeyi ile kişinin kendi çabasına bağlıdır. Burada kişiler başarı ve başarısızlığın bütün sonuçlarını kendileri üstlenmek zorunda kalırlar. Dolayısıyla bu durum bireysel sporları yapanların, kaygı ve stresi daha yoğun hissetmelerinin nedeni sayılabilir.

Aynı çerçevede hakemler de birer fert olarak düşünüldüğünde, bireysel sporla uğraşan sporcuların kaygılarının, onlar için de geçerli olduğu söylenebilir. Hülasa, durumluk kaygıda farklılaşmalar, sporcudan sporcuya değişebileceği gibi, spordan spora ya da uygulanan beceri çeşidine göre de farklılaşabilir<sup>(12)</sup>.

Diğer yandan eldeki çalışma, hakemlik mesleğinde, cinsiyet farkının kaygıya olan etkisinin de anlamlı olduğunu göstermiştir ( $P<0.01$ ). İkizler, bir çalışmasında, bayan sporcuların başarı beklenti düzeylerinin erkeklerden daha düşük olduğunu, yarışma öncesinde erkeklere oranla şahsi yeteneklerine daha az güvendiklerini, dolayısıyla, kazanılan ya da kaybedilen bir müsabakada daha az memnun veya memnuniyetsiz olduklarını belirtmektedir<sup>(9)</sup>.

Yine Segal ve Weinberg de, bayanların erkeklerden daha yüksek yarışma kaygısına sahip olduklarını ifade etmekte ve bu durumu, bayanların yarışma ile ilgili şartları daha tehdit edici algıladıkları sonucuna bağlamaktadır. Bütün bunlar, bayanların yarışma ortamlarında daha yüksek durumluk kaygı ile tepki verdikleri biçiminde değerlendirilebilir<sup>(12)</sup>. Eldeki çalışmada 17 bayan deneğin kaygı ortalaması da erkek deneklere göre yüksektir. Fakat bu çalışmadaki bayan ve erkek deneklerin dağılımı homojen değildir. Ayrıca, sporcular arasında yapılan bir araştırmada, Türkiye’de değişik spor branşları üzerinde müsabıklık yaşına göre kız sporcular ile erkek sporcuların kaygı puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna varılmıştır<sup>(2)</sup>. Öte yandan hakemlerin kaygı puanlarının yaş faktörü açısından anlamlılığına bakıldığında önemli bir farkın ortaya çıkmadığı görülmektedir. Bu sonuç, Özbekçinin farklı spor dallarında yapmış olduğu araştırmada ortaya koyduğu, sporcunun yaşları ile müsabaka stres düzeylerinin ilişkili olmadığı<sup>(16)</sup> sonucunu desteklemekte, fakat Filiz’in, sporcuların müsabaka öncesi anksiyete düzeylerinin tespiti çalışmasıyla farklılık göstermektedir. Filiz’in sonucuna göre, yaşları büyük olan sporcuların, anksiyete düzeyleri düşüktür<sup>(7)</sup>.

Hakemlerin, maçları algılamaları ile kaygı puanları arasında, istatistiksel anlamlılık vardır ( $P < 0.05$ ). Anket sonuçlarına göre "Kolay" ve "Zor" şıklarını işaretleyen hakemlerin kaygı puanları düşük, "Orta" olarak algılayanların kaygı puanları ise yüksek bulunmuştur.

Huband ve Mc Kelvie (1986), müsabaka öncesinde sporcularda durumluk kaygısının arttığını bildirmektedir. Ancak, sporcular için kaygı oluşturacak kadar önemli olmayan bir müsabakada kaygı da ortaya çıkmayabilir<sup>(5)</sup>. Bunun yanı sıra sporcu, içinde bulunduğu durumu daha önemli olarak algıladıkça, kaygı düzeyi de yükselecektir. Dothwaite ve Armstrong, yapılacak karşılaşmanın önemini yüksekliği oranında, karşılaşma öncesi durumluk kaygının da artacağını bildirmiştir. Bu nedenle, sporcuların karşılaşmayı önem yönünden algılama seviyeleri onların motivasyonlarını ve durumluk kaygı düzeylerini de artıracaktır<sup>(12)</sup>. Çalışmamızda maçı "kolay" algılayanların kaygı puanlarının düşük çıkması bu açıklamalar ile paraleldir. Fakat "zor" olarak algılayanların puanlarının düşük olması onların tecrübelerinden kaynaklanabilir.

Hakemlerin kaygı puanları ile klasman grupları arasında da istatistiksel anlamlılık görülmektedir ( $P < 0.01$ ). Buna göre hakemler klasman gruplarında yükseldikçe maç öncesi kaygı puanlarında düşüş gözlenmiştir.

Bugünkü şartlarda konsantrasyonu bozan uyarıları elimine etme gibi önemli özelliklere sahip bir hakem, gergin ortamlarda soğukkanlılığını koruyup oyunun tüm kontrolünü elinde tutma becerisine sahip olacaktır. Oyunları yöneten hakemler oyun alanına çıkmadan önce hakemlik hakkında pek çok gözlem yapsalar bile, yaşanan maç anı olayları alt klasman hakemler üzerinde her gün yeni bir öğrenme süreci ve bilinmezliği oluşturmaktadır. Hakemlikte yıllar ilerledikçe hakemler arasındaki farklılık, spesifik konular hariç, azalmakta ve bu fark ancak detaylarda gözlenebilir olmaktadır<sup>(21)</sup>.

Esasen tecrübeli ve tecrübesiz hakemler antrenör, oyuncu ve seyirci unsurlarından değişik seviyede etkilenir. Tecrübesiz hakemler, antrenör, oyuncu ve seyircilerin davranışlarını daha negatif algılamaktadır<sup>(20)</sup>. Bu tespit bizim araştırmamızla da benzerdir. Fakat Aşçı ve Gökmen'e göre, spor deneyimi fazla olan hentbolcülerle spor deneyimi az olan hentbolcüler arasında kaygı düzeyi bakımından bir fark yoktur<sup>(2)</sup>. Ayrıca aynı araştırma, yüksek düzeyde sürekli yarışma kaygısına sahip olan sporcuların daha düşük düzeyde sürekli yarışma kaygısına sahip bulunan sporculardan genellikle daha yüksek durumluk yarışma kaygısı gösterdiklerini belirtmektedir. Ona göre bu farklılık, sporcu ile hakem arasındaki farkı da ortaya koymaktadır. Bu konudaki bir diğer fark ise; hakemlerin klasmandaki yerlerinin arttıkça maçları algılama düzeylerinin de artmasıdır ( $P < 0.05$ ). Diğer taraftan spor deneyimi ve atletik yeterlilik arasında anlamlı bir ilişki bulamayan Aşçı ve Gökmen, spor deneyiminin sporcuları yeteneklerini algılama yönünden farklılaşmadığını göstermiştir<sup>(2)</sup>. Bu sonuç araştırmamızla örtüşmektedir. Buna göre sporda başarılı olmak, kişinin yeteneklerini olumlu algılaması ile ilişkilidir. Doğal olarak başarılı kişi, yeteneklerinin yeterli olduğunu hisseder, kendine güveni artırır ve bu manada kaygısı da azalır. Müsabaka öncesi sahip olunan sağlık ve sosyal durumlar; sporcuları en çok etkileyen faktörler olarak ortaya çıkmaktadır. Örneğin eğitim düzeyi yeterli olmayan sporcularda, anksiyeti yüksek çıkarken, yüksek öğrenim görmüş olanlarda daha düşüktür<sup>(7)</sup>.

Araştırmamızda hakemlerin sosyal durumları ile maç öncesi kaygı puanları karşılaştırılmış ve anlamlı bir fark bulunamamıştır. Aynı şekilde ikamet durumu, medeni hal, eğitim düzeyi ve meslek gibi unsurlar da hakemlerin kaygı durumlarını etkilememektedir. Fakat bununla beraber, hakemlikle uğraşanların birçoğunun diğer bir mesleği olması ve bunun sporla ilişkili bulunması onların kaygı düzeylerinin düşmesinde etki yapacağı söylenebilir.

Araştırmamızda sosyal, sağlık ve eğitim durumları gibi, hakemlerin kaygı durumlarını etkileyebilecek olan bazı kişisel özellikler de kaygı puanları ile karşılaştırıldığında anlamlı değildir. Ancak Morgan'a göre, yüksek sürekli ve yüksek durumluk kaygıya sahip olmanın nedeni, geçmişte yaşanan korkularla ilişkili olabilir. O nedenle, daha yüksek kaygı düzeyine sahip olan kişiler karşılaştıkları durumları daha tehlikeli veya tehdit edici mahiyette algılayarak, karşılaştıkları bu tehdit edici veya tehlikeli şartlara daha yoğun durumluk kaygı düzeyleri ile tepki gösterebilirler<sup>(12)</sup>. Bu husus bizim çalışmamızda hakemlerin geçmişten etkilendiklerini gösterir mahiyette bulunmamıştır.

Kaygının ortaya çıkmasında etkili olduğuna inanılan faktörlerden birisi de kuşkusuz hakemlerin sahip bulunduğu fiziksel performanslarıdır. Nitekim bir araştırmada haftada bir ya da iki antrenman yapanların "durumluk", beşten çok antrenman yapanların ise "sürekli" kaygı puanlarının daha düşük olduğu görülmüştür. Bu netice, daha az sayıda antrenman yapanların, daha düşük beklentilere bağlı olarak daha az performans kaygısı gösterecekleri, dolayısıyla bunun da, durumluk kaygı puanlarına yansımış olabileceği fikrini kuvvetlendirmektedir<sup>(1)</sup>.

Araştırmamızda, antrenman, maç ve seminerlerin toplam saati maç öncesi durumluk kaygı puanlarıyla karşılaştırıldığında bir fark gözlenmemiştir. Fakat buna rağmen, haftada 3-5 sıklıkta antrenman yapanlarda hem durumluk hem de sürekli kaygı puanlarının yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Bu konu ile ilgili futbolcular üzerinde yapılan bir araştırma, çok sık yapılan antrenmanların ne yazık ki sporcuların müsabaka öncesi kendilerine ve fiziksel yeterliliklerine güven sağlamada yeterli olmadığı sonucunu ortaya çıkarmıştır<sup>(4)</sup>.

Çalışmamızda hakemlerin beklentileri ile kaygı puanları arasında da istatistiksel bir anlamlılık yoktur. Futbol hakemlerinin beklentileri ile ilgili yapılan bir araştırmada, beklentilerin, ilk olarak, üst klasman grubunda maç yönetmek, sonra ise, boş zamanları olumlu değerlendirmek biçiminde ortaya çıktığı anlaşılmaktadır<sup>(19)</sup>. Nitekim Ferstle (1978), sporcuların ilk başlarda hakemliğe katılımcı olarak girdiklerini, Morris (1981) ise futbol hakemlerinin benliklerinde bulunan yöneticilik ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla bu alana yöneldiklerini belirtmektedir<sup>(13)</sup>. Bütün bu açıklamalar araştırmamızla benzerlik göstermektedir.

Konuya sporculuk geçmişisi olan ve olmayan hakemlerin karşılaştıkları ciddi olaylar açısından bakıldığında, istatistiksel yönden bir anlamlılık gözlenmektedir ( $P<0.01$ ). Fisher ve Zwart algılanan kaygıyla ilgili, tespit edilen unsur olarak "ego'yu tehdit edici" faktöre de işaret etmektedir. Kişilerin davranışlarından çok benliklerine, kişiliklerine yöneltilen saldırılar onların durumluk kaygı düzeylerinin çok daha yukarılara çekilmesinde etkili olurlar. Bu yüzden kişiler kötü bir şekilde eleştirildiğinde bu faktörle karşılaşılır<sup>(12)</sup>. Charbajian (1978) erkeklerin psikolojik olarak içine kapanıklılık, cesaret ve oto kontrollük unsurlarının, modern iş dünyasına utangaçlık olarak yansıdığını belirtmiştir. Dolayısıyla spor seyirciliği, maçlarda hakemlere karşı bu psikolojik ihtiyaçları karşılamak ve hapsedilmiş duyguları açığa vurmak için bir fırsat sağlar. Bu durumda, hakemler hedef olarak gösterilebilir ve böylece hakemler, seyirci, antrenör ve oyuncular arasında bir huzursuzluk kaynağı olarak düşünülebilir<sup>(4)</sup>. Fakat bu konuda yapılan bir araştırma, söz konusu durumun Türk hakemler için bir olumsuzluk oluşturmadığını ifade etmektedir. Buna göre; Türkiye'de hakemlerin, seyircilerin olumsuz tezahüratlarından etkilenmediği, geçmişteki oyunculuk tecrübelerinin maç yönetiminde kendilerine katkı sağladığı, genel olarak sahada oyun kurallarını uygulamada kendi yorumlarını kattıkları, yardımcı hakemle sürekli ilişki içinde oldukları ve nihayet gözlemcinin kendileri hakkında olumsuz düşüncelerinden endişe duymadıkları anlaşılmaktadır<sup>(19)</sup>.

## **SONUÇ**

Sporla psikolojik yaklaşımlar sadece oyuncular için değil antrenörler ve hakemler için de geçerlidir. Spor olgusu içerisinde psikoloji, maç öncesi ve maç sonrası kapsamaktadır. Maç öncesi psikolojik durumun bir etmeni olan kaygı branşlar arasında farklılık göstermemiştir. Hakemlerin üç branşta ölçülen maç öncesi kaygı durumları birbirlerine yakındır. Bu sonuç hakemlikte, branştan ziyade kişiliğin önemli olduğunu yansıtmaktadır.

Tüm hakemlerin yaşları ele alındığında kaygının yaşla bağlantılı olmadığı anlaşılmakta, fakat, klasman yükseldikçe veya hakemlik yaşı arttıkça kaygının düştüğü görülmektedir. Maçın önemi, hakemlikte kaygıyı arttıran diğer bir faktördür. Kaygı düzeyi; bayanlarda, erkeklere oranla daha yüksek çıkmaktadır. Bu durum bayanların erkeklere oranla psikolojik yönden daha duygusal olmaları ile açıklanabilir.

Türkiye normlarında 17 - 71 yaş arası durumluk kaygı ortalaması;  $34 \pm 8.6'$  olarak gerçekleşmektedir. Bu ortalamaya göre hakemlerin kaygı ortalamalarının Türkiye standardının altında olması Türk sporu açısından sevindiricidir.

#### **KAYNAKLAR**

1. Aslan, S.H., Aslan, R.O. , Alparslan, N.Z. (1998). Bir Grup Amatör Futbolcuda Bazı Değişkenlerle Benlik Saygısı, Depresyon ve Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki. Spor Hekimliği Dergisi, 33 (3), 110.
2. Aşçı, F.H., Gökmen,H. (1995). Bayan Hentbolcülerde Yarışma Kaygısı, Başarı, Spor Deneyimi ve Atletik Yeterlilik İlişkisi, Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 6 (2), 39-44.
3. Biçer, T. (1998). Beyin Dilinin Gizemine Yolculuk, Futbol Eğitim Dergisi, T.F.F Yayını, 8 (5), 4.
4. Carol, L. P. (1985). Sport Group Behaviour and Officials Perceptions, International Journal of Sport Psychology, 16, 1-11.
5. Çağlar, E., Koruç, Z. (1997). Müsabaka Kaygısının Dinlenik Kalp Atım Hızı Üzerine Etkisi. H.Ü Spor Bilimleri Dergisi, 8 (3), 19-29
6. EPAK, (1999). Gelişen Futbol ve Hakem, Futbol Eğitim Dergisi, T.F.F. Yayını, Tayf Basımevi, 12 (1), 26.
7. Filiz, K. (1992). Sporcuların Müsabaka Öncesi Anksiyete Düzeylerinin Tespiti, Atatürk Üniversitesi BESYO BES Bilimleri Dergisi, 34
8. Gökdemir, K., Karaküçük, S. (1996). Güreş Hakemlerinin Boş Zaman Anlayışları Üzerine Bir Araştırma, Gazi Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi. 4 (1), 65-66
9. İkişler, C., Karagözoğlu, C. (1997). Sporda Başarının Psikolojisi, İstanbul Alfa Basım Yayınevi, 3.Baskı, 43-48, 68, 74
10. Karaküçük, S., Ermihan, N. (1996). Boş Zamanları Değerlendirme Açısından Voleybol, Basketbol ve Hentbol Hakemlerinin Hakemlik Anlayışları Üzerine Bir Araştırma, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(2), 59
11. Keysan, H. (1998). Sporda Etik Kaygılar ve Aydınlanma, Türkiye A.S.K.F. Dergisi, Sayı:85
12. Konter, E. (1996). Spor Psikolojisi ve Futbol, İzmir, Saray Kitapevi Yayıncılık, 1.Baskı, 1-3, 14, 26-28, 56.
13. Kowlowsky, M., Maoz, O. (1988). Commitment and Personality Variables as Discriminators Among Sports Referees. Journal of Sport and Exercise Psychology., 10, 262-269
14. Mellick, M. (1999). The Little Referee That Could "The Influence of Self-Efficacy on Refereeing Performance: strategies for the referee and referee's coach". <http://cpa.uwic.ac.uk/pages>
15. Öner, N., Le Comte, A. Durumluk- Sürekli Kaygı Envanterleri El Kitabı. İstanbul, Boğaziçi Yayınları, 333, 1-2
16. Özbekçi, F. (1989). Farklı Spor Dalarında Yaşanan Müsabaka Stres Düzeylerinin Araştırılması. M.Ü. S.B.E. Beden eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Tezi.
17. Özcan, K. (1999). Yöneticilerde Karar Verme İle Kaygı İlişkileri, M.Ü. F.B.E. Teknoloji Eğitimi Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.

18. Özer, T. (1998). Türk Futbol Hakemlerinin Müsabaka Süresince Hareket Analizleri, Sakarya Üniversitesi S.B.E. Beden eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Tezi. Sakarya.
19. Pepe, H., Filiz K., Pepe, K., Can, S. (1992). Futbol Hakemlerinin Hakemlik Geçmişleri ve Sporculuk Geçmişlerinin Tutarlı Karar Vermedeki Etkisinin İncelenmesi, Atatürk Üniversitesi BESYO, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 26-33
20. Rodafinos, A.K., Anshel, M.H., Sideridis, G. (1998). Sources, Intensity and Responses to Stress in Grek and Australian Basketball Referees. International Journal of Sport Psychology, 29, 303-323.
21. Satman, C., Öğülmüş, S., Müniroğlu, S. (2001). Ankara İlindeki Futbol Hakemlerinin Hakemlik Seviyelerine Göre Sürekli Kaygı Durumlarının İncelenmesi, 2.Uluslar Arası Spor Psikolojisi Sempozyumu Özet Kitabı, İzmir.
22. Schwinte, P. (1990), The Referee and The World of Football, Sports Illustrated, Los Angeles, 44-48
23. Syer, J., Connolly, C. (1998). Sporcular İçin Zihinsel Antrenman Rehberi, Çev: Erkan, F., Birinci Baskı, Bağırğan Yayımevi, Ankara.
24. Tokat, M. (2001). Siz Hala Hata mı Yapıyorsunuz? Hakemin Sesi Dergisi, 2, 15.