



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi





DOI: 10.33689/spormetre.1554786
Research article

Geliş Tarihi (Received): 27.09.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 21.03.2025

Online Yayın Tarihi (Published): 30.03.2025

ÇİM HOKEYCİLERDE RUMİNATİF DÜŞÜNCELERİN TAKTİKSEL BECERİLERE ETKİSİ: KESİTSEL BİR ARAŞTIRMA

Canan Gülbin Eskiyecek^{1*} , Turan Sezan¹ 

¹Mardin Artuklu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mardin, Türkiye

Öz: Oldukça yüksek rekabet duygusuyla oynanan çim hokeyinde sporcuların müsabaka sırasında dikkatlerini yoğunlaştırmada motive etmeye yarayan psikolojik bir süreç olan ruminatif düşüncelerin taktiksel beceriler üzerinde etkisinin olup olmadığı merak konusudur. Bu minvalde çalışmadaki amaç, farklı lig seviyelerindeki lisanslı çim hokeycilerin müsabaka sürecindeki ruminatif düşüncelerinin sporda taktiksel beceri düzeyleri üzerine etkisinin incelenmesidir. Araştırma grubu, 2023-2024 sezonundaki farklı liglerinde aktif sporcu olan 100'ü kadın 66'sı erkek toplam 166 gönüllü çim hokeyi sporcusu oluşturmaktadır. Araştırmada "Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği" ile "Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri" kullanılmıştır. Verilerin analizi için SPSS 26.0 paket programı kullanılmış, istatistiksel olarak $p < 0.05$ değeri anlamlı kabul edilmiştir. Verilere Skewness-Kurtosis, bağımsız örneklem için t testi, çoklu karşılaştırmalar için ise ANOVA (Post-Hoc) testi, aralarındaki ilişki için korelasyon ve regresyon testi uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre, spor müsabakası ruminasyon ölçeğinde cinsiyet, yaş, spor deneyimi ve lig türünde anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Sporda taktiksel beceri envanterinde ise lig türü değişkeninde anlamlı farklılık gözlenmezken, cinsiyet, yaş ve spor deneyimi değişkenlerinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ayrıca spor müsabakası ölçeği ile sporda taktiksel beceriler envanteri alt boyutlarından yalnızca değişen durumlarda hareket etme alt boyutu arasında zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye rastlanılmıştır. Ayrıca sporcunun ruminatif düşüncelerinin oyun esnasında doğru eylemleri seçmeye odaklanmasını etkilediği sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Çim hokeyi, spor müsabakası, ruminatif düşünce, taktiksel beceri

THE EFFECT OF RUMINATIVE THOUGHTS ON TACTICAL SKILLS IN FIELD HOCKEY PLAYERS: A CROSS-SECTIONAL RESEARCH

Abstract: In field hockey, which is played with a very high sense of competition, it is a matter of curiosity whether ruminative thoughts, a psychological process that helps to motivate athletes to concentrate their attention during the competition, have an effect on tactical skills. In this respect, the aim of this study is to examine the effect of ruminative thoughts of licensed field hockey players at different league levels on their tactical skill levels in sports. The research group consists of 166 volunteer field hockey athletes, 100 female and 66 male, who are active athletes in different leagues in the 2023-2024 season. "Sports Competition Rumination Scale" and 'Inventory of Tactical Skills in Sports' were used in the study. SPSS 26.0 package program was used for the analysis of the data obtained, and $p < 0.05$ was considered statistically significant. Skewness-Kurtosis, t test for independent samples, ANOVA (Post-Hoc) test for multiple comparisons, correlation and regression tests were applied for the relationship between them. According to the findings, no significant differences were found in gender, age, sport experience and league type in the sport competition rumination scale. In the inventory of tactical skills in sport, no significant difference was observed in the league type variable, while significant differences were found in gender, age and sport experience variables. In addition, only acting in changing situations from the sub-dimensions of the sport competition scale and the tactical skills in sport inventory. As a result of the research, it can be said that ruminative thoughts of athletes have an effect on their focus on choosing the right actions during the competition.

Keywords: Field hockey, sports competition, ruminative thinking, tactical skill

* Sorumlu Yazar: Canan Gülbin Eskiyecek, Doçent, E-mail: cgulbineskiyecek@gmail.com

GİRİŞ

Çok yönlü doğası ile yüksek antrenman yoğunluğuna sahip bir aktivite sporu olarak bilinen çim hokeyi, uluslararası camiada hokey olarak adlandırılmakta ve bedenen formda olmayı, teknik ve taktik uygulama becerileri ve psikolojik becerileri kapsamaktadır (Anders ve Myers, 2008; Eskiyecek ve ark., 2018; Sharma ve ark., 2012). Çim hokeyi, oyuncuların sürekli olarak karmaşık ve hızla değişen bir ortamla başa çıkmak zorunda oldukları, son derece yapılandırılmış analitik bir oyundur (Starkes, 1993a). Çim hokeyindeki ekipmanlar, oyun sahasının özelliği ve değişen oyun kuralları gibi son gelişmeler, çim hokeyi oyuncularından her seviyede, ancak özellikle elit seviyede talep edilen fizyolojik ve teknik taleplerin sayısını artırmaktadır. Bu sayede rekabetçi bir platformda sürdürülen çim hokeyi müsabakaları ile oyunculardan ağır aerobik güç ve nispeten yüksek seviyelerde enerji harcamalarını gerektirir (Elferink-Gemser ve ark., 2005).

Sporda uzman performansı, uzun bir süre boyunca tutarlı üstün atletik performans olarak tanımlanabilir (Elferink-Gemser ve ark., 2005; Starkes, 1993b). Spor müsabakaları sırasında, sporcuların zihninde tekrarlanan olumsuz düşünceleri onların performanslarını da olumsuz şekilde etkilemektedir. Spor etkinliklerinde en sık görülen ve istenmeyen davranışlar olarak kabul edilen bu tür durumlar sporda ruminasyon olarak tanımlanmaktadır. Aynı zamanda sporda ruminasyon, sporsal etkinlikler sırasında sporcuların geçmişte yaşamış oldukları kötü tecrübelerin zihinlerinde tekrar canlandırılmaları şeklinde nüksetmesiyle de ortaya çıkmaktadır (Martin ve Tesser, 1996).

Ruminasyon (derin düşünme), bireyin olumsuz yaşam olaylarını deneyimledikten sonra bunların muhtemel nedenlerine, anlamlarına ve sonuçlarına odaklandığı ve bunlar hakkında pasif ve tekrarlayıcı bir şekilde düşünce içerisindeki durumu ifade eder (Nolen-Hoeksema ve ark., 2008). Ruminasyonun zihinsel bir alışkanlık olarak adlandırılması, olumsuz duyguların ve tekrarlayan düşüncelerin geçmişteki çağrışımlarının kronik bir ruminasyon eğilimini aşılabilir olduğu olası bir sürece işaret etmektedir (Lyubomirsky ve ark., 2015). Dolayısıyla ruminasyon, olumsuz duyguların yol açtığı durumlarla baş edebilmek için yararlanılan kontrolsüz bir duygu düzenleme stratejisi şeklinde yorumlanmaktadır (Joormann ve Quinn, 2014).

Son araştırmalar, ruminatif düşüncenin sporcuların demografik özelliklerinin yanı sıra karakter, adaptasyon, adalet, sportmenlik, bilişsel esneklik, zihinsel antrenman, uyku davranış tutumları ve karar verme stilleri gibi özelliklerden etkilediğini göstermiştir (Belli ve Başoğlu, 2024; Cevahircioğlu ve ark., 2023; Öztaş ve Vural, 2023; Yılmaz ve ark., 2023).

Ruminatif kişiler, negatif olayların olası nedenlerini ve sonuçlarını anlamaya ve böylece bunları hafifletmeye çalışıyor olabilirler (Mao ve ark., 2023a; Nolen-Hoeksema ve ark., 2008). Ruminatif düşüncelere sahip veyahut eğilimli sporculara bazı duyuşsal ve bilişsel davranışlar kazandırılarak mental açıdan motivasyonu kaybetmeme ve hedeften uzaklaşmama konusunda destek sunmanın mümkün olabileceği düşünülmektedir (Karafil ve Pehlivan, 2023).

Spor ortamında ruminasyon gibi çoğunlukla sporcuların geçmişte yaşadıkları olumsuz deneyimlerden meydana gelen düşüncelerin oluşmasının bir diğer kaynağı hedef ilerleme teorisine dayanmasıdır. Buna göre, sporcuların hedefleri ve mevcut performans düzeyleri ile

sıklıkla yapılan karşılaştırmalar, sporcunun beklenen performans seviyesine ulaşabilmesi üzerinde güçlük yaratmaktadır (Karafil ve Pehlivan, 2023; Martin ve Tesser, 1996).

Ruminatif düşüncenin ruh sağlığı üzerindeki önemli etkisi dikkate alındığında (Mao ve ark., 2023b), ruminatif süreçte müsabaka ya da yarışma sırasında kullanılması gereken bazı taktiksel becerilerin geliştirilmesi ve değerlendirilmesi önem kazanmaktadır. Buna ilaveten, üstün taktik becerilerin birçok spor dalında elit performansın sergilenmesi açısından gerekli olduğunun altı çizilmiştir (Elferink-Gemser ve ark., 2011; Elferink-Gemser ve ark., 2018; Lees, 2003; Smith, 2003).

Bir sporcunun taktik becerilerine ilişkin yargılarının, o sporcunun performans düzeyine ilişkin bilgilerinden etkilendiği öne sürülmüştür (Elferink-Gemser ve ark., 2005). Tüm taktiksel değişkenler için, elit altyapı oyuncularını iyi skorlar elde ettiğinden 'Oyun Zekası' olarak da adlandırılan bir özellik olan doğru hareketi ne zaman yapacağını bilmek, çim hokeyinde başarılı bir kariyer için çok önemlidir (Elferink-Gemser ve ark., 2004b). Dolayısıyla bu eksende geliştirilecek envanterlerin farklı antrenman ve oyun şekilleri için antrenörlere ve diğer profesyonellere oyuncuların kendilerini değerlendirdikleri taktiksel beceriler hakkında fikir vermeye yarayacaktır. Üstelik oyuncuların becerileri üzerine düşünmeleri ve antrenörle birlikte kişisel gelişim alanlarını da tespit etmeleri açısından fırsat yaratacaktır (Kolman ve ark., 2022). Aynı frekansta taktik becerilerin değerlendirildiği araştırmalarda, yüksek performans seviyesine sahip oyuncuların, performans seviyeleri daha düşük olan oyunculara kıyasla daha üstün karar verme ve öngörü becerileri ile daha ayrıntılı taktik bilgi ve iyi görsel arama stratejileri sergilediğine dair güçlü kanıtlar ortaya konulmuştur (Kolman ve ark., 2019).

Sporcuların müsabaka sürecinde veya müsabaka ortamında ruminatif düşüncelerinin yüksek taktiksel beceriyi ortaya koymalarında olumsuz bir etki yaratacağı olasıdır. Bu doğrultuda tasarlanan araştırmada, farklı lig seviyelerindeki çim hokeycilerin müsabaka sürecindeki ruminatif düşüncelerinin sporda taktiksel beceri düzeyi üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın Hipotezleri;

H₁: Lisanslı kadın ve erkek çim hokeyi sporcularının müsabaka sürecindeki ruminatif düşüncelerinin taktiksel beceri düzeyleri üzerinde rolü vardır.

H₂: 2023-2024 sezonunun farklı liglerinde lisanslı olarak oynayan çim hokeycilerin müsabaka sürecindeki ruminatif düşünceleri sporda taktiksel beceri düzeylerini etkiler.

H₃: Lisanslı çim hokeycilerin demografik özelliklerinin müsabaka sürecindeki ruminatif düşüncelerinde sporda taktiksel beceri düzeylerine göre farklılık vardır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırmada, nicel veri toplama yöntemlerinden biri olan ve bir konudaki mevcut durumu olduğu gibi araştırmayı amaçlayan araştırma modellerinden “betimsel tarama modeli” kullanılmıştır.

Evren-Örneklem

Araştırma evrenini, Türkiye Hokey Federasyonunun (THF) 2023-2024 sezonunun farklı liglerinde oynayan yaklaşık 600 çim hokeyi sporcusu, örneklem grubunu ise farklı liglerdeki takımlarda oynayan 166 lisanslı çim hokeyi sporcusu oluşturmuştur.

Katılımcılar

Bu araştırma, THF'nin Süper Lig, 1. Lig ve 2. Lig'lerinin 2023-2024 sezonunda aktif olarak mücadele eden 15-31 yaş aralığındaki 100'ü kadın ve 66'sı erkek olmak üzere toplam 166 lisanslı çim hokeycinin gönüllük esasına dayalı olarak katılmasıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma öncesinde kulüplerde görev yapan antrenörler aracılığıyla sporculara araştırma hakkında ayrıntılı bilgi verilip, 18 yaş altı sporcular için Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu ile sporcuların ebeveynlerine Veli Gönüllü Onam Formu gönderilmiş ve imzalatılmıştır.

Araştırmanın yürütülebilmesi için Mardin Artuklu Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 03/05/2023 tarih ve 2023/5-5 sayı ile Etik Kurul Onayı alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmanın verileri, farklı lig düzeylerinde oynayan kadın ve erkek Çim Hokeycilere Google Forms üzerinden online olarak oluşturulan kişisel bilgi formu ve iki farklı ölçek aracılığıyla toplanmıştır.

Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği (SMRÖ):

SMRÖ ölçeği, Michel-Kröhler, Krys ve Berti (2021) tarafından geliştirilen ve spor müsabakalarında sporcuların performansını olumsuz etkileyen, zihninde sürekli tekrarlanan ve takıntı yaratan düşünceleri ortaya çıkarmak amacıyla geliştirilmiştir. 5 dereceli likert tipi (1=kesinlikle katılmıyorum, 5=kesinlikle katılıyorum) yapısına sahip ölçek, 8 maddeden ve tek faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlamasının geçerlik ve güvenilirlik çalışması ise Karafil ve Pehlivan (2023) tarafından gerçekleştirilmiş olup Cronbach alfa katsayısı 0.87 olarak bulunmuştur.

Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri (STBE):

STBE ölçeği, Elferink-Gemser ve ark. (2004a) tarafından basketbol, futbol, hentbol, çim hokeyi, buz hokeyi gibi mücadele sporlarında taktiksel becerileri değerlendirmek için geliştirilmiştir. 4 alt boyut ile 22 maddeden oluşan orijinal formda; 9 madde pozisyon alma ve karar verme (Hücum/Atak), 4 madde top hareketlerine dair bilgi sahibi olma (Hücum/Atak), 5 madde rakiplerini tanıma (Defans/Savunma) ve 4 madde değişen durumlarda hareket etme (Defans/Savunma) alt boyutunu barındırmaktadır. 6 dereceli likert tipi değerlendirmeye sahip ölçekte (1) "Çok Zayıf" ve (6) "Mükemmel" şeklinde puanlanma yapılmaktadır. Alınan puanların yüksek olması sporcuların taktiksel becerilerinin iyi olduğu anlamına gelmektedir. Takım sporlarının en önemli unsurlarından biri sahada mücadele ederken topa sahip olabilmek durumudur. Dolayısıyla bu ölçek, sporcuların topa sahipken gerçekleştirdikleri taktiksel hareketleri topsuz taktiksel hareketlerden ayırt etmektedir (Yarayan ve ark., 2019).

Tablo 1. Ölçeklere ait ölçüm güvenirligi katsayıları

Ölçekler	Cronbach's Alpha (α) Değeri
Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği	0,92
Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri	
Pozisyon Alma ve Karar Verme	0,93
Top Hareketlerine Dair Bilgi Sahibi Olma	0,90
Rakiplerini Tanıma	0,90
Değişen Durumlarda Hareket Etme	0,86
Toplam	0,96

Araştırmada kullanılan ölçeklere ait ölçüm güvenirliği hakkında yorum yapabilmek amacıyla incelenen Cronbach's Alpha katsayıları Tablo 1'de verilmiştir.

Verilerin Analizi

Bu araştırmadan elde edilen verilerin hangi testlerle analiz edileceğini belirlemek için öncelikle puanların çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Çarpıklık ve basıklık değerleri

Ölçekler	Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği	Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri Alt Boyutları			
		Pozisyon Alma ve Karar Verme	Top Hareketlerine Dair Bilgi Sahibi Olma	Rakiplerini Tanıma	Değişen Durumlarda Hareket Etme
N	166	166	166	166	166
Çarpıklık (Skewness)	-1,233	-,041	-,129	,124	-,112
Standart Hata	,188	,188	,188	,188	,188
Basıklık (Kurtosis)	,840	-,717	-,909	-1,123	-,637
Standart Hata	,375	,375	,375	,375	,375

Tablo 2'de görüldüğü gibi araştırma kapsamında işe koşulan tüm ölçeklerden elde edilen puanlara ait Skewness-Kurtosis değerleri -1.5 ile +1.5 arasında değişmektedir. Bu durum, elde edilen verilerin normal dağılıma sahip olduğuna işaret eder (Tabachnick ve Fidell, 2007). Dolayısıyla araştırmadan elde edilen verilerin analizinde parametrik testlerden faydalanılmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS Version 26.0 (IBM SPSS® software, US) yazılım programından faydalanılmıştır. Ölçeğin demografik özellikler bölümündeki sorulardan elde edilen bilgiler, frekans (f), yüzde (%) dağılımları ve aritmetik ortalamaları kullanılarak değerlendirilmiştir. Anketin diğer bölümleri için normal dağılım gösteren verilerde değişkenler arasındaki farkı belirlemede t testi, gruplararası farkı belirlemede ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Anova testi sonrası gruplararası farkı belirlemede Post-Hoc (Tamhane) testi kullanılmıştır. Spor müsabakası ruminasyon ölçeği ile sporda taktiksel beceriler envanteri arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson Correlation testi kullanılmıştır. p değeri 0.05 düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Araştırmaya dâhil olan çim hokeycilere ilişkin elde edilen veriler bu bölümde çizelgeler halinde sunulmuş ve değerlendirilmiştir.

Tablo 3'te araştırmaya katılan sporcuların demografik bilgilerine ilişkin değerler verilmiştir. Araştırmanın %62,2 (n=100)'sini kadın, %39,8 (n=66)'ini erkek oluşturmaktadır. Yaş değişkeninde en çok katılım %40,4 (n=67) ile 15-18 yaş aralığında iken, en düşük katılım %15,1 (n=25) olarak 28-31 yaş aralığında gerçekleşmiştir. Spor deneyimi değişkeninde %45,8 (n=76) ile en çok katılım sağlanan 7 yıl ve üzeri aktif spor yapan sporcu bulunurken, %14,5 (n=24) ile en az katılım sağlayan sporcu tecrübe yılına sahip grup ise 3-4 yıl arasındadır. Lig türü değişkeninde %63,9 (n=106) ile en çok katılım sağlanan lig türü süper lig iken, %11,4 (n=19) ile en düşük katılım sağlanan lig türü 2. lig olmuştur.

Tablo 3. Araştırmaya katılan sporcuların demografik bilgileri

Değişkenler	Kategoriler	N	%
Cinsiyet	Kadın	100	60,2
	Erkek	66	39,8
	Toplam	166	100,0
Yaş	15-18	67	40,4
	19-22	39	23,5
	23-27	35	21,1
	28-31	25	15,1
	Toplam	166	100,0
Spor Deneyimi	1-2 yıl	34	20,5
	3-4 yıl	24	14,5
	5-6 yıl	32	19,3
	7 yıl ve üzeri	76	45,8
	Toplam	166	100,0
Lig Türü	1. lig	41	24,7
	2. lig	19	11,4
	Süper Lig	106	63,9
	Toplam	166	100,0

Tablo 4 incelendiğinde spor müsabakası ruminasyon ölçeği ortalamasına göre (M=3,92, SD=,99) sonuçların olumlu olduğu görülmektedir. Sporda taktiksel beceriler envanteri alt boyutlarının ortalamalarına bakıldığında; pozisyon alma ve karar verme alt boyutunda (M=4,39, SD=,87), top hareketlerine dair bilgi sahibi olma alt boyutunda (M=4,63, SD=,96), rakiplerini tanıma boyutunda (M=4,46, SD=,94) ve değişen durumlarda hareket etme alt boyutunda (M=4,46, SD=,94) sporcuların olumlu olduğu yönünde sonuçlar ortaya çıkmıştır.

Tablo 4. Spor müsabakası ruminasyon ölçeği ile sporda taktiksel beceriler envanterine ilişkin betimsel istatistik sonuçları

Ölçekler	N	M	SD
Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği	166	3,92	,99
Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri Alt Boyutları			
Pozisyon Alma ve Karar Verme	166	4,39	,87
Top Hareketlerine Dair Bilgi Sahibi Olma	166	4,63	,96
Rakiplerini Tanıma	166	4,46	,94
Değişen Durumlarda Hareket Etme	166	4,43	,97

Tablo 5 incelendiğinde, cinsiyet değişkeninde spor müsabakası ruminasyon ölçeğinde anlamlı farklılık bulunmazken ($p>0.05$), sporda taktiksel beceriler envanteri alt boyutlarının tamamında anlamlılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sporda taktiksel beceriler envanteri alt boyutları incelendiğinde ise bütün alt boyutlarda erkeklerin puanları kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 5. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre t testi analiz sonuçları

Ölçekler	Kategoriler	N	\bar{X}	SS	t	sd	p																																																					
Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği	Kadın	100	3,92	,98	-0,80	164	,936																																																					
	Erkek	66	3,93	1,02				Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri Alt Boyutları								Pozisyon Alma ve Karar Verme	Kadın	100	4,24	,86	-2,886	164	,004*		Erkek	66	4,63	,84	Top Hareketlerine Dair Bilgi Sahibi Olma	Kadın	100	4,46	,97	-2,853	164	,005*	Erkek	66	4,89	,88	Rakiplerini Tanıma	Kadın	100	4,32	,92	-2,375	164	,019*	Erkek	66	4,67	,95	Değişen Durumlarda Hareket Etme	Kadın	100	4,29	,94	-2,352	164	,020*
Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri Alt Boyutları																																																												
	Pozisyon Alma ve Karar Verme	Kadın	100	4,24	,86	-2,886	164	,004*																																																				
	Erkek	66	4,63	,84	Top Hareketlerine Dair Bilgi Sahibi Olma				Kadın	100	4,46	,97	-2,853	164	,005*	Erkek	66	4,89	,88	Rakiplerini Tanıma	Kadın	100	4,32	,92	-2,375	164	,019*	Erkek	66	4,67	,95	Değişen Durumlarda Hareket Etme	Kadın	100	4,29	,94	-2,352	164	,020*	Erkek	66	4,65	,99																	
Top Hareketlerine Dair Bilgi Sahibi Olma	Kadın	100	4,46	,97		-2,853	164	,005*																																																				
	Erkek	66	4,89	,88	Rakiplerini Tanıma				Kadın	100	4,32	,92	-2,375	164	,019*	Erkek	66	4,67	,95	Değişen Durumlarda Hareket Etme	Kadın	100	4,29	,94	-2,352	164	,020*	Erkek	66	4,65	,99																													
Rakiplerini Tanıma	Kadın	100	4,32	,92		-2,375	164	,019*																																																				
	Erkek	66	4,67	,95	Değişen Durumlarda Hareket Etme				Kadın	100	4,29	,94	-2,352	164	,020*	Erkek	66	4,65	,99																																									
Değişen Durumlarda Hareket Etme	Kadın	100	4,29	,94		-2,352	164	,020*																																																				
	Erkek	66	4,65	,99																																																								

* $p<0.05$

Tablo 6’da yaş değişkeninde spor müsabakası ruminasyon ölçeğinde anlamlı farklılık gözlenmemiştir ($p>0.05$). Sporda taktiksel beceriler envanterinde ise pozisyon alma ve karar verme alt boyutu ile değişen durumlarda hareket etme alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmazken ($p>0.05$), top hareketlerine dair bilgi sahibi olma ile rakipleri tanıma alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Gruplararası farklılığa bakıldığında top hareketlerine dair bilgi sahibi olma alt boyutunda 19-22, 23-27 ve 28-31 yaş aralığında bulunan sporcuların 15-18 yaş aralığında olan sporculara göre puanlarının daha yüksek çıktığı gözlenirken, rakiplerini tanıma alt boyutunda da 19-22 yaş aralığı ile 23-27 yaş aralığında bulunan sporcuların puanlarının 15-18 yaş aralığında bulunan sporculara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların yaş değişkenine göre anova testi sonuçları

Ölçekler	Kategoriler	N	\bar{X}	SS	F	p	Tamhane
Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği	(A) 15-18	67	4,02	,91	,987	,401	
	(B) 19-22	39	3,74	1,11			
	(C) 23-27	35	4,03	,95			
	(D) 28-31	25	3,78	1,05			
	Toplam	166	3,92	,99			
Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri Alt Boyutları	(A) 15-18	67	4,18	,89	2,499	,061	
	(B) 19-22	39	4,61	,75			
	(C) 23-27	35	4,49	,97			
	(D) 28-31	25	4,50	,78			
	Toplam	166	4,39	,87			
Top Hareketlerine Dair Bilgi Sahibi Olma	(A) 15-18	67	4,36	,98	3,173	,026*	B>A
	(B) 19-22	39	4,80	,76			C>A
	(C) 23-27	35	4,83	1,05			D>A
	(D) 28-31	25	4,81	,90			
	Toplam	166	4,63	,96			
Rakiplerini Tanıma	(A) 15-18	67	4,22	,99	3,555	,016*	B>A
	(B) 19-22	39	4,78	,81			C>A
	(C) 23-27	35	4,63	,95			
	(D) 28-31	25	4,37	,85			
	Toplam	166	4,46	,94			
Değişen Durumlarda Hareket Etme	(A) 15-18	67	4,29	1,06	2,225	,087	
	(B) 19-22	39	4,75	,84			
	(C) 23-27	35	4,49	1,00			
	(D) 28-31	25	4,26	,81			
	Toplam	166	4,43	,97			

* $p<0,05$

Tablo 7 incelendiğinde spor tecrübe yılı değişkeninde spor müsabakası ruminasyon ölçeğinde anlamlı sonuçlar elde edilmemiştir ($p>0,05$). Sporda taktiksel beceriler envanterinde ise alt boyutların tamamında anlamlı farklılıklara rastlanılmıştır ($p<0.05$). Gruplararası farklılığa bakıldığında, pozisyon alma ve karar verme ile top hareketlerine dair bilgi sahibi olma alt boyutlarında 7 yıl ve üzeri deneyime sahip sporcular, 1-2, 3-4 ve 5-6 yıllık tecrübeye sahip olan sporculardan daha yüksek puana sahip olduğu gözlenmiştir. Rakiplerini tanıma ile değişen durumlarda hareket etme alt boyutlarında ise 7 yıl ve üzeri deneyime sahip sporcuların 3-4 yıl tecrübe sahibi olan sporculara göre puanlarının daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Tablo 7. Katılımcıların spor deneyimi değişkenine göre anova testi sonuçları

Ölçekler	Kategoriler	N	\bar{X}	SS	F	p	Tamhane
Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği	(A) 1-2 yıl	34	4,05	,96	2,041	,110	
	(B) 3-4 yıl	24	4,10	,88			
	(C) 5-6 yıl	32	3,55	1,07			
	(D) 7 yıl ve üzeri	76	3,96	,98			
	Toplam	166	3,92	,99			
Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri Alt Boyutları							
Pozisyon Alma ve Karar Verme	(A) 1-2 yıl	34	4,11	,97	12,567	,000*	D>A D>B D>C
	(B) 3-4 yıl	24	3,86	,73			
	(C) 5-6 yıl	32	4,13	,74			
	(D) 7 yıl ve üzeri	76	4,79	,74			
	Toplam	166	4,39	,87			
Top Hareketlerine Dair Bilgi Sahibi Olma	(A) 1-2 yıl	34	4,29	1,00	8,449	,000*	D>A D>B D>C
	(B) 3-4 yıl	24	4,18	,99			
	(C) 5-6 yıl	32	4,44	,81			
	(D) 7 yıl ve üzeri	76	5,00	,85			
	Toplam	166	4,63	,96			
Rakiplerini Tanıma	(A) 1-2 yıl	34	4,23	,99	5,965	,001*	D>B
	(B) 3-4 yıl	24	3,98	,90			
	(C) 5-6 yıl	32	4,35	,87			
	(D) 7 yıl ve üzeri	76	4,76	,88			
	Toplam	166	4,46	,944			
Değişen Durumlarda Hareket Etme	(A) 1-2 yıl	34	4,23	1,02	4,173	,007*	D>B
	(B) 3-4 yıl	24	3,94	,97			
	(C) 5-6 yıl	32	4,48	,961			
	(D) 7 yıl ve üzeri	76	4,66	,90			
	Toplam	166	4,43	,97			

* $p < 0.05$ Tablo 8’de lig türü değişkenine göre ölçeklerde anlamlılığa rastlanmamıştır ($p > 0.05$).**Tablo 8.** Katılımcıların lig türü değişkenine göre anova testi sonuçları

Ölçekler	Kategoriler	N	\bar{X}	SS	F	p
Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği	1. Lig	41	3,89	1,08	,369	,692
	2. Lig	19	4,10	,73		
	Süper Lig	106	3,90	1,00		
	Toplam	166	3,92	,99		
Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri Alt Boyutları						
Pozisyon Alma ve Karar Verme	1. Lig	41	4,21	,93	1,209	,301
	2. Lig	19	4,36	,78		
	Süper Lig	106	4,47	,87		
	Toplam	166	4,39	,87		
Top Hareketlerine Dair Bilgi Sahibi Olma	1. Lig	41	4,36	1,06	2,120	,123
	2. Lig	19	4,71	,77		
	Süper Lig	106	4,72	,93		
	Toplam	166	4,63	,96		
Rakipleri Tanıma	1. Lig	41	4,20	,91	2,324	,101
	2. Lig	19	4,42	,80		
	Süper Lig	106	4,57	,97		
	Toplam	166	4,46	,94		
Değişen Durumlarda Hareket Etme	1. Lig	41	4,27	,99	,811	,446
	2. Lig	19	4,53	,81		
	Süper Lig	106	4,48	,99		
	Toplam	166	4,43	,97		

Tablo 9 incelendiğinde spor müsabakası ölçeği ile sporda taktiksel beceriler envanteri alt boyutlarından yalnızca değişen durumlarda hareket etme ($r=0,172$, $p<0.05$) alt boyutu arasında zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye rastlanılmıştır. Spor müsabakası ruminasyon ölçeği ile sporda taktiksel beceriler envanterinin pozisyon alma ve karar verme, top hareketlerine dair bilgi sahibi olma ve rakiplerini tanıma alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($p>0.05$). Bu aşamadan sonra anlamlı ilişki bulunan spor müsabakası ruminasyon ile değişen durumlarda hareket etme alt boyutu arasında doğrusal regresyon ile analiz edilmiştir. Sonuçlar Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 9. Spor müsabakası ruminasyon ölçeği ile sporda taktiksel beceriler envanteri alt boyut puanları arasındaki ilişki

Ölçekler		Sporda Taktiksel Beceriler Envanteri Alt Boyutları			
		Pozisyon Alma ve Karar Verme	Top Hareketlerine Dair Bilgi Sahibi Olma	Rakiplerini Tanıma	Değişen Durumlarda Hareket Etme
Spor Müsabakası	r	,096	,142	,041	,172*
Ruminasyon Ölçeği	p	,219	,067	,598	,027
	N	166	166	166	166

* $p<0.05$ (2-tailed).

Tablo 10 incelendiğinde basit regresyon analizi sonucunda oluşan modelin anlamlı olduğu görülmektedir ($F_{(1, 164)}= 5,013$, $p<0.001$). Modele dâhil edilen spor müsabakası ruminasyon değişkeninin değişen durumlarda hareket etmeye ait varyansın zayıf olmakla birlikte %3’ünü ($R^2=0.030$) açıkladığı görülmektedir açıkladığı görülmektedir. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına bakıldığında; spor müsabakası ruminasyonunun, değişen durumlarda hareket etme becerisi ($\beta = 0.172$, $t = 2.239$, $p<0.05$) pozitif yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir. Bu sonuca göre, spor müsabakası ruminasyonundaki bir birimlik artış değişen durumlarda hareket etme becerisinde 0.172 birimlik bir artışı öngörmektedir.

Tablo 10. Değişen durumlarda hareket etme becerisi alt boyutunun yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları

Mode 1 Yordayıcı Değişken	B	SE _B	β	t	p	Tolerans	VIF
Sabit	3,145	,355		8,856	,000		
Spor Müsabakası Ruminasyonu	,175	,078	,172	2,239	,027	1,000	1,000

$R=,172$, $R^2=,030$, $F_{(1, 164)}= 5,013$, $p<0.001$

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada, farklı lig seviyelerinde aktif olarak mücadele eden gönüllü 166 çim hokeycinin demografik özellikleri doğrultusunda ruminatif düşüncelerinin sporda taktiksel beceri düzeyleri üzerine ilişkin sonuçları incelenmiş ve araştırmanın içeriği çerçevesinde tartışılarak literatürdeki diğer çalışmalarla karşılaştırılmıştır.

Literatürde taramasında çim hokeyi branşı sporcularının dışında diğer spor branşlarındaki sporcular üzerine yapılan araştırmalara daha fazla rastlanılması nedeniyle bu spor branşlarıyla ilgili çalışmalara da yer verilerek tartışma bölümü şekillendirilmiştir.

Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeğinin Değerlendirilmesi

Karafil ve Pehlivan (2023) bireysel ve takım sporlarla uğraşan 180 sporcu üzerinde SMRÖ’nün geçerlik ve güvenilirlik araştırmasında bu ölçeğin müsabaka sürecindeki sporcular

üzerinde performans açısından önemli ölçüde etkisi olduğu düşünülen ruminatif düşünceleri ölçmeye uygun nitelikte olduğu bildirilmiştir.

Spor müsabakası ruminasyon ölçeği cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde istatistiki açıdan anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Ortaya çıkan sonucu destekler nitelikte olan Yılmaz ve ark. (2024) sporcularla birlikte yaptıkları çalışmada, cinsiyet açısından istatistiki anlamda bir farklılık olmayan bulgulara rastlamıştır. Benzer şekilde Cevahircioğlu ve ark. (2023) spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmada, cinsiyet değişkeninde anlamlı farklılıkların bulunmadığı belirtilmiştir. Yılmaz (2022) yetişkin sporculara yönelik çalışmasında, cinsiyet değişkeninde anlamlılığa rastlanılmamıştır. Diğer yandan araştırmadan farklı olarak Belli ve Başoğlu (2024) curling sporcuları üzerinde yaptıkları çalışmada, cinsiyet değişkenine göre kadınların erkeklere oranla daha yüksek ruminasyon değerlerine sahip olduğunu ortaya koymuştur. Aksoy (2020) sporcularla yaptığı çalışmada, kadınların ruminasyon değerlerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Neziroğlu'nun (2010) üniversite öğrencilerine yönelik çalışmasında, kadınların ruminasyon puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Alan yazında anlamlı farklılık bulunan araştırmalara göre cinsiyet değişkeni bazında kadınların ruminasyon değerlerinin erkeklerden daha fazla olduğu sonucuna varılmıştır. Mevcut araştırmada dikkat çeken husus ise kadın sayısının erkeklerden fazla olmasına rağmen literatürle karşılaştırıldığında, örneklem grubunun farklı branşlara sahip sporculardan oluşmasından kaynaklı benzer olmayan sonuçların ortaya çıktığı düşünülmektedir.

Yaş değişkenine göre spor müsabakası ruminasyon ölçeğinde anlamlı farklılık gözlenmemiştir ($p>0.05$). Çalışma sonucuna benzer nitelikte bir çalışmada Cevahircioğlu ve ark. (2023) spor bilimlerinde okuyan öğrencilerin yaş değişkeni açısından anlamlılık tespit edilememiştir. Yılmaz (2023) amatör futbolcular üzerine yapılan çalışmada yaş değişkeninde anlamlılık farklılıklar tespit edilememiştir. Literatürde belirtilen örneklem ışıığında yaş değişkeni ile ilgili istatistiki açıdan anlamlı çıkan herhangi bir sonuca ulaşamamıştır. Bu sonuçlara göre yaş değişkeninin ruminasyon açısından etkili bir değişken olmadığını söylemek mümkündür.

Spor deneyimi değişkenini açısından çalışmada anlamlı farklılık gözlenmemiştir ($p>0.05$). Çalışmayı destekler nitelikte olan Yılmaz (2023) amatör futbolcular üzerine yapılan çalışmada anlamlı sonuca ulaşmamıştır. Çalışmanın aksine Yılmaz (2022) yetişkin sporcular üzerinde yaptığı çalışmada 1-5 yıl ile 6 yıldan fazla spor deneyimine sahip sporcularda anlamlı farklılıkların bulunduğunu belirtmiştir. Ortaya çıkan bu sonuçlara göre alan yazın ile karşılaştırıldığında, çalışmada bulunan sporcu yaşının yüksek çoğunluğu 15-18 yaş arasında olduğu ancak literatürde anlamlı çıkan sonuçlara bakıldığında örneklem grubunun çoğunlukla yetişkin bireylerden oluşmasının paralel olmayan sonuçların elde edilmesinde etkili olduğu söylenebilir.

Spor müsabakası ruminasyon ölçeğinde lig türü değişkenine göre anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır ($p>0.05$). Yılmaz ve ark. (2024) sporcular üzerinde yaptıkları çalışmada benzer bir değişken olan spor düzeyi açısından incelediği sporcuların amatör ve profesyonel olarak istatistiki açıdan anlamlı bir bulguya rastlanmamıştır. Bu sonuçlara göre lig türü değişkeninin sporcular üzerinde etkili olmadığı düşünülebilir.

Sporda Taktiksel Becerileri Envanterinin Değerlendirilmesi

Cinsiyet değişkenine göre sporda taktiksel beceriler envanteri alt boyutlarının tamamında anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). Alt boyutlar incelendiğinde ise bütün alt boyutlarda erkeklerin beceri puanlarının kadınlara göre daha yüksek olduğu ortaya

çıkmiştir. Mevcut araştırmanın aksine, Öner (2023)'in sporcularla yaptığı çalışmasında cinsiyetle ilgili bir anlamlılık gözlenmemiştir. Alan yazın incelendiğinde cinsiyet değişkeni ile ilgili az olmakla birlikte bu çalışmadan farklı sonuçlar elde edilmiştir. Ortaya çıkan farklı sonuçların nedenin, mevcut çalışmada spesifik olarak çim hokeyi branşı sporcuları ile yürütülmesinin rol oynadığı düşünülmektedir.

Yaş değişkenine göre sporda taktiksel beceriler envanterinde pozisyon alma ve karar verme alt boyutu ile değişen durumlarda hareket etme alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmazken ($p>0.05$), top hareketlerine dair bilgi sahibi olma ile rakipleri tanıma alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Gruplararası farklılığa bakıldığında top hareketlerine dair bilgi sahibi olma alt boyutunda 19-22, 23-27 ve 28-31 yaş aralığında bulunan sporcuların 15-18 yaş aralığında olan sporculara göre puanlarının daha yüksek çıktığı gözlenirken, rakiplerini tanıma alt boyutunda da 19-22 yaş aralığı ile 23-27 yaş aralığında bulunan sporcuların puanlarının 15-18 yaş aralığında bulunan sporculara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yılmaz (2022)'in futbolcular üzerine yaptığı çalışmada, yaş değişkeni açısından sporda taktiksel beceriler envanterinin alt boyutlarının tamamında anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir. Elek (2021) adolesan döneminde farklı yaş gruplarında bulunan futbolcular üzerinde yaptığı çalışmada yaş grubu açısından top hareketlerine dair bilgi sahibi olma alt boyutuna bakıldığında U15 ile U19 grubunda bulunan sporcuların U17 grubundaki sporculara göre daha yüksek düzeyde anlamlı olduğu, rakiplerini tanıma alt boyutu ve sporda taktiksel beceri ölçeğinin toplam puanlarının U19 grubundaki sporcuların, U17 grubundaki sporculardan daha yüksek düzeyde anlamlı çıktığını ortaya koymuştur. Taktiksel beceri envanterinin alan yazında yaş değişkeninin etkili olmasından kaynaklı tüm yaş gruplarında farklı sonuçların elde edildiği görülmektedir.

Spor deneyimi değişkeni açısından incelendiğinde sporda taktiksel beceriler envanterinde ise alt boyutların tamamında anlamlı farklılıklara rastlanılmıştır ($p<0.05$). Gruplararası farklılığa bakıldığında, pozisyon alma ve karar verme ile top hareketlerine dair bilgi sahibi olma alt boyutlarında 7 yıl ve üzeri deneyimi olan sporcular 1-2, 3-4 ve 5-6 yıl tecrübeye sahip olan sporculardan daha yüksek puana sahip olduğu gözlenmiştir. Rakiplerini tanıma ile değişen durumlarda hareket etme alt boyutlarında ise 7 yıl ve üzeri deneyim elde eden sporcuların 3-4 yıl deneyimi olan sporculara göre puanlarının daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Yılmaz (2022) futbolcular üzerinde yaptığı çalışmasında, spor deneyimi değişkeninin istatistiki açıdan sporda taktiksel beceriye etkileyecek anlamlı farklılığa ulaşamamıştır. Elek (2021) adolesan futbolcular üzerinde yaptığı çalışmada spor yaşı açısından sporda taktiksel beceri envanteri alt boyutlarının tamamında anlamlı farklılıklara rastlanırken, alt boyutların tamamında 4-6 yıl ile 7 ve üzeri yıl tecrübeye sahip sporcuların 3 ve 6 yıl tecrübeye sahip olan sporculardan anlamlı düzeyde farklılık çıktığı gözlenmiştir. Öner (2023) sporcular üzerine yaptığı çalışmasında, spor deneyimi değişkeninde rakiplerini tanıma alt boyutunda anlamlılık bulunmazken, pozisyon alma ve karar verme alt boyutu, top hareketlerine dair bilgi sahibi olma alt boyutu ve sporda taktiksel beceriler envanteri toplam puanında 11-15 yıl deneyiminin 1-5 ve 6-10 yıl arası deneyimlerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu ve değişen durumlarda hareket etme alt boyutunda 11-15 yıl deneyiminin 1-5 yıl deneyiminden daha yüksek düzeyde anlamlı olduğu belirtilmiştir. Bu veriler ışığında spor deneyiminin sporda taktiksel beceri envanteri açısından önemli bir değişken olduğu göze çarpmaktadır.

Lig türü değişkenine göre sporda taktiksel beceri envanterinde anlamlı sonuçlara ulaşamamıştır ($p>0.05$). Araştırmaya benzer nitelikte olan Yılmaz (2022) futbolcularla yaptığı çalışmada, lig türü değişkeni açısından sporda taktiksel beceri envanteri alt boyutlarının tamamında anlamlı düzeyde farklılıklara rastlandığını belirtmiştir. Yılmaz ve ark.

(2023) farklı lig seviyelerindeki profesyonel kadın basketbolcuları incelediği araştırmasında, lig düzeyi arttıkça taktiksel beceri düzeyinin arttığı saptanmıştır. Buna göre araştırmacılar lig düzeyi değişkeninde sporda taktiksel beceri envanteri alt boyutlarının tamamında anlamlı farklılık olduğunu bildirmiştir. Lig türü değişkeninde farklı örneklem gruplarından dolayı paralel olmayan sonuçların elde edildiği düşünülmektedir.

SMRÖ ile STBE İlişkin Korelasyon ve Regresyon Analizi Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Spor müsabakası ruminasyon ölçeği ile sporda taktiksel beceriler envanteri alt boyutlarından yalnızca değişen durumlarda hareket etme alt boyutu arasında zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye rastlanılmıştır.

Yılmaz ve ark. (2024) sporcular üzerinde yaptıkları bir çalışmada spor müsabakası ruminasyon ölçeği ile bilişsel esneklik envanteri alternatifler alt boyutu arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunurken, iki ölçek arasındaki ilişkiye bakıldığında pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki tespit edildiği vurgulanmıştır. Yine sporcular üzerine yapılan bir başka çalışmada Solakumur ve Ünlü (2023), ruminasyon, hedef yönelimi ve duygu düzenleme stratejileri arasında pozitif yönlü doğrusal bir ilişki bulunduğunu bildirmiştir. Cevahircioğlu ve ark. (2023)'ün sporcularda zihinsel antrenman ile müsabaka ruminasyonu arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada zihinsel antrenman düzeyi ile ruminasyon düzeyleri arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyli anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Elek (2021) farklı yaş grubunda oynayan futbolcular üzerinde yapmış olduğu çalışmada, yaş değişkeni ile sporda taktiksel beceriler envanteri arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir.

Basit regresyon analizi sonucunda oluşan anlamlı olan modele dâhil edilen spor müsabakası ruminasyon değişkeninin değişen durumlarda hareket etmeye ait varyansın zayıf olmakla birlikte %3'ünü açıkladığı görülmektedir. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına bakıldığında; spor müsabakası ruminasyonunun, değişen durumlarda hareket etme becerisi pozitif yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir. Buna göre, spor müsabakası ruminasyonundaki bir birimlik artış değişen durumlarda hareket etme becerisinde 0.172 birimlik bir artışı öngörmektedir.

Araştırmada elde edilen veriler değerlendirildiğinde sporcuların ölçek sorularına ilişkin cevaplarının olumlu olduğu görülmüştür. Bu doğrultuda araştırma kapsamında, spor müsabakası ruminasyon ölçeği muhtevasında cinsiyet, yaş, spor deneyimi ve lig türünde anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ($p>0.05$). Sporda taktiksel beceri envanteri muhtevasında ise lig türü değişkeninde anlamlı farklılık gözlenmezken, cinsiyet, yaş ve spor deneyimi değişkenlerinde anlamlı sonuçlar elde edilmiştir ($p<0.05$). Ayrıca spor müsabakası ölçeği ile sporda taktiksel beceriler envanteri alt boyutlarından sadece değişen durumlarda hareket etme alt boyutu arasında zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye rastlanılmıştır. Modele dâhil edilen spor müsabakası ruminasyon değişkeninin değişen durumlarda hareket etmeye ait varyansın %3'ünü açıkladığı görülmektedir. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına bakıldığında; spor müsabakası ruminasyonunun, değişen durumlarda hareket etme becerisi pozitif yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir. Aynı zamanda sporcuların ruminatif düşüncelerinin müsabaka sırasında taktiksel açıdan doğru eylemleri seçmeye odaklanması üzerinde etkisi olduğu sonucuna varılmıştır.

Çıkarımlar

Literatürde karşılaşılan çalışmalar incelendiğinde spor müsabaka ruminasyonu ile sporda taktiksel beceriler envanterinin çim hokeyi sporcularına etkisini araştıran bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu yüzden çalışmanın bu yönü ile alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Nitel ve nicel yaklaşımların bir arada kullanıldığı karma desende bir araştırma kurgulanarak ruminatif düşünceler ile taktiksel becerileri farklı spor branşlarından ve sporculardan oluşan örneklem gruplarının arasındaki ilişki dikkate alınarak değerlendirilebilir.

KAYNAKLAR

Aksoy, F.H. (2020). *Sporcularda optimal performans duygu durumu: ruminatif düşünce ve akıldışı inançların rolü üzerine bir çalışma*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Anders, E., & Myers, S. (2008). *Field Hockey: Steps to Success*. Champaign: Human Kinetics.

Belli, E., & Başoğlu, Ö.E. (2024). Curling sporcularının ruminasyon düzeyleri ile uyku davranış tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi GÜSBD*, 13(2), 918-925.

Cevahircioğlu, B., Karakuş, K., & Şenel, E. (2023). Sporcularda zihinsel antrenman ile müsabaka ruminasyonu arasındaki ilişki. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 292-305.

Elek, C. (2021). *Adolesan dönemi farklı yaş gruplarındaki futbolcuların taktiksel beceri düzeylerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Muş Alparslan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muş.

Elferink-Gemser, M.T., Visscher, C., Richart, H., & Lemmink, K.A.P.M. (2004a). Development of the tactical skills inventory for sports. *Perceptual and Motor Skills*, 99(3), 883-895.

Elferink-Gemser, M.T., Visscher, C., Lemmink, K., & Mulder, T. (2004b). Relation between multidimensional performance characteristics and level of performance in talented youth field hockey players. *Journal of Sports Sciences*, 22(11), 1053-1063.

Elferink-Gemser, M.T. (2005). Today's talented youth field hockey players, the stars of tomorrow? A study on talent development in field hockey.

Elferink-Gemser, M.T., Jordet, G., Coelho, E.S.M.J., & Visscher, C. (2011). The marvels of elite sports: how to get there? *Br J Sports Med*, 45, 683-4. doi: [10.1136/bjsports-2011-090254](https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090254)

Elferink-Gemser M.T., te Wierike S.C.M., & Visscher C. (2018). Multidisciplinary longitudinal studies: a perspective from the field of sports. In: Ericsson KA, Hoffman RR, Kozbelt A, Williams AM, editors. *The Cambridge Handbook of Expertise and Expert Performance*. Cambridge: Cambridge University Press, 271–90.

Eskiyecek, C.G., Meriç Bingül, B., Bulgan, C., & Aydın, M. (2018) 3D Biomechanical analysis of targeted and non-targeted drag flick shooting technique in field hockey. *Acta Kinesiologica*, 12(2), 13-19.

Joormann, J., & Quinn, M.E. (2014). Cognitive processes and emotion regulation in depression. *Depression and Anxiety*, 31(4), 308–315.

Karafil, A.Y., & Pehlivan, E. (2023). Spor Müsabakası Ruminasyon Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 28(1), 8-15.

Kolman, N.S., Kramer, T., Marije, T., Elferink-Gemser, M.T., Huijgen, B.C.H., & Visscher, C. (2019). Technical and tactical skills related to performance levels in tennis: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 37(1), 108-121. doi: [10.1080/02640414.2018.1483699](https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1483699)

Kolman, N.S., Huijgen, B.C.H., van Heuvelen, M.J.G., Visscher, C., & Elferink-Gemser, M.T. (2022). Self-assessed tactical skills in tennis players: Psychometric evaluation of the Tactical Skills Questionnaire in Tennis. *Front. Sports Act. Living*, 4, 988595. doi: [10.3389/fspor.2022.988595](https://doi.org/10.3389/fspor.2022.988595)

- Lees, A. (2003). Science and the major racket sports: a review. *Journal Sports Sci*, 21, 707-32. doi: 10.1080/0264041031000140275
- Lyubomirsky, S., Layous, K., Chancellor, J., & Nelson, S.K. (2015). Thinking About Rumination: The Scholarly Contributions and Intellectual Legacy of Susan Nolen-Hoeksema. *The Annual Review of Clinical Psychology*, 11, 1-22.
- Mao, L., Wu, Y., Hong, X., Li, P., Yuan, X., & Hu, M. (2023a). The influence of childhood maltreatment on trait depression in patients with major depressive disorder: A moderated mediation model of rumination and mindful attention awareness. *Journal of Affective Disorders*, 331, 130-138.
- Mao, L., Li, P., Wu, Y., Luo, L., & Hu, M. (2023b). The effectiveness of mindfulness-based interventions for ruminative thinking: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Affective Disorders*, 321, 83-95.
- Martin, L.L., & Tesser, A. (1996). Some ruminative thoughts. In R. S. Wyer Jr. (Ed.), *Ruminative thoughts*. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1-47.
- Michel-Kröhler, A., Krys, S., & Berti, S. (2021). Development and preliminary validation of the sports competition rumination scale (SCRS). *Journal of Applied Sport Psychology*, 1-19.
- Neziroğlu, G. (2010). *Ruminasyon, yaşantısal kaçınma ve problem çözme becerileri ile depresif belirtiler arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B.E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking Rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3, 400-424. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- Öner, Ç. (2023). *Mükemmeliyetçilik, psikolojik-taktiksel beceriler, yarışma yönelimleri ve spor yaralanma kaygısı arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Öztaş, M., & Vural, M. (2023). The relationship between ruminative thought styles and decision-making styles in individuals doing physical activity in the context of bad habits. *ROL Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 657-668.
- Sharma, A., Tripathi, V., & Koley, S. (2012). Correlations of anthropometric characteristics with physical fitness tests in Indian professional hockey players. *Journal of Human Sport & Exercise*, September, 7(3), 698-705.
- Sipahi, B., Yurtkoru, E. S., Çinko, M. (2010). *Sosyal bilimlerde SPSS'le veri analizi* (3. baskı). İstanbul: Beta.
- Smith, D.J. (2003). A framework for understanding the training process leading to elite performance. *Sports Med*, 33, 1103-26. doi: 10.2165/00007256-200333150-00003
- Solakumur, A., & Ünlü, Y. (2023). Ruminasyonun sporcuların hedef yönelimleri üzerindeki etkisinde duygu düzenlemenin rolü. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1-Cumhuriyet'in 100. Yılı Özel Sayısı), 1227-1248.
- Starkes, J.L. (1993a). Skill in field hockey: The nature of the cognitive advantage. *Journal of Sport Psychology*, 9, 146-160.
- Starkes, J.L. (1993b). Motor experts: Opening thoughts. In *Cognitive issues in motor expertise* (edited by J.L. Starkes and F. Allard), pp. 3-16. Amsterdam: Elsevier.
- Tabachnick, B.G., & Fidell, L.S. (2007). *Using multivariate statistics*. (5th ed.). New York: Allyn and Bacon.
- Yarayan, Y.E., Esentürk, O.K., & İlhan, E.L. (2019). The Sport Tactical Skills Inventory (TACSIS) Turkish Adaptation Study. *International Journal of Sport, Exercise & Training Sciences - IJSETS*, 5(3), 129-137. Doi: 10.18826/useeabd.556432
- Yılmaz, C. (2022). *Futbolcularda karakterin karar verme ve taktiksel beceriye etkisi*. Doktora Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Samsun.

Yılmaz, İ. (2022). *Yetişkin sporcuların tutkunluk düzeylerinin ruminatif düşünme ve bilişsel esnekliği belirlemedeki rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Yılmaz, T. (2023). *Amatör küme liglerinde futbol oynayan bireylerin ruminasyon düzeylerinin incelenmesi*. Spor Bilimlerinde Güncel Yaklaşımlar, İzmir: Duvar Yayınları, 263-273.

Yılmaz, C., Comba, D., & Bostancı, Ö. (2023). Kadın basketbolcularda karakterin, taktiksel beceriye etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi (GÜSBD)*, 12(1), 250-259.

Yılmaz, B.H., Yetim, D., Özdemir, M., Üzer, Y., & Gül, E. (2024) Sporcularda ruminasyon ile bilişsel esneklik arasındaki ilişki. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 127-139.