



Futbolcuların Yaşam Becerileri ve Psikolojik İhtiyaçlar Durumunun İncelenmesi



Dilara KUBAL [Sorumlu Yazar]

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, dilarakubal04@gmail.com



Soner ÇANKAYA

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, sonercankaya@gmail.com

Makale Geliş Tarihi: 27.06.2024

Makale Kabul Tarihi: 31.12.2024

Makale Yayın Tarihi: 31.12.2024

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı futbolcuların yaşam becerileri ve psikolojik ihtiyaçlar durumunun incelenmesidir.

Materyal&Metot: Araştırmanın evrenini futbolcular oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubunu ise Samsun ve Ordu illerinde aktif olarak futbol oynayan 18 yaş üstü 324 erkek futbolcu oluşturmaktadır. Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde normallik varsayımı Kolmogorov-Smirnov veya Shapiro-Wilk testi ile incelenmiştir. Çalışmada, ölçek alt boyut toplam puanlarının aile spor geçmişi durumuna göre farklılık gösterip göstermediği Student T Testi; yaş, sporcu yaşı, eğitim durumu, gelir durumu, mevki durumlarına göre farklılık gösterip göstermediği ise Tek Yönlü Varyans Analizi ve Tukey Çoklu Karşılaştırma Testi ile belirlenmiştir.

Bulgular: Sporun yaşam becerilerine etkisi ve psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçek puanlarında mevki, gelir durumu ve yaşam becerileri ölçeğinde yaş değişkeninde anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Eğitim durumu değişkenine göre psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği alt boyutlarında, aile spor geçmişi değişkeninde yaşam becerileri ölçeği alt boyutlarında ve psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği yeterlilik memnuniyeti alt boyutunda, spor yılı değişkenine göre yaşam becerileri ölçeği alt boyutlarında ve psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeğinde yer alan özerklik memnuniyetsizliği alt boyutunda, yaş değişkenine göre psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği maddelerinden özerklik memnuniyeti alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır. **Sonuç:** Sonuç olarak üniversite mezunu olan futbolcuların lise mezunu olan futbolculara göre sosyal, duygusal ve zaman yönetimi becerilerinin lise mezunu futbolculara göre daha yüksek olduğu, aile spor geçmişine sahip futbolcuların aile spor geçmişi olmayan futbolculara göre iletişim becerileri, amaç belirleme becerileri ve yeterlilik memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. 5-6 spor yılına sahip futbolcuların duygusal becerilerinin, amaç belirleme becerilerinin, özerklik memnuniyetsizliği durumlarının diğer spor yıllarına sahip futbolculara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. 22 yaş üstü futbolcuların özerklik memnuniyeti 18-21 yaş aralığındaki sporculara göre daha yüksek çıkmıştır. Çalışmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda, sporcular için uygun sosyal ortamların oluşturulması, psikolojik gelişimlerinin ve yaşam becerilerinin artırılmasına yönelik uygulamalara yer verilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futbolcu, yaşam becerileri, psikolojik ihtiyaçlar

Examination of Life Skills and Psychological Needs of Football Players

ABSTRACT

The aim of this research is to examine the life skills and psychological needs status of football players. The population of the research consists of football players. The sample group of the study includes 324 male football players over the age of 18 who actively play football in the provinces of Samsun and Ordu. The normality assumption of the data was examined using the Kolmogorov-Smirnov or Shapiro-Wilk test. In the study, whether the total subscale scores of the scales differed according to the family sports background was determined using the Student's T-Test; differences according to age, athlete age, education level, income level, and position were determined using One-Way Analysis of Variance and Tukey's Multiple Comparison Test. No significant differences were found in the scale scores for the impact of sport on life skills and psychological needs according to position, income level, and the age variable in the life skills scale. Significant differences were found in the subscales of the psychological needs status scale according to the education level variable, in the subscales of the life skills scale according to the family sports background variable, in the competence satisfaction subscale of the psychological needs status scale, in the subscales of the life skills scale according to the sports years variable, and in the autonomy dissatisfaction subscale of the psychological needs status scale. Significant differences were also found in the autonomy satisfaction subscale of the psychological needs status scale according to the age variable. As a result, it was observed that university graduate football players had higher social, emotional, and time management skills compared to high school graduate football players. Football players with a family sports background had higher communication skills, goal-setting skills, and competence satisfaction than those without a family sports background. Football players with 5-6 years of sports experience had higher emotional skills, goal-setting skills, and autonomy dissatisfaction compared to those with different years of sports experience. Football players over the age of 22 had higher autonomy satisfaction compared to those in the 18-21 age range. Based on the results obtained without direct effort, it is recommended to create suitable social environments for athletes and implement practices aimed at enhancing their psychological development and life skills.

Keywords: Footballer, life skills, psychological needs.

GİRİŞ

Spor her alanda insanların gelişimine katkı sağladığı gibi, bireylerin sosyal yaşamlarında düzenleyici bir rol üstlenir, yeteneklerinin gelişimine destek olur ve davranışlarını disipline eden bir araç olarak tanımlanabilir (Ekici vd., 2011). Bireylerin fiziksel, zihinsel ve psikolojik açıdan sağlıklı olması, topluma uyum sağlamalarını ve insanlarla olan ilişkilerini sağlıklı bir şekilde gerçekleştirebilmelerini sağlamaktadır (Taşçı, 2020). Bu bağlamda spor gerek fiziksel gerekse ruhsal sağlığı güvende tutmada önemli bir araçtır (Türkel, 2010). Yaşam boyu devam eden ve etkisi gözlemlenen bir kavram olan yaşam becerileri ise bireylerin günlük yaşamlarını sürdürebilmek ve bunu başarılı bir şekilde yönetebilmek için gereken süreçlerle ilişkilidir (Göksun ve Kurt, 2017). Yaşam becerilerini geliştirirken tecrübe kazanan bireyler, bu tecrübelerini sanatsal, kültürel ve spor etkinlikleri aracılığıyla elde etmektedirler. Bu tür aktiviteler kişisel gelişim, problem çözme, iletişim ve stres yönetimi gibi yaşam becerilerini destekler niteliktedir. Yaşam becerileri, zorlukların üstesinden gelebilme, farkındalık sahibi olabilme, eleştirel düşünebilme ve empati kurabilme, sağlıklı sosyal ilişkiler kurabilme gibi bireylerin hem bireysel hemde toplumsal düzeyde daha başarılı ve dengede bir yaşam sürdürmelerine katkıda bulunan beceriler olarak tanımlanmaktadır (WHO, 1996; UNESCO, 2009). Tüm bu katkılarından dolayı yaşam becerileri, bireylerin daha iyi bir şekilde yaşamlarını sürdürebilmeleri için önem arz etmektedir. Yaşam becerileri insanların hayatında sağlık, akademik başarı, psikolojik iyi olma, iş hayatında başarı, spor ve egzersiz performansı gibi birçok konuda belirleyici bir rol görevini üstlenmektedir (Açık ve Düz, 2018). Toplum yapısının sağlam temellere dayanması o toplumda yaşayan bireylerin sahip olduğu becerilere bağlıdır. Hızla değişen ve gelişen şartlara adaptasyonda yaşam becerilerinin önemi oldukça büyüktür ve toplum yapısının sağlam temellere dayalı olması o toplum içerisinde yaşayan bireylerin sahip olduğu becerilere bağlıdır. Bu bağlamda sporun yaşam becerilerine olan etkisi ve katkısı da yadsınamaz bir gerçek olarak karşımıza çıkmaktadır (Özsarı vd., 2022). Bununla birlikte sporun herkes tarafından kabul gören ve etki yaratan bir olgu olarak kabul görmüş olması gerçeği beraberinde bireylerde birtakım psikolojik ihtiyaçların ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır. Son yıllarda yapılan çalışmalar farklı bir noktaya değinerek, bir nesnenin veya bir sürecin belirli özelliklerini nicel olarak tanımlayan fiziksel parametrelerin yanı sıra psikolojik faktörlerinde sportif başarıya etkisinin oldukça önemli olduğunu göstermektedir (Miçoğulları ve ark., 2020). Sporcuların fiziksel anlamda hazırlığı yeterli olmasına rağmen kendisinden beklenen performansı sergileyememesi, sporcunun psikolojisi ile ilişkilendirilerek açıklamaya çalışılmaktadır. Nitekim günümüzde antrenörlere göre sporcuların performanslarının en az

yüzde ellisini sporcunun zihinsel ve psikolojik yapısı sağlamaktadır (Gürer ve Kılınç, 2019). Salar vd. (2012)' ne göre kişilerin yaptıkları spor faaliyetleri ve sportif aktiviteler sadece fiziksel ve sosyalleşme açısından kişiye fayda sağlamasıyla kalmayıp aynı zamanda bireyin psikolojik açıdan gelişimine de olumlu yönde katkılar sağlamaktadır. Diğer bir açıdan Kaşka (2022)' ya göre ise bir spor branşında müsabakaya çıkan sporcu mücadele etme duygusunun yanında kazanma ve kaybetme duygularını da öğrenmektedir. Sporcular tarafından öğrenilen bu durumlar, sporda motive edici bir kaynak olarak kullanılmaktadır. Sporcunun bulunduğu sosyal çevreye ait olması, başarı ve başarısızlığı, görev bilincine sahip olması gibi sporda motivasyonu etkileyen birçok faktör bulunmaktadır ve bu faktörler psikolojik ihtiyaç kapsamında yer almaktadır (Bülbül ve Akyol, 2020). Sporun bireylerin yaşam becerilerini geliştirmedeki rolü ve önemi alanyazında önemli bir konu olarak yer almaktadır. Fakat, futbolcular gibi belirli bir spor branşında yer alan bireylerin yaşam becerileri üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu çalışma, futbolcuların yaşam becerilerinin değerlendirilmesiyle ilgili literatüre özgün bir katkı sunabilir. Ayrıca, futbolcuların zihinsel ve psikolojik durumlarının performans üzerindeki etkilerini ortaya koyarak, bu alanda çalışan uzmanlar için yeni araştırma alanları yaratabilir. Futbolcuların psikolojik ihtiyaçlarını ve yaşam becerilerini anlamak, antrenörlere ve spor yöneticilerine bireysel farklılıkları dikkate alarak daha etkili antrenman programları ve destek sistemleri geliştirme fırsatı sunar. Ayrıca, futbol özelinde yaşam becerilerinin ele alınması, diğer branşlarla karşılaştırmalı çalışmalara da temel oluşturabilir.

MATERYAL & METOT

Araştırma Modeli

Bu çalışmada, nicel araştırma yöntemlerinden betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte ya da şu anda var olan bir olguyu olduğu şekilde betimleyerek sonuca ulaşma yaklaşımıdır. Ayrıca uygulanabilirliği, ekonomik oluşu, dağınık ve büyük kitleli gruplardan kısa zamanda bilgi almayı sağlayan ve birincil kaynak araştırmaları arasında yer alan anket veri toplama aracı olarak tercih edilmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2021).

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini futbolcular oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubunu ise Samsun ve Ordu illerinde aktif olarak futbol oynayan 18 yaş üstü 324 erkek futbolcu oluşturmaktadır.

Verilerin Toplanması ve Kullanılan Araçlar

Araştırma için Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan 27.10.2023 tarihli ve 2023/903 karar sayısı ile etik kurul onayı alınmıştır. Araştırmada demografik bilgilerle ilgili veriler "Kişisel Bilgi Formu" kullanılarak elde edilmiştir. Futbolcuların yaşam becerileri ile ilgili veriler Düz ve Açık (2018) tarafından geliştirilen "Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği" kullanılarak, psikolojik ihtiyaçlar durumu ile ilgili veriler ise Ünver ve ark. (2022) tarafından geliştirilmiş olan "Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği" kullanılarak elde edilmiştir.

Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği (SYBÖ)

Düz ve Açık (2018) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek, Cronin ve Allen (2017) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek, yedi alt boyutta toplam 31 maddeden oluşmaktadır ve her bir madde için "Hiç katılmıyorum (1)" ile "Tamamen katılıyorum (5)" arasında değişen 5'li Likert tipi bir yanıt skalası kullanılmaktadır. Ölçekte ters puanlanan bir ifade bulunmadığı ve ölçeğin iç tutarlık katsayısının .92 olduğu belirtilmiştir (Düz ve Açık, 2018).

Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği (SPİDÖ)

Bhavsar ve diğerleri (2020) tarafından geliştirilen "Psychological Needs in Sports Status Scale (PNSS-S)" adlı ölçeğin geçerliliği ve güvenilirliği sporcular üzerinde test edilmiştir. Bu ölçek daha sonra Ünver ve arkadaşları (2022) tarafından, bireylerin spordaki psikolojik ihtiyaçlarını değerlendirmek üzere Türkçeye uyarlanmıştır. Orijinal ölçek, 29 maddeden oluşur ve "Özerklik memnuniyeti", "Özerklik memnuniyetsizliği", "Yeterlilik memnuniyeti", "Yeterlilik memnuniyetsizliği", "Aidiyet memnuniyeti" ve "Aidiyet memnuniyetsizliği" adında altı alt boyutu içerir. Ölçek, 'Kesinlikle Katılmıyorum (1)'dan 'Kesinlikle Katılıyorum (7)'a kadar değişen 7'li Likert tipi bir yanıt skalası kullanır.

Verilerin Analizi

Araştırmada futbolcuların ölçek maddelerine verdiği cevapların iç tutarlılığını kontrol etmek amacı ile güvenilirlik katsayıları (Cronbach Alpha) hesaplanmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların ölçek maddelerine verdikleri cevaplara ait iç tutarlılık katsayıları

Ölçek ve Alt Boyutlar	İç Tutarlılık Katsayısı	Değerlendirme
Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği	0,931	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Yönetim Becerisi	0,814	Yüksek Düzeyde Güvenilir
İletişim Becerisi	0,692	Orta Düzeyde Güvenilir
Liderlik Becerisi	0,781	Orta Düzeyde Güvenilir
Takım Çalışması	0,790	Orta Düzeyde Güvenilir
Sosyal Beceriler	0,776	Orta Düzeyde Güvenilir
Duygusal Beceriler	0,742	Orta Düzeyde Güvenilir
Amaç Belirleme Becerileri	0,800	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Sporunda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği	0,729	Orta Düzeyde Güvenilir
Özerklik Memnuniyeti	0,732	Orta Düzeyde Güvenilir
Özerklik Memnuniyetsizliği	0,753	Orta Düzeyde Güvenilir
Yeterlilik Memnuniyeti	0,854	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Yeterlilik Memnuniyetsizliği	0,930	Yüksek Düzeyde Güvenilir
Aidiyet Memnuniyeti	0,730	Orta Düzeyde Güvenilir
Aidiyet Memnuniyetsizliği	0,928	Yüksek Düzeyde Güvenilir

Araştırmada Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeğinin alt boyut maddelerine verilen cevapların iç tutarlılığı orta ve yüksek güvenilir düzeyde, Sporunda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği maddelerine verilen cevaplarında iç tutarlılığı orta ve yüksek düzeyde güvenilir bulunmuştur.

Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde normallik varsayımı Kolmogorov-Smirnov veya Shapiro-Wilk testi ile incelenmiştir ($p>0,05$). Çalışmada, ölçek alt boyut toplam puanlarının aile spor geçmişi durumuna göre farklılık gösterip göstermediği Student T Testi; yaş, sporcu yaşı, eğitim durumu, gelir durumu, mevki durumlarına göre farklılık gösterip göstermediği ise Tek Yönlü Varyans Analizi ve Tukey Çoklu Karşılaştırma Testi ile belirlenmiştir. Tüm istatistiksel hesaplamalarda SPSS 22.0 V. istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırma bulguları, n(%), ortalama, standart sapma olarak verilmiş olup, bulgular $p<0,05$ düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 2. Futbolcuların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Eğitim Durumu	n	%	Aile Spor Geçmişi	n	%
Lise	132	43,0	Var	137	44,6
Üniversite	175	57,0	Yok	170	55,4
Toplam	307	100,0	Toplam	307	100,0

Spor Yaşı (yıl)	n	%	Mevki	n	%
1-2	30	9,8	Kaleci	26	8,5
3-4	47	15,3	Defans	105	34,2
5-6	50	16,3	Orta Saha	117	38,1
7 ve üzeri	180	58,6	Forvet	59	19,2
Toplam	307	100,0	Toplam	307	100,0

Yaş (yıl)	n	%	Gelir Durumu	n	%
18-21	157	51,1	Gelir<Gider (Düşük)	51	16,6
22-24	84	27,4	Gelir=Gider (Orta)	224	73,0
25 ve üzeri	66	21,5	Gelir>Gider (Yüksek)	32	10,4
Toplam	307	100,0	Toplam	307	100,0

Araştırmaya gönüllü olarak katılan futbolcuların %57'si üniversite öğrencisi, %58,6'sı 7 yıl ve üzeri spor yapan, %55,4'ü aile spor geçmişine sahip değil, %51,1'i 18-21 yaş aralığında, %38,1'i orta saha oyuncusu, %73'ü ise orta gelire sahip olduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 3. Eğitim Durumuna Göre Futbolcuların Yaşam Becerileri ve Psikolojik İhtiyaçlar Durumu

Ölçek ve Alt Boyutlar	Eğitim Durumu	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği	Lise	131	125,02	15,99	0,084
	Üniversite	172	127,99	13,82	
Zaman Yönetimi Becerisi	Lise	132	15,64b	2,80	0,009
	Üniversite	175	16,43a	2,49	
İletişim Becerisi	Lise	132	16,42	2,58	0,364
	Üniversite	173	16,68	2,35	
Liderlik Becerisi	Lise	131	20,27	3,45	0,869
	Üniversite	174	20,33	2,76	
Takım Çalışması	Lise	132	24,97	3,58	0,522
	Üniversite	175	25,22	3,16	
Sosyal Beceriler	Lise	132	15,92b	2,83	0,037
	Üniversite	175	16,56a	2,54	
Duygusal Beceriler	Lise	132	15,42b	2,75	0,018
	Üniversite	175	16,13a	2,50	
Amaç Belirleme Becerileri	Lise	132	16,56	2,79	0,331
	Üniversite	175	16,85	2,43	
Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği	Lise	131	131,84	20,93	0,014
	Üniversite	175	137,29	17,71	
Özerklik Memnuniyeti	Lise	132	22,38b	4,26	<0,001
	Üniversite	175	24,07a	3,12	
Özerklik Memnuniyetsizliği	Lise	132	15,44a	4,87	0,026
	Üniversite	175	14,19b	4,83	
Yeterlilik Memnuniyeti	Lise	132	23,73b	4,56	0,021
	Üniversite	175	24,78a	3,33	

Yeterlilik	Lise	131	22,40b	6,83	
Memnuniyetsizliği	Üniversite	175	25,31a	4,40	<0,001
Aidiyet Memnuniyeti	Lise	132	17,49	3,30	
	Üniversite	175	17,59	3,26	0,788
Aidiyet	Lise	132	30,30	6,97	
Memnuniyetsizliği	Üniversite	175	31,34	6,23	0,167

Araştırmada futbolcuların sporun yaşam becerilerine etkisi ölçek toplam ve alt boyut toplam (zaman yönetimi becerisi, sosyal beceriler ve duygusal beceriler alt boyutları hariç) boyutları arasında eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemişken ($p>0,05$), sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği toplam puan ve alt boyut toplam puanları (aidiyet memnuniyeti ve aidiyet memnuniyetsizliği alt boyut puanları hariç) arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Üniversite mezunu olan futbolcuların lise mezunu olan futbolculara göre sosyal, duygusal ve zaman yönetimi becerilerinin lise mezunu futbolculara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı zamanda üniversite mezunu olan futbolcuların özerklik memnuniyeti, özerklik memnuniyetsizliği, yeterlilik memnuniyeti, yeterlilik memnuniyetsizliği durumlarının lise mezunu futbolculara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 4. Aile Spor Geçmişine Göre Futbolcuların Yaşam Becerileri ve Psikolojik İhtiyaçlar Durumu

Ölçek ve Alt Boyutlar	Aile Spor Geçmişi	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği	Var	135	128,08	14,87	0,147
	Yok	168	125,60	14,76	
Zaman Yönetimi Becerisi	Var	137	16,34	2,88	0,136
	Yok	170	15,88	2,44	
İletişim Becerisi	Var	137	16,91a	2,37	0,024
	Yok	168	16,28b	2,47	
Liderlik Becerisi	Var	135	20,54	3,14	0,224
	Yok	170	20,11	2,99	
Takım Çalışması	Var	137	25,16	3,29	0,789
	Yok	170	25,06	3,39	
Sosyal Beceriler	Var	137	16,28	2,65	0,994
	Yok	170	16,28	2,71	
Duygusal Beceriler	Var	137	16,06	2,57	0,149
	Yok	170	15,06	2,66	
Amaç Belirleme Becerileri	Var	137	17,05a	2,43	0,044
	Yok	170	16,45b	2,68	
Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği	Var	137	136,44	20,00	0,225
	Yok	169	133,74	18,70	
Özerklik Memnuniyeti	Var	137	23,62	4,26	0,243
	Yok	170	23,11	3,12	
Özerklik Memnuniyetsizliği	Var	137	14,70	4,88	0,934
	Yok	170	14,74	4,89	
Yeterlilik Memnuniyeti	Var	137	24,85a	3,80	0,037
	Yok	170	23,91b	3,99	
Yeterlilik Memnuniyetsizliği	Var	137	24,25	5,65	0,597
	Yok	169	23,90	5,83	
Aidiyet Memnuniyeti	Var	137	17,79	3,31	0,239

	Yok	170	17,35	3,23	
Aidiyet Memnuniyetsizliği	Var	137	31,21	6,80	0,436
	Yok	170	30,62	6,38	

Araştırmada futbolcuların sporun yaşam becerilerine etkisi ölçek toplam ve alt boyut toplam boyut puanları (iletişim becerisi ve amaç belirleme becerileri alt boyutları hariç) arasında aile spor geçmişi değişkenine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemişken ($p>0,05$), sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında yeterlilik memnuniyeti alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$; Tablo 3). Aile spor geçmişine sahip futbolcuların aile spor geçmişi olmayan futbolculara göre iletişim becerileri, amaç belirleme becerileri ve yeterlilik memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 5. Spor Yılına Göre Futbolcuların Yaşam Becerileri ve Psikolojik İhtiyaçlar Durumu

Ölçek ve Alt Boyutlar	Spor Yaşı (yıl)	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği	1-2	29	123,86	12,33	0,144
	3-4	47	129,19	11,89	
	5-6	49	129,81	11,83	
	7 yıl ve üzeri	178	125,66	16,44	
Zaman Yönetimi Becerisi	1-2	30	16,20	2,42	0,733
	3-4	47	16,40	2,35	
	5-6	50	16,22	2,51	
	7 yıl ve üzeri	180	15,95	2,80	
İletişim Becerisi	1-2	30	16,33	2,23	0,944
	3-4	47	16,68	2,18	
	5-6	50	16,56	2,38	
	7 yıl ve üzeri	178	16,58	2,58	
Liderlik Becerisi	1-2	29	20,03	3,04	0,102
	3-4	47	20,85	2,48	
	5-6	49	21,04	2,58	
	7 yıl ve üzeri	180	20,01	3,29	
Takım Çalışması	1-2	30	24,96	3,20	0,494
	3-4	47	25,36	3,01	
	5-6	50	25,68	2,87	
	7 yıl ve üzeri	180	24,91	3,56	
Sosyal Beceriler	1-2	30	15,76	3,01	0,370
	3-4	47	16,36	2,46	
	5-6	50	16,80	2,12	
	7 yıl ve üzeri	180	16,20	2,81	
Duygusal Beceriler	1-2	30	14,66b	2,59	0,018
	3-4	47	16,10a	2,38	
	5-6	50	16,52a	2,43	
	7 yıl ve üzeri	180	15,75b	2,69	
Amaç Belirleme Becerileri	1-2	30	16,70b	2,49	0,017
	3-4	47	17,42a	2,36	
	5-6	50	17,38a	1,85	
	7 yıl ve üzeri	180	16,36b	2,77	
Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği	1-2	29	135,06	19,43	0,339
	3-4	47	135,27	18,34	
	5-6	50	139,30	16,97	
	7 yıl ve üzeri	180	133,64	20,09	

Özerklik Memnuniyeti	1-2	30	23,16	3,63	0,635
	3-4	47	22,76	2,99	
	5-6	50	23,70	3,09	
	7 yıl ve üzeri	180	23,42	4,09	
Özerklik Memnuniyetsizliği	1-2	30	15,00b	4,72	0,007
	3-4	47	16,34a	5,12	
	5-6	50	15,80a	4,92	
	7 yıl ve üzeri	180	13,96b	4,70	
Yeterlilik Memnuniyeti	1-2	30	25,03	3,23	0,224
	3-4	47	23,70	3,62	
	5-6	50	25,10	3,38	
	7 yıl ve üzeri	180	24,16	4,22	
Yeterlilik Memnuniyetsizliği	1-2	29	23,62	6,40	0,749
	3-4	47	23,38	6,28	
	5-6	50	24,52	4,76	
	7 yıl ve üzeri	180	24,18	5,76	
Aidiyet Memnuniyeti	1-2	30	17,60	3,29	0,607
	3-4	47	17,87	2,90	
	5-6	50	17,94	2,70	
	7 yıl ve üzeri	180	17,35	3,49	
Aidiyet Memnuniyetsizliği	1-2	30	30,13	6,85	0,382
	3-4	47	31,21	5,96	
	5-6	50	32,24	4,97	
	7 yıl ve üzeri	180	30,56	7,03	

Araştırmada futbolcuların sporun yaşam becerilerine etkisi ölçek toplam ve alt boyut toplam (duygusal beceriler ve amaç belirleme becerileri alt boyutları hariç) puanları arasında spor yılına göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemişken ($p>0,05$), sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında özerklik memnuniyetsizliği alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$; Tablo 4). 5-6 spor yılına sahip futbolcuların duygusal becerilerinin, amaç belirleme becerilerinin, özerklik memnuniyetsizliği durumlarının diğer spor yıllarına sahip futbolculara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 6. Mevkiye Göre Futbolcuların Yaşam Becerileri ve Psikolojik İhtiyaçlar Durumu

Ölçek ve Alt Boyutlar	Mevki	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği	Kaleci	26	126,53	13,93	0,940
	Defans	103	127,13	15,76	
	Orta Saha	115	126,06	14,74	
	Forvet	59	127,30	14,08	
Zaman Yönetimi Becerisi	Kaleci	26	16,00	2,26	0,874
	Defans	105	16,22	2,72	
	Orta Saha	117	15,94	2,72	
	Forvet	59	16,16	2,57	
İletişim Becerisi	Kaleci	26	16,69	1,73	0,948
	Defans	105	16,64	2,49	
	Orta Saha	115	16,46	2,54	
	Forvet	59	16,57	2,50	

Liderlik Becerisi	Kaleci	26	20,34	3,24	0,938
	Defans	103	20,45	3,13	
	Orta Saha	117	20,23	3,05	
	Forvet	59	20,18	2,96	
Takım Çalışması	Kaleci	26	24,92	3,21	0,641
	Defans	105	24,83	3,35	
	Orta Saha	117	25,19	3,44	
	Forvet	59	25,50	3,20	
Sosyal Beceriler	Kaleci	26	16,26	2,20	0,986
	Defans	105	16,35	2,96	
	Orta Saha	117	16,27	2,67	
	Forvet	59	16,18	2,41	
Duygusal Beceriler	Kaleci	26	15,53	2,88	0,068
	Defans	105	16,18	2,58	
	Orta Saha	117	15,36	2,64	
	Forvet	59	16,22	2,45	
Amaç Belirleme Becerileri	Kaleci	26	16,76	1,83	0,839
	Defans	105	16,83	2,80	
	Orta Saha	117	16,75	2,62	
	Forvet	59	16,45	2,42	
Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği	Kaleci	26	139,53	14,91	0,505
	Defans	105	134,90	19,80	
	Orta Saha	117	133,45	20,68	
	Forvet	58	136,01	17,20	
Özerklik Memnuniyeti	Kaleci	26	24,19	3,14	0,372
	Defans	105	22,89	4,27	
	Orta Saha	117	23,52	3,37	
	Forvet	59	23,38	3,64	
Özerklik Memnuniyetsizliği	Kaleci	26	14,65	6,05	0,596
	Defans	105	15,23	4,31	
	Orta Saha	117	14,35	4,93	
	Forvet	59	14,59	5,18	
Yeterlilik Memnuniyeti	Kaleci	26	26,46	2,04	0,204
	Defans	105	23,77	4,54	
	Orta Saha	117	24,50	3,68	
	Forvet	59	24,49	3,80	
Yeterlilik Memnuniyetsizliği	Kaleci	26	24,26	5,83	0,556
	Defans	105	24,45	5,08	
	Orta Saha	117	23,46	6,32	
	Forvet	58	24,46	5,64	
Aidiyet Memnuniyeti	Kaleci	26	17,84	3,18	0,852
	Defans	105	17,55	3,38	
	Orta Saha	117	17,37	3,16	
	Forvet	58	17,76	3,37	
Aidiyet Memnuniyetsizliği	Kaleci	26	33,11	3,08	0,239
	Defans	105	30,99	6,73	
	Orta Saha	117	30,23	7,20	
	Forvet	59	31,05	5,96	

Araştırmada futbolcuların sporun yaşam becerilerine etkisi ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları arasında ve psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği toplam ve alt boyut toplam puanları arasında mevki durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 7. Yaşa Göre Futbolcuların Yaşam Becerileri ve Psikolojik İhtiyaçlar Durumu

Ölçek ve Alt Boyutlar	Yaş	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği	18-21	153	125,98	14,31	0,448
	22-24	84	126,45	14,60	
	25 ve üzeri	66	128,72	16,33	
Zaman Yönetimi Becerisi	18-21	157	16,01	2,77	0,859
	22-24	84	16,14	2,58	
	25 ve üzeri	66	16,21	2,45	
İletişim Becerisi	18-21	155	16,67	2,32	0,254
	22-24	84	16,20	2,64	
	25 ve üzeri	66	16,80	2,47	
Liderlik Becerisi	18-21	155	20,13	3,0	0,385
	22-24	84	20,27	2,99	
	25 ve üzeri	66	20,75	3,30	
Takım Çalışması	18-21	157	25,07	3,19	0,309
	22-24	84	24,78	3,54	
	25 ve üzeri	66	25,62	3,43	
Sosyal Beceriler	18-21	157	16,14	2,58	0,402
	22-24	84	16,61	2,51	
	25 ve üzeri	66	16,19	3,09	
Duyusal Beceriler	18-21	157	15,62	2,73	0,385
	22-24	84	15,98	2,24	
	25 ve üzeri	66	16,09	2,81	
Amaç Belirleme Becerileri	18-21	157	16,74	2,56	0,363
	22-24	84	16,44	2,62	
	25 ve üzeri	66	17,04	2,59	
Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği	18-21	156	133,19	21,36	0,266
	22-24	84	137,01	15,89	
	25 ve üzeri	66	136,48	17,98	
Özerklik Memnuniyeti	18-21	157	22,71b	4,10	0,011
	22-24	84	24,01a	3,30	
	25 ve üzeri	66	23,96a	3,10	
Özerklik Memnuniyetsizliği	18-21	157	15,35	4,56	0,065
	22-24	84	14,17	5,24	
	25 ve üzeri	66	13,92	4,99	
Yeterlilik Memnuniyeti	18-21	157	23,85	4,34	0,077
	22-24	84	25,02	3,43	
	25 ve üzeri	66	24,57	3,36	
Yeterlilik Memnuniyetsizliği	18-21	156	23,46	6,35	0,175
	22-24	84	24,73	4,56	
	25 ve üzeri	66	24,62	5,50	
Aidiyet Memnuniyeti	18-21	157	17,33	3,34	0,368
	22-24	84	17,58	3,31	
	25 ve üzeri	66	18,01	3,01	
Aidiyet Memnuniyetsizliği	18-21	157	30,37	7,07	0,370
	22-24	84	31,47	5,59	
	25 ve üzeri	66	31,37	6,48	

Araştırmada futbolcuların Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları arasında yaşa göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemişken ($p>0,05$), sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği toplam puan ve alt boyut toplam puanları arasında özerklik memnuniyeti alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$; Tablo 6). 22 yaş üstü futbolcuların özerklik memnuniyeti 18-21 yaş aralığındaki sporculara göre daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 8. Gelir Durumuna Göre Futbolcuların Yaşam Becerileri ve Psikolojik İhtiyaçlar Durumu

Ölçek ve Alt Boyutlar	Gelir Durumu	n	Ortalama	SS	P-değeri
Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği	Düşük	51	122,66	13,06	0,084
	Orta	220	127,30	14,45	
	Yüksek	32	129,06	18,99	
Zaman Yönetimi Becerisi	Düşük	51	15,96	2,44	0,926
	Orta	224	16,11	2,71	
	Yüksek	32	16,15	2,64	
İletişim Becerisi	Düşük	51	16,01	2,32	0,088
	Orta	222	16,60	2,42	
	Yüksek	32	17,21	2,69	
Liderlik Becerisi	Düşük	51	19,94	2,65	0,647
	Orta	222	20,38	3,04	
	Yüksek	32	20,37	3,79	
Takım Çalışması	Düşük	51	24,11	2,97	0,066
	Orta	224	25,32	3,26	
	Yüksek	32	25,18	4,20	
Sosyal Beceriler	Düşük	51	15,52	2,81	0,054
	Orta	224	16,37	2,60	
	Yüksek	32	16,87	2,83	
Duygusal Beceriler	Düşük	51	15,09	2,76	0,054
	Orta	224	15,90	2,58	
	Yüksek	32	16,43	2,52	
Amaç Belirleme Becerileri	Düşük	51	16,0	2,76	0,089
	Orta	224	16,87	2,41	
	Yüksek	32	16,81	3,31	
Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği	Düşük	51	130,88	20,97	0,145
	Orta	223	135,27	18,91	
	Yüksek	32	139,18	18,73	
Özerklik Memnuniyeti	Düşük	51	22,62	3,69	0,223
	Orta	224	23,40	3,77	
	Yüksek	32	24,03	3,53	
Özerklik Memnuniyetsizliği	Düşük	51	14,01	5,03	0,156
	Orta	224	14,68	4,95	
	Yüksek	32	16,12	3,88	
Yeterlilik Memnuniyeti	Düşük	51	24,01	3,81	0,729
	Orta	224	24,34	3,91	
	Yüksek	32	24,71	4,31	
Yeterlilik Memnuniyetsizliği	Düşük	51	23,78	5,43	0,848
	Orta	223	24,05	5,93	
	Yüksek	32	24,53	4,98	
Aidiyet Memnuniyeti	Düşük	51	17,05	3,18	0,422
	Orta	224	17,60	3,39	
	Yüksek	32	17,96	2,44	
Aidiyet Memnuniyetsizliği	Düşük	51	29,37	7,42	0,166
	Orta	224	33,10	6,45	
	Yüksek	32	31,81	5,69	

Araştırmada futbolcuların sporun yaşam becerilerine etkisi ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları arasında ve psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği toplam ve alt boyut toplam puanları arasında gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışma futbolcuların yaşam becerileri ve psikolojik ihtiyaçlar durumunun incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya Samsun ve Ordu illerinde aktif olarak futbol oynayan 18 yaş üstü 324 erkek futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Sporun Yaşam Becerilerine

Etkisi Ölçeğinin alt boyut maddelerine verilen cevapların iç tutarlılığı orta ve yüksek güvenilir düzeyde, Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durumu Ölçeği maddelerine verilen cevaplarında iç tutarlılığı orta ve yüksek düzeyde güvenilir bulunmuştur.

Çalışmadan elde edilen veriler doğrultusunda sporcuların eğitim durumlarına göre yaşam becerileri ve psikolojik ihtiyaçlar durumunun incelenmesi sonucunda sporun yaşam becerilerine etkisi ölçeğinde zaman yönetimi, sosyal beceriler ve duygusal beceriler alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmış fakat diğer alt boyutlarda anlamlı farklılıklar olmadığı gözlemlenmiştir. Eğitim durumu değişkenine göre sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeğinde ise özerklik memnuniyeti, özerklik memnuniyetsizliği, yeterlilik memnuniyeti, yeterlilik memnuniyetsizliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiş, diğer alt boyutlarda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Çalışmada üniversite mezunu olan futbolcuların lise mezunu olan futbolculara göre daha az psikolojik desteğe ihtiyaç duydukları ve yaşam becerilerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda üniversite mezunu olan futbolcuların sosyal, duygusal ve zaman yönetimi becerilerinin lise mezunu futbolculara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Üniversite mezunu futbolcuların, sosyal ortamlarda daha etkileşimli ve iletişim yeteneklerine sahip oldukları, duygusal zekâlarını yönetebildikleri ve takım çalışmalarında daha etkin bir şekilde rol alabildikleri gözlemlenmiştir. Bu durumun, bu futbolcuların aktivitelerde daha sosyal ve işbirliği odaklı bir tutum sergilemelerinden kaynaklandığı düşünülebilir. Üniversite mezunu futbolcuların zaman yönetimi konusunda daha başarılı olmaları, genellikle disiplin, antrenman programlarına bağlılık ve belirli bir düzenin içinde çalışma alışkanlıklarına sahip olmalarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Üniversite mezunu futbolcuların lise mezunu futbolculara göre daha az psikolojik desteğe ihtiyaç duymalarında eğitim düzeyi, yaşam deneyimi, daha farklı ilgi alanları, mental güç gibi birden çok sebep olabilir. Ancak her futbolcu farklı bir yaşam hikayesine ve deneyimlere sahiptir. Bu nedenle, genellemeler yaparken bireysel farklılıkların ve istisnaların göz önünde bulundurulması önemlidir.

Çalışmada futbolcuların aile spor geçmişi değişkenine göre yaşam becerileri ve psikolojik ihtiyaçlar durumu incelendiğinde sporda yaşam becerileri ölçeğinde iletişim becerisi ve amaç belirleme becerileri alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmış olup diğer alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Aile spor geçmişine sahip futbolcuların, aile içinde iletişimi daha etkili bir şekilde öğrenmiş olabilecekleri veya aileleri tarafından belirlenen amaçlar doğrultusunda yetişmiş olabilecekleri düşünülmektedir. Farklı konularda spor geçmişine sahip olan ailelerin çocuklarını daha çok spora yönlendirdikleri, ayrıca kendilerinin

de fiziksel olarak aktif olduklarını gösteren birçok çalışma mevcuttur. Araştırmalar, sporun içinde olan ebeveynlerin iletişimlerinde daha duyarlı olan anne ve babalar olduğunu göstermektedir. Spor, aile içi iletişimi güçlendirici özel bir role sahiptir (Dorsch vd., 2015). Aile spor geçmişi değişkenine göre sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeğinde ise yeterlilik memnuniyeti alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Alanyazında konuyla alakalı yapılan çalışmalarda aile spor geçmişi değişkeni ile ilgili çalışmaya rastlanmamışken, bu farklılık aile desteğinin futbolcuların kendilerini sporda yeterli hissetmelerine nasıl etki ettiğini gösterebilir. Ailenin spor geçmişine sahip olması, bu futbolcuların başarılarına ve kendilerini yeterli hissetmelerine katkıda bulunmuş olabilir.

Çalışmada futbolcuların spor yılı değişkenine göre yaşam becerileri ve psikolojik ihtiyaçlar durumu incelendiğinde sporda yaşam becerileri ölçeğinde duygusal beceriler ve amaç belirleme becerileri alt boyutları arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Bu farklılıkların sporcunun kariyer evriminin yaşam becerileri üzerinde belirleyici olabileceğini düşündürebilir. Örneğin, daha deneyimli sporcuların duygusal beceriler konusunda daha gelişmiş olmaları beklenebilir. Duygusal beceriler ve amaç belirleme becerileri genellikle bireylerin gelişim süreçlerine bağlı olarak değişebilir. Bu nedenle spor yıllarındaki farklılıkların, sporcuların kişisel ve psikolojik gelişim süreçlerini yansıtabileceği düşünülebilir. Kardağ (2019)'ın spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spor yapma durumlarının sosyal bütünleşme ve yaşam becerileri düzeylerine etkisini incelediği çalışmasında da düzenli spor yapan öğrencilerde yapılan sporun zaman yönetimine, takım çalışmasına, liderliğe, iletişime, amaç belirlemeye, duygusal becerilere, sosyal becerilere ve yaşam becerilerine olan etkisinin düzenli spor yapmayan öğrencilerden daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Spor yılı değişkenine göre sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeğinde ise özerklik memnuniyetsizliği alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Tiryaki ve ark. (2020)'da yaptıkları çalışmada yalnızca özerklik alt boyutunda anlamlı bir farkın olduğuna dikkat çekmiştir. Bu tür bir anlamlı farklılık, sporcunun performansını etkileyebilecek psikolojik ihtiyaçların dikkate alınması gerektiğini gösterirken, spor yılındaki değişimlerin sporcuların özerklik ihtiyaçlarına olan duyarlılıklarını etkileyebileceğini düşündürebilir. Örneğin; belirli bir dönemdeki antrenman yoğunluğu, performans beklentileri veya rekabetin arttığı zamanlarda sporcuların özerklik ihtiyaçlarını karşılamakta daha fazla zorlanmış olabilecekleri düşünülebilir.

Çalışmada futbolcuların mevki değişkenine göre sporun yaşam becerilerine etkisi ölçek ve sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği toplam ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Elde edilen sonuçlara göre, belirli bir mevki veya pozisyonun

futbolcuların genel yaşam becerileri veya psikolojik ihtiyaçları üzerinde baskın bir rol oynamadığı söylenebilir.

Çalışmada futbolcuların yaş değişkenine göre sporda yaşam becerileri ölçeğinde toplam boyut ve alt boyut puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Bu durumda, yaşın futbolcuların yaşam becerileri üzerinde önemli bir etki yaratmadığı söylenebilir. Türk (2015) ve Kardağ (2019)'da sporda gençlerin yaşa göre yaşam becerileri kazanma ve geliştirme sürecinin farklılık göstermediğini tespit etmişlerdir. Yanı sıra Çimen ve Akıncı (2021) yaptıkları çalışmada 35 yaş altı genç öğretmenlerin zaman yönetimini iyi kullandığı dinamik ve idealist oldukları için yaşam becerilerine etkisinin arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Yaş değişkenine göre sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeğinde özerklik memnuniyeti alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu durum, futbolcuların yaşları arttıkça özerklik memnuniyetinde belirgin bir değişiklik yaşandığını ve yaşa bağlı olarak bu konuda ortaya çıkan farklılıkların, futbolcuların psikolojik ihtiyaçlarına yönelik duyarlılıklarında değişim meydana getirdiğini düşündürebilir.

Araştırmada futbolcuların gelir durumu değişkenine göre yaşam becerileri ve psikolojik ihtiyaçlar durumu incelendiğinde ölçeklerin toplam boyut ve alt boyut puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Bu sonuç, gelir durumunun futbolcuların yaşam becerileri ve psikolojik ihtiyaçları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir. Gezer (2018) ve Güler (2022)'in sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ile ilgili yaptığı çalışma bulguları bu çalışma ile benzerlik göstermektedir. Savaş (2021)'ın sporun yaşam becerilerine etkisi ile ilgili yaptığı çalışmasında aile gelir durumu değişkeninin, katılımcıların yaşam becerileri üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Acun (2018)'de üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarının gelir durumu değişkenine göre farklılaştığını tespit etmiştir. Bu farklılıkların farklı örneklem gruplarının ve ölçüm araçlarının kullanımı gibi faktörlerden kaynaklandığı söylenebilir.

Sonuç olarak üniversite mezunu olan futbolcuların lise mezunu olan futbolculara göre sosyal, duygusal ve zaman yönetimi becerilerinin lise mezunu futbolculara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı zamanda üniversite mezunu olan futbolcuların özerklik memnuniyeti, özerklik memnuniyetsizliği, yeterlilik memnuniyeti, yeterlilik memnuniyetsizliği durumlarının lise mezunu futbolculara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Aile spor geçmişine sahip futbolcuların aile spor geçmişi olmayan futbolculara göre iletişim becerileri, amaç belirleme becerileri ve yeterlilik memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. 5-6 spor yılına sahip futbolcuların duygusal becerilerinin, amaç belirleme becerilerinin, özerklik

memnuniyetsizliği durumlarının diğer spor yıllarına sahip futbolculara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. 22 yaş üstü futbolcuların özerklik memnuniyeti 18-21 yaş aralığındaki sporculara göre daha yüksek çıkmıştır

ÖNERİLER

Sosyal hayatın bir gereği olarak beden eğitimi ve sporun bireyin fiziksel ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılama sürecinde önemli bir rol oynadığı görülmektedir. Bu süreç, bireyin yaşamını sürdürmesini, toplumda kendini ifade etmesini ve sosyal hayatın gereksinimlerini karşılamaını sağlayan becerileri geliştirmesine katkıda bulunmaktadır. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda, sporcuların bireysel veya takım sporu yapmalarına bakılmaksızın, yaşam becerileri ve psikolojik ihtiyaçlarının desteklenmesi önem taşımaktadır. Bu amaçla, sporcular için uygun sosyal ortamların oluşturulması, psikolojik gelişimlerinin ve yaşam becerilerinin artırılmasına yönelik uygulamalara yer verilmesi önerilmektedir. Bu tür araştırmalar, sporda sosyal ve ekonomik faktörlerin rolünü anlamak ve sporcunun yaşam kalitesini iyileştirmek için uygulanabilir stratejiler geliştirmek adına daha kapsamlı bir şekilde incelenebilir. Farklı spor branşlarıyla karşılaştırmalar yapılarak futbolun diğer spor branşlarına kıyasla yaşam becerileri ve psikolojik ihtiyaçlar durumu üzerindeki etkisi incelenebilir. Çalışmaya katılan futbolcuların demografik özelliklerini dikkate alarak daha geniş ve çeşitli örneklem grubu seçilmesi sonuçların genellenebilirliğini artırabilir. Hem nitel hem nicel araştırma yöntemleri bir arada kullanılarak daha derinlemesine bir analiz yapılabilir. Çalışmaya futbolcuların antrenörleri ve aileleri de katılabilir. Böylece çevresel etkenlerinde bu konular üzerinde ne derece etkili olduğu belirlenebilir. Ayrıca araştırmanın kültürel boyutu da analiz edilebilir.

KAYNAKLAR

- Acun, A. (2018). Sporcu ve sedanter üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve temel psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Gaziantep.
- Açak, M. ve Düz, S. (2018). Sporun yaşam becerilerine etkisi ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması. *I İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5 (9),1-13.
- Bhavsar, N., Bartholomew, K.J., Quested, E., Gucciardi, D.F., Thøgersen-Ntoumani, C., Reeve, J., Ntoumanis, N. (2020). Measuring psychological need states in sport: theoretical considerations and a new measure. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101617.
- Bülbül, A. ve Akyol, G. (2020). Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durum Ölçeği (SPİDÖ): Türkçe Uyarlaması, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 31(4), 163-173.
- Cronin, L.D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, (28), 105-119.
- Çimen, E. ve Akıncı A.Y. (2021). Beden eğitimi öğretmenlerinin yaşam beceri düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi (Akdeniz Bölgesi Örneği). *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4 (3),359-370.
- Dorsch, T. E., Smith, A. L., Wilson, S. R., McDonough, M. H. (2015). Parent goals and verbal sideline behavior in organized youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(1), 19-35.

- Düz, S., ve Açak, M. (2018). Sporun yaşam becerilerine etkisi ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(9), 74-86.
- Ekici, S., Çolakoğlu, T., & Bayraktar, A. (2011). Dağcılık sporuyla uğraşan bireylerin bu spora yönelme nedenleri üzerine bir araştırma. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2).
- Gezer, H. (2018). Bireysel ve takım sporları ile uğraşan üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının belirlenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yönetimi Anabilim Dalı, Erzurum.
- Göksun, D.O. ve Kurt, A.A. (2017). Öğretmen adaylarının 21.yüzyıl öğrenen becerileri kullanımları ve 21.yüzyıl öğreten becerileri kullanımları arasındaki ilişki. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 42 (190),107-130.
- Güler, Ş. (2022). Egzersiz liderlerinin özliderlik algıları ile egzersiz katılımcılarının temel psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Gürer, B., Kılınç, Z. (2019). Doğa sporları yapanların temel psikolojik ihtiyaçlarının zihinsel dayanıklılığa etkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 222-233.
- Karataş, E. Ö., Savaş, B. Ç., ve Karataş, Ö. (2021). Beden eğitimi, spor ve oyunun sosyalleşme üzerine etkisi. *Kafkas Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, (1), 1-16.
- Kardağ, A. (2019). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde yaşam becerileri ve sosyal bütünleşme ilişkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Manisa: Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kaşka, F. (2022). Fitness egzersizi yapan bireylerde temel psikolojik ihtiyaçlar ve egzersiz bağımlılığı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Aydın.
- Miçooğulları, B.O., Ekmekçi, R., Dağaşan, Y. (2020). Üniversite sporcu öğrencilerinde kendine güven hedef belirleme ve kararlılık. *Journal of Physical Education & Sports Science/Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 133-144.
- Özsarı A, Kara Ş.N., ve Kara, M. (2022). Çeşitli spor branşlarının yaşam becerilerine etkisinin incelenmesi. 7. Uluslararası Akademik Araştırmalar Kongresi, 07-09 Ekim 2023, Trabzon.
- Salar, B., Hekim, M. ve Tokgöz, M. (2012). 15-18 yaş grubu takım ve ferdi spor yapan bireylerin duygusal durumlarının karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 4(6):123-135.
- Savaş, E. R. E. L. (2021). Badminton ve yaşam becerileri üzerine etkisi. *Anatolia Sport Research*, 2(1), 16-29.
- Taşçı, M. (2020). Ortaöğretimde sportif faaliyetlere katılımın bireyin yaşam becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi. Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Tiryaki, K., Pehlivan, M. & Kaya, H. B. (2020). Koronavirüs (Covid-19) tedbirleri kapsamında evde kalan spor bilimleri fakültesi öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının belirlenmesi:Düzce Üniversitesi örneği. *Spor Eğitim Dergisi*, 4 (3), 43-53.
- Türk, A. (2015). Sporun gençlerin yaşam becerileri kazanmasına ve geliştirmesine yönelik etkisi: 3 x 3 basketbol turnuvası örneği, Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Türkel, Ç. (2010). İlköğretim öğrencilerinin sportif faaliyete katılım düzeyi ile sosyal uyum ve iletişim beceri düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- URL-1: UNESCO, (2009). Out-of-school-youths: Basic literacy and life skills development. URL: <https://uil.unesco.org/case-study/effective-practices-database-litbase-0/out-school-youths-basicaliteracy-and-life-skills> Erişim Tarihi: 10.12.2023
- URL-2: World Health Organization (WHO), (1996). Life skills education planning for research. URL: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/338491/MNH-PSF-96.2.Rev.1_eng.pdf Erişim Tarihi: 10.12.2023
- Ünver, Ş., Yılmaz, M., Atan, T., Çankaya, S., & Savucu, Y. (2022). Sporda psikolojik ihtiyaçlar durumu ölçeği (SPİDÖ): Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*. 13 (1): 75-88.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. (Güncellenmiş 12. baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.