

Kadercilik Eğiliminin Şekillenmesinde İyimserlik ve Kötümserliğin Rolü: Sporcu Perspektifi

The Role of Optimism and Pessimism in Shaping Fatalism Tendency: Athlete Perspective

Eda YILMAZ¹ 

¹Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye

Özet

Bu çalışmanın amacı, sporcularda iyimserlik ve kötümserlik düzeylerinin kadercilik eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışma kapsamında, sporculardaki iyimserlik ve kötümserlik eğilimlerinin, onların kadercilik algısını nasıl şekillendirdiği ve bu eğilimlerin birbiriyle ilişkisi araştırılmıştır. Bu sayede, spor psikolojisi literatürüne farklı bir perspektif sunarak, sporcularda mental özelliklerin kadercilik tutumları üzerindeki etkisine yönelik yeni bir bakış açısı kazandırmak hedeflenmektedir. Bu araştırma, ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Erzurum Teknik Üniversitesi ve Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören 440 sporcu katılmıştır. Veri toplama aracı olarak, Çalışkan ve Uzunkol (2018) tarafından Ergenlerde İyimserlik-Kötümserlik Ölçeği ile Kaya ve Bozkur (2015) tarafından Kadercilik Eğilim Ölçeği kullanılmıştır. İstatistiksel analizler sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği saptanmıştır. Bağımsız gruplar t-testi ve ANOVA analizleri uygulanmıştır. Ayrıca değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Kadın sporcuların, erkek sporculara kıyasla daha yüksek iyimserlik düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Takım sporu yapanların iyimserlik düzeylerinin bireysel spor yapanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bireysel spor yapanların kadercilik eğilimlerinin takım sporu yapanlara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu belirlenmiştir. Eğitim seviyesinde iyimserlik, kötümserlik ve kadercilik eğilimlerinde anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Sporcuların iyimserlik ve kötümserlik düzeyleri ile kadercilik eğilimlerinin belirli çeşitli faktörlere bağlı olarak anlamlı biçimde farklılaşabildiğini ve bu psikolojik özelliklerin bireylerin genel yaşam perspektiflerini önemli ölçüde etkileyebileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: İyimserlik, Kötümserlik, Kadercilik, Sporcu

Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between optimism and pessimism levels and fatalistic tendencies in athletes. Within the scope of the study, how optimism and pessimism tendencies in athletes shape their perception of fatalism and the relationship between these tendencies were investigated. In this way, it is aimed to provide a different perspective to the sports psychology literature and to gain a new perspective on the effect of mental characteristics on fatalistic attitudes in athletes. This research was conducted using the relational screening model. 440 athletes studying at Erzurum Technical University and Atatürk University Sports Sciences Faculties participated. As data collection tools, the Optimism-Pessimism Scale in Adolescents by Çalışkan and Uzunkol (2018) and the Fatalism Tendency Scale by Kaya and Bozkur (2015) were used. As a result of statistical analysis, it was determined that the data showed normal distribution. Independent samples t-test and ANOVA analyzes were applied. Additionally, correlation analysis was performed to determine the relationship between variables. It has been determined that female athletes have higher levels of optimism compared to male athletes. It has been determined that the optimism levels of those who do team sports are higher than those who do individual sports. In addition, it was determined that the fatalism tendencies of those who do individual sports have a higher average than those who do team sports. Significant differences were detected in optimism, pessimism and fatalism tendencies at the level of education. It shows that athletes' optimism, pessimism levels and fatalism tendencies can differ significantly depending on certain factors, and that these psychological characteristics can significantly affect individuals' general life perspectives.

Keywords: Optimism, Pessimism, Fatalism, Athlete

Spor ve Bilim Dergisi 3(1):103-116
e-ISSN: 2980-2067
Sorumlu yazar: Eda YILMAZ,
0000-0003-4832-3792
eda.yilmaz@erzurum.edu.tr

Künye: Yılmaz, E. (2025). Kadercilik eğiliminin şekillenmesinde iyimserlik ve kötümserliğin rolü: sporcu perspektifi. *Spor ve Bilim Dergisi*, 3(1), 103-116.

Tarihler:
Geliş: 22.12.2024
Kabul: 11.02.2025
Yayın: 20.03.2025

GİRİŞ

Sporcuların performansını etkileyen psikolojik faktörler, spor psikolojisi alanında son zamanlarda daha da merak konusu haline gelmiştir. Bu psikolojik faktörler arsında yer alan iyimserlik ve kötümserlik kavramları, bireylerin stresle başa çıkma becerilerini, motivasyon düzeylerini ve bunlarla bağlantılı olarak sportif performanslarını etkileyen temel kişilik özellikleri olarak kabul edilmektedir (Scheier & Carver, 1985). Hayata pozitif bakan bireyler, gelecekte olumlu sonuçlar beklerken, kötümser tarafa odaklanan bireyler bu durumun tersi yönünde odaklanma eğilimindedir (Peterson, 2000). Bu davranış örüntüleri, sporcuların karşılaştıkları olumsuz durumlarla başa çıkma stratejilerini ve performanslarını nasıl etkilediğini belirler (Nicholls ve ark., 2012).

Kadercilik eğilimi, insanların hayatlarında ki olayların kontrolünün kendi ellerinde mi yoksa dış güçlerin etkisinde mi olduğuna dair inancını yansıtır (Rotter, 1966). Sporcularda ki kadercilik eğilimi ise, performanslarını ve bireylerin sporla ilgili hedeflerini nasıl tanımladıklarını önemli ölçüde etkileyebilir. Yüksek kadercilik eğilimi olan sporcular, başarılarını ya da başarısızlıklarını daha çok dış etkenlere, şansa ya da kadere bağlama eğilimindedirler (Alkan & Kurnaz, 2022). Bu durum, sporcuların öz-düzenleme becerilerini zayıflatabilir ve performans geliştirme süreçlerini olumsuz etkileyebilir (Bandura, 1997).

İyimserlik ve kötümserlik, sporcuların kadercilik eğilimlerinin şekillenmesinde kritik bir rol oynar (Seligman, 1998). İyimser sporcular, başarının kendi çabalarıyla elde edilebileceğine inanarak daha fazla çaba gösterirken, kötümser sporcular dış etkenlere daha fazla önem vererek pasif bir tutum sergileyebilirler (Carver & Scheier, 2014). Bu farklı tutumlar, sporcuların stres altında gösterdikleri performansı, duygusal dayanıklılıklarını ve genel yaşam memnuniyetlerini önemli ölçüde etkileyebilir. Örneğin, iyimser sporcular, zorluklarla başa çıkma becerilerini geliştirerek, sıkıntılı durumlarda daha çözüm odaklı bir yaklaşım sergileyebilirler (Nicholls ve ark., 2012). Buna karşın, kötümser sporcuların stres altında çaresiz hissetme ve daha kolay pes etme eğiliminde oldukları gözlemlenmiştir (Peterson & Seligman, 1984).

Kadercilik, iyimserlik ve kötümserlik kavramları arasındaki ilişki, sporcu performansı üzerinde karmaşık bir etkiye sahiptir. İyimser sporcular, hedef belirleme ve bu hedeflere ulaşma gibi konularda daha kararlı ve dirençliyken, kötümser sporcular hedeflerine ulaşmada daha fazla zorluk yaşayabilmektedirler. Bu durum, sporcuların sadece fiziksel performanslarını değil, aynı zamanda psikolojik performanslarını da etkiler. Özellikle yüksek kadercilik eğilimi gösteren sporcular, olumsuz durumlarda daha fazla stres yaşayabilir ve bu da onların müsabaka içinde performanslarını olumsuz yönde etkileyebilir (Kaya & Bozkur, 2017). İyimser sporcular ise,

zorlukları daha kolay aşılabılır görme eğiliminde oldukları için, bu tür durumlarla daha etkin bir şekilde başa çıkabilmektedirler (Scheier & Carver, 1985). Günümüzde sporcularda zihinsel dayanıklılık ve psikolojik özelliklerinin performans üzerinde önemli bir etkisi olduğu bilinmektedir. İyimserlik ve kötümserlik, bireyin hayata, olaylara ve karşılaşılan zorluklara yönelik bakış açısını belirleyen temel psikolojik özelliklerdir. Bu özelliklerin sporcularda belirli davranış ve düşünce kalıplarını şekillendirdiği ve bu bağlamda kadercilik eğilimlerine de etki edebileceği öne sürülmektedir. Kadercilik, bireyin gelecekteki olayları kontrol etme gücünün sınırlı olduğuna inanması veya sonuçların daha büyük bir gücün iradesine bağlı olduğuna yönelik inanç olarak tanımlanır. Özellikle sporcularda, iyimser ve kötümser yaklaşımlar, zorluklar ve stres karşısında alınan kararları ve dolayısıyla performansı doğrudan etkileyebilecek niteliktedir. Ancak sporcularda bu psikolojik eğilimlerin kadercilik ile olan ilişkisinin araştırılması, literatürde sınırlı sayıda çalışmayla ele alınmış bir konu olarak dikkat çekmektedir (Martin ve ark., 2003). Bu bağlamda, sporcuların iyimserlik ve kötümserlik düzeylerinin belirlenmesi, onların performans geliştirme süreçlerinde kritik bir rol oynayabilir. Antrenörler ve spor psikologları, sporcuların bu kişilik özelliklerini göz önünde bulundurarak, onların duygusal dayanıklılıklarını artıracak stratejiler geliştirebilirler. Örneğin, iyimserliği teşvik eden mentorluk ve rehberlik programları, sporcuların sadece performanslarını değil, aynı zamanda sporla ilgili genel memnuniyetlerini ve yaşam kalitelerini de artırabilir (Seligman, 2006). Buna ek olarak, sporcuların kadercilik eğilimlerini azaltmaya yönelik müdahaleler, onların daha proaktif bir tutum geliştirmelerine yardımcı olabilir ve bu da uzun vadede sporcuların başarısını artırabilir (Bandura, 1997).

Bu çalışmanın amacı, sporcularda iyimserlik ve kötümserlik düzeylerinin kadercilik eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışma kapsamında, sporculardaki iyimserlik ve kötümserlik eğilimlerinin, onların kadercilik algısını nasıl şekillendirdiği ve bu eğilimlerin birbiriyle ilişkisi araştırılacaktır. Bu sayede, spor psikolojisi literatürüne farklı bir perspektif sunarak, sporcularda mental özelliklerin kadercilik tutumları ile arasındaki ilişkiye yönelik yeni bir bakış açısı kazandırmak hedeflenmektedir.

YÖNTEM

Çalışma Tasarımı

Bu araştırma, ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli, değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesine yönelik bir araştırma yöntemidir. Bu çalışmada, iyimserlik, kötümserlik ve kadercilik eğilimleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Model

kapsamında, sporcuların bu psikolojik özellikleri arasındaki etkileşimler ve bu etkileşimlerin kadercilik eğilimi üzerindeki etkisi araştırılmıştır (Bekman, 2022).

Araştırma Grubu

Bu araştırmanın örneklemini, Erzurum Teknik Üniversitesi ve Erzurum Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim gören sporculardan oluşmaktadır. Örneklem grubu, bu sporculardan rastgele örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenmiştir. G*Power analiz aracı kullanılarak örneklem büyüklüğü hesaplanmıştır; bu hesaplamada .05 Tip I hata (alfa), .95 güç (Tip II hata) ve 0.3 etki büyüklüğü temel alınmıştır. Bu kriterlere göre çalışmanın en az 387 katılımcı ile yürütülmesi planlanmış ve eksik ve hatalı veriler çıkarıldıktan sonra toplamda 440 katılımcının verileri analizlere dahil edilmiştir. Veriler, Google Formlar üzerinden çevrimiçi olarak ve yüz yüze görüşmeler yoluyla toplanmıştır. Ayrıca Erzurum Teknik Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan etik onayı alınmıştır (07/11/2024-14).

İstatistiksel Analiz

Elde edilen verilerde, ilk etapta eksik veya hatalı doldurulan ölçekler analiz dışı bırakılmıştır. Veriler, SPSS 27.0 paket programına girilerek Skewness ve Kurtosis değerleri incelenmiş ve normallik testleri yapılmıştır. Sonuçlar, verilerin normal dağılım gösterdiğini ortaya koymuştur. Bu doğrultuda parametrik testlerden t-testi, ANOVA ve korelasyon testleri uygulanmıştır. Ayrıca, ölçeklerin Cronbach alfa katsayısı .715 olarak hesaplanmıştır.

Uygulanan Testler/Veri Toplama Prosedürü

İyimserlik-Kötümserlik Ölçeği: Bu çalışmada, katılımcıların iyimserlik ve kötümserlik düzeylerini ölçmek amacıyla Çalışkan ve Uzunkol (2018) tarafından geliştirilen Ergenlerde İyimserlik-Kötümserlik Ölçeği (EİKÖ) kullanılmıştır. Ölçek, 8 olumlu (iyimserlik) ve 8 olumsuz (kötümserlik) özelliği ölçmek üzere toplam 16 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin iki temel alt boyutu bulunmaktadır: iyimserlik ve kötümserlik. İyimserlik (8 madde): 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15; Kötümserlik (8 madde): 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16. Ölçeğin güvenirliğini sağlamak amacıyla iç tutarlık katsayısı hesaplanmış; Cronbach's Alpha değeri iyimserlik alt boyutu için .85, kötümserlik alt boyutu için ise .82 olarak bulunmuştur. Yapı geçerliliği için doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve iyimserlik ve kötümserlik boyutlarının birbirinden bağımsız faktörler olduğu doğrulanmıştır. Bu doğrultuda, ölçek geçerli ve güvenilir bir araç olarak değerlendirilmiştir (Çalışkan & Uzunkol, 2018).

Kadercilik Eğilimi Ölçeği: Bu araştırmada, bireylerin kadercilik eğilimlerini ölçmek amacıyla Kaya ve Bozkur (2015) tarafından geliştirilen Kadercilik Eğilim Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek dört alt boyuttan oluşmaktadır: Önceden Belirlenmişlik, Kişisel Kontrol, Batıl İnanç ve Şans. Her bir alt boyut belirli maddelerden oluşur ve farklı şekilde puanlanır. Önceden Belirlenmişlik boyutu, 1, 4, 12, 15, 18, 19, 22 ve 24 numaralı maddelerden oluşur ve bu maddeler doğrudan puanlanır. Bu alt boyuttan alınabilecek maksimum puan 40, minimum puan ise 8'dir. Bu boyuttan yüksek puan almak, bireyin "her şeyin önceden belirlenmiş olduğu" düşüncesine olan eğilimini gösterir. Kişisel Kontrol alt boyutu ise 2, 6, 8, 11, 14 ve 21 numaralı maddeleri kapsar. Bu maddeler ters puanlanır ve bu alt boyuttan alınabilecek maksimum puan 30, minimum puan ise 6'dır. Bu boyutta yüksek puan, bireyin kişisel kontrol algısının zayıf olduğunu ifade eder. Batıl İnanç alt boyutu, 3, 5, 10, 17, 20 ve 23 numaralı maddelerden oluşur ve bu maddeler doğrudan puanlanır. Bu boyuttan alınabilecek puan aralığı 6 ile 30 arasındadır. Bu boyuttan yüksek puan almak, batıl inançlara karşı yüksek bir eğilimi gösterir. Şans alt boyutu 7, 9, 13 ve 16 numaralı maddeleri içerir ve bu maddeler doğrudan puanlanır. Alınabilecek puan aralığı ise 4 ile 20 arasındadır. Bu boyuttan yüksek puan almak, bireyin şansa inanma eğiliminin yüksek olduğunu belirtir. Ölçeğin toplam puanı, tüm alt boyutlardan alınan puanların toplanmasıyla elde edilir ve 24 ile 120 arasında değişebilir. Yüksek toplam puan, daha güçlü bir kadercilik eğilimini işaret eder. Ölçeğin iç tutarlılığını ölçmek amacıyla yapılan güvenilirlik analizinde Cronbach Alfa katsayısı .86 olarak bulunmuştur (Yanık, 2024).

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

Demografik Değişken	Kategori	n	%
Cinsiyet	Kadın	200	45,5
	Erkek	240	54,5
Spor türü	Takım	300	68,2
	Bireysel	140	31,8
Sporculuk Türü	Milli	48	10,9
	Lisanslı	392	89,1
Eğitim Durumu	Ön lisans	152	34,5
	Lisans	216	49,1
	Lisansüstü	72	16,4
Toplam		440	100

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların %45,5'inin kadın, %54,5'inin ise erkek olduğu görülmektedir. Yaptıkları spor türü değişkeni değerlendirildiğinde, katılımcıların %68,2'sinin takım sporuyla ilgilendiği, %31,8'inin ise bireysel spor branşıyla ilgilendiği tespit edilmiştir. Diğer bir demografik değişken türü olan sporculuk türü değerlendirildiğinde; katılımcıların

%10,9'u milli sporculardan, 89,1'i lisanslı sporculardan oluşmaktadır. Katılımcıların eğitim durumu incelendiğinde; %34,5'i ön lisans, %49,1'i lisans ve %16,4'ü lisansüstü eğitim seviyesinde olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2. Ölçeklere İlişkin Normallik Dağılımı

Ölçek adı	N	Min.	Mak.	Mean	SD	Skewness	Curtosis
İyimserlik	440	8	40	31,07	5,98	-1,47	1,32
Kötümserlik	440	8	40	20,71	7,12	,630	,175
İyimserlik Kötümserlik Top.	440	40	80	51,79	5,99	1,165	1,45
Önceden Belirlenmişlik	440	7	35	23	5,50	,-293	,437
Kişisel Kontrol	440	6	29	12,67	4,06	1,01	1,723
Batıl İnanç	440	6	30	14,97	5,68	,381	-,337
Şans	440	4	20	12,23	3,54	-,299	,069
Kadercilik Top.	440	29	99	65,90	13,51	-,319	,129

Tablo 2 incelendiğinde ölçeklerin alt boyut ve toplam puanlarının çarpıklık ve basıklık (+2,-2) değerleri açısından normal dağılıma uygun olduğu tespit edilmiştir (Tabachnick ve ark., 2013).

Tablo 3. Katılımcıların Cinsiyet Değişkeni Açısından İyimserlik-Kötümserlik ve Kader Eğilimi Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek adı	Spor Branşı	n	$\bar{x}$	Ss.	t	p(sig.)
İyimserlik	Kadın	200	31,88	6,33	2,599	0,01*
	Erkek	240	30,40	5,61		
Kötümserlik	Kadın	200	19,40	6,65	-3,588	0,00*
	Erkek	240	21,82	7,34		
İyimserlik Kötümserlik Top.	Kadın	200	51,28	5,69	-1,634	0,10
	Erkek	240	52,22	6,23		
Önceden Belirlenmişlik	Kadın	200	23,32	4,44	1,112	0,26
	Erkek	240	22,73	6,36		

Kişisel Kontrol	Kadın	200	12,64	4,30	-0,154	0,87
	Erkek	240	12,70	3,86		
Batıl İnanç	Kadın	200	14,92	5,33	-0,178	0,85
	Erkek	240	15,02	5,97		
Şans	Kadın	200	12,00	3,71	-1,277	0,20
	Erkek	240	12,43	3,40		
Kadercilik Top.	Kadın	200	65,98	12,05	0,100	0,92
	Erkek	240	65,85	14,66		

Tablo 3 incelendiğinde; İyimserlik alt boyutunda kadın katılımcıların ortalama iyimserlik puanı ($\bar{x} = 31,88$) erkeklerden ($\bar{x} = 30,40$) daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu durum, kadınların erkeklere göre daha iyimser bir tutum sergilediğini göstermektedir ($t = 2,599$; $p = 0,01$). Kötümserlik alt boyutu incelendiğinde ise erkek katılımcıların ortalama kötümserlik puanı ($\bar{x} = 21,82$) kadınlara oranla ($\bar{x} = 19,40$) anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu sonuç erkeklerin kötümserlik düzeyinin kadınlara kıyasla daha fazla olduğunu göstermektedir ($t = -3,588$; $p = 0,00$). İyimserlik-Kötümserlik toplam puanında ise kadın katılımcıların ortalama puanı ($\bar{x} = 51,28$), erkeklerden ($\bar{x} = 52,22$) daha düşük olmasına rağmen anlamlı farklılık bulunamamıştır ($t = -1,634$; $p = 0,10$). Kadercilik eğiliminin alt boyutlarından olan önceden belirlenmişlik, kadınların ortalama puanı ($\bar{x} = 23,32$), erkek katılımcıların ortalama puanından ($\bar{x} = 22,73$) daha yüksek olmasına rağmen anlamlılık saptanamamıştır ($t = 1,112$; $p = 0,26$). Kişisel kontrol alt boyutunda kadın katılımcıların kişisel kontrol puanı ($\bar{x} = 12,64$) erkeklerden ($\bar{x} = 12,70$) düşük olmakla birlikte anlamlı bir farklılık saptanamamıştır ($t = -0,154$; $p = 0,87$). Batıl inanç alt boyutunda kadın katılımcıların ortalama puanı ($\bar{x} = 14,92$), erkek katılımcıların puanından ($\bar{x} = 15,02$) daha düşük olmasına rağmen anlamlı fark bulunamamıştır ($t = -0,178$; $p = 0,85$). Şans alt boyutu incelendiğinde kadınların şans puanı ($\bar{x} = 12,00$), erkeklerden ($\bar{x} = 12,43$) düşük olmasına rağmen anlamlı farklılık saptanamamıştır ($t = -1,277$; $p = 0,20$). Kadercilik toplam puanı açısından kadın katılımcıların ($\bar{x} = 65,98$) erkek katılımcılara ($\bar{x} = 65,85$) oranla biraz daha yüksek olduğu görülmektedir ($t = 0,100$; $p = 0,92$).

Tablo 4. Katılımcıların Spor Türü Değişkeni Açısından İyimserlik-Kötümserlik ve Kader Eğilimi Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek adı	Spor Türü	n	$\bar{x}$	Ss.	t	p(sig.)
İyimserlik	Bireysel	300	30,81	6,24	-1,332	0,18
	Takım	140	31,61	5,38		

Kötümserlik	Bireysel Takım	300 140	20,57 21,03	7,02 7,37	-0,623	0,53
İyimserlik Kötümserlik Top.	Bireysel Takım	300 140	51,39 52,66	5,47 6,95	-2,077	0,03*
Önceden Belirlenmişlik	Bireysel Takım	300 140	23,08 22,83	5,46 5,62	0,445	0,65
Kişisel Kontrol	Bireysel Takım	300 140	12,75 12,51	3,94 4,33	0,559	0,57
Batıl İnanç	Bireysel Takım	300 140	15 14,91	5,87 5,27	0,147	0,88
Şans	Bireysel Takım	300 140	12,40 11,89	3,47 3,70	0,419	0,15
Kadercilik Top.	Bireysel Takım	300 140	66,33 65	13,54 13,46	0,964	0,32

Tablo 4 incelendiğinde; İyimserlik alt boyutunda bireysel spor yapan sporcuların ortalama iyimserlik puanı ($\bar{x}=30,81$) takım sporcularından ($\bar{x}=31,61$) daha düşük olduğu saptanmıştır. Bu durum, takım sporları yapanların bireysel spor yapanlara göre daha iyimser bir tutum sergilediğini göstermektedir ($t=-1,332$; $p=0,18$). Kötümserlik alt boyutu incelendiğinde ise bireysel spor yapan sporcuların ortalama kötümserlik puanı ($\bar{x}=20,57$) takım sporu yapanlara oranla ($\bar{x}=21,03$) daha düşük olduğu saptanmıştır. Ancak bu sonuç anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($t=-0,623$; $p=0,53$). İyimserlik-Kötümserlik toplam puanında bireysel spor yapan sporcuların ortalama puanı ($\bar{x}=51,39$) takım sporu yapanlardan ($\bar{x}=52,66$) daha düşük olsa da anlamlı farklılık bulunamamıştır ($t=-2,077$; $p=0,03$). Önceden belirlenmişlik alt boyutunda bireysel spor yapan sporcuların ortalama puanı ($\bar{x}=23,08$) takım sporu yapanların puanından ($\bar{x}=22,83$) daha yüksek olmasına rağmen anlamlı farklılık saptanamamıştır ($t=0,445$; $p=0,65$). Kişisel kontrol alt boyutunda ise bireysel spor yapan katılımcıların kişisel kontrol puanı ($\bar{x}=12,75$) takım sporları yapanlardan ($\bar{x}=12,51$) yüksek olmakla birlikte anlamlı bir farklılık saptanamamıştır ($t=0,559$; $p=0,57$). Batıl inanç alt boyutu incelendiğinde bireysel spor yapan sporcuların ortalama puanı ($\bar{x}=15,00$) takım sporu yapanların puanından ($\bar{x}=14,91$) daha yüksek olmasına rağmen anlamlı farklılık bulunamamıştır ($t=0,147$; $p=0,88$). Şans alt boyutu incelendiğinde bireysel spor yapanların şans puanı ($\bar{x}=12,40$) takım sporu yapanlardan ($\bar{x}=11,89$) yüksek olmasına rağmen anlamlı farklılık saptanamamıştır ($t=0,419$; $p=0,15$). Son olarak kadercilik toplam puanı açısından incelendiğinde bireysel spor yapanların ($\bar{x}=66,33$) takım sporu

yapanlardan ($\bar{x}=65,00$) yüksek olmasına rağmen anlamlı farklılık saptanamamıştır ($t=0,964$; $p=0,32$).

Tablo 5. Katılımcıların Eğitim Düzeyi Açısından İyimserlik-Kötümserlik ve Kader Eğilimi Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek adı	Eğitim Düzeyi	n	$\bar{x}$	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	f	p	Post hoc (LSD)
İyimserlik	Ön lisans ¹	152	29,52	Guruplar Arası	686	343	9,96	0,00*	1-2
	Lisans ²	216	32,27	Gruplar İçi	15047,6	34,4			
	Lisansüstü ³	72	30,72						
Kötümserlik	Ön lisans ¹	152	23,34	Guruplar Arası	1613,3	806,6	17,03	0,00*	1-2
	Lisans ²	216	19,20	Gruplar İçi	20699,6	47,3			
	Lisansüstü ³	72	19,72						
İyimserlik Kötümserlik Top.	Ön lisans ¹	152	52,86	Guruplar Arası	327,6	163,8	4,62	0,01*	1-3
	Lisans ²	216	51,48	Gruplar İçi	15473	35,4			
	Lisansüstü ³	72	50,44						
Önceden Belirlenmişlik	Ön lisans ¹	152	23,10	Guruplar Arası	453,2	226,6	7,69	0,00*	3-1
	Lisans ²	216	23,66	Gruplar İçi	12874,7	29,4			
	Lisansüstü ³	72	20,77						
Kişisel Kontrol	Ön lisans ¹	152	13,68	Guruplar Arası	445,6	222,8	14,33	0,00*	1-2
	Lisans ²	216	11,64	Gruplar İçi	6795,2	15,5			
	Lisansüstü ³	72	13,61						
Batıl İnanç	Ön lisans ¹	152	16,34	Guruplar Arası	435,5	217,7	6,92	0,00*	3-1
	Lisans ²	216	14,25	Gruplar İçi	13736,1	31,4			
	Lisansüstü ³	72	14,22						
Şans	Ön lisans ¹	152	13,07	Guruplar Arası	167,1	83,5	6,82	0,00*	1-2
	Lisans ²	216	11,74	Gruplar İçi	5352,3	12,2			
	Lisansüstü ³	72	11,94						
Kadercilik Top.	Ön lisans ¹	152	69,42	Guruplar Arası	2914,2	1457,1	8,23	0,00*	3-1
	Lisans ²	216	64,29	Gruplar İçi	77306	176,9			
	Lisansüstü ³	72	63,33						

Tablo 5 incelendiğinde, eğitim değişkenine göre katılımcıların iyimserlik, kötümserlik, iyimserlik-kötümserlik toplam puanı, önceden belirlenmişlik, kişisel kontrol, batıl inanç, şans ve kadercilik toplam puanlarında anlamlı farklılıklar olduğu belirlenmiştir. İyimserlik alt boyutunda

($f=9,96, p<0,05$) gruplar arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Post-hoc test sonuçları incelendiğinde, lisans düzeyindeki katılımcıların iyimserlik puanları ($\bar{x}=32,27$), Ön lisans ($\bar{x}=29,52$) ve lisansüstü ($\bar{x}=30,72$) katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Kötümserlik alt boyutunda ise ($f=17,03$), lisans düzeyindeki katılımcıların kötümserlik puanları ($\bar{x}=19,20$), ön lisans ($\bar{x}=23,34$) katılımcılarından anlamlı derecede daha düşük olduğu saptanmıştır. İyimserlik-kötümserlik toplam puanında ($f=4,62, p<0,05$), ön lisans katılımcılarının toplam puanları ($\bar{x}=52,86$), lisansüstü katılımcılarından ($\bar{x}=50,44$) anlamlı derecede daha yüksektir. Önceden belirlenmişlik alt boyutu incelendiğinde ($f=7,69, p<0,05$), ön lisans katılımcılarının puanları ($\bar{x}=23,10$), lisansüstü katılımcılarından ($\bar{x}=20,77$) anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Kişisel kontrol alt boyutunda ($f=14,33, p<0,05$), ön lisans katılımcılarının kişisel kontrol puanları ($\bar{x}=13,68$), lisans katılımcılarından ($\bar{x}=11,64$) anlamlı derecede daha yüksektir. Batıl inanç alt boyutunda ($f=6,92, p<0,05$), ön lisans katılımcılarının puanları ($\bar{x}=16,34$), lisansüstü katılımcılardan ($\bar{x}=14,22$) anlamlı derecede yüksektir. Şans alt boyutunda ($f=6,82, p<0,05$), ön lisans katılımcılarının puanları ($\bar{x}=13,07$), lisans katılımcılarından ($\bar{x}=11,74$) anlamlı derecede yüksektir. Kadercilik toplam puanı açısından ise ($f=8,23, p<0,05$), ön lisans katılımcılarının toplam puanları ($\bar{x}=69,42$), lisansüstü katılımcılarından ($\bar{x}=64,29$) anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 6. Katılımcıların İyimserlik-Kötümserlik ve Kader Eğilimi Düzeyleri Arasındaki İlişki

	1	2
	$r = 1$	
1 - İyimserlik Kötümserlik Toplam	$p = -$ $n = 440$	
	$r = 0,365^{**}$	$r = 1$
2 - Kadercilik Toplam	$p = 0,00$ $n = 440$	$p = -$ $n = 440$

Tablo 6’da katılımcıların iyimserlik-kötümserlik toplam puanı ile kadercilik toplam puanı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar incelendiğinde iyimserlik-kötümserlik toplam puanı ile kadercilik toplam puanı arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon bulunmuştur ($r=0,365, p<0,01$).

TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı, sporcularda iyimserlik ve kötümserlik düzeylerinin kadercilik eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Cinsiyet değişkenine göre elde edilen bulgular ışığında, kadın katılımcıların erkek katılımcılara kıyasla daha yüksek iyimserlik puanına sahip olduğu tespit

edilmiştir. Yüksek iyimserlik kadınların duygusal ifadede ve kişilerarası ilişkilerde daha olumlu tutumlar geliştirme eğiliminde olduklarını ortaya koymaktadır (Scheier & Carver, 1992). Bozgeyikli ve Çalışkan (2020) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, iyimserlik düzeyinin bireylerin psikolojik iyi oluşu üzerinde güçlü bir yordayıcı olduğu, buna karşılık kötümserliğin bu ilişkiyi negatif yönde etkilediği tespit edilmiştir. Bu bulgular, mevcut çalışmada iyimserlik puanlarının yüksek olduğu gruplarda daha olumlu tutumlar sergilenmesiyle paralellik göstermektedir. Özellikle kadın katılımcıların daha yüksek iyimserlik puanlarına sahip olmaları, bu grupların olumlu yaşam deneyimlerini daha fazla içselleştirebildiğini işaret edebilir. Akeren (2021), lise öğrencilerinin iyimserlik düzeylerinin siber zorbalıkla başa çıkma becerilerini artırdığını, kötümserlik düzeyinin ise sosyal destek arama davranışlarını negatif yönde etkilediğini belirtmiştir. Dalgıç (2020) tarafından yapılan bir araştırmada, iyimserlik özelliklerinin iş güvencesizliği algısını azaltarak çalışanların iş yaşam kalitesini artırdığı belirtilmiştir. Öte yandan erkek katılımcıların daha yüksek kötümserlik düzeyine sahip olması, erkeklerin daha risk odaklı, belirsizlik karşısında daha tedbirli veya rekabetçi ortamda başarısızlık ihtimalini daha fazla dikkate almasıyla ilişkili olabilir. Kaya ve Bozkır (2017) çalışmasında kadınların erkeklere oranla daha fazla kaderci eğilime sahip oldukları sonucuna ulaşmışlardır.

Spor türüne ait bulgu incelendiğinde; takım sporu yapanların iyimserlik düzeylerinin bireysel spor yapanlara kıyasla bir miktar daha yüksek olduğu görülmüş olsa da bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir. Yine de bu eğilim, takım sporlarının bireylere sosyal destek, aidiyet duygusu, iş birliği ve iletişim becerilerini geliştirme gibi olanaklar sunarak daha olumlu bir psikolojik iklim yaratabileceğini düşündürmektedir (Weinberg & Gould, 2019). Ayrıca yapılan çalışmada bireysel olarak spor yapanların kadercilik eğilimi takım sporu yapanlardan yüksek bulunmasına rağmen herhangi bir anlamlılık tespit edilememiştir.

Yapılan çalışmada, eğitim düzeyinin iyimserlik, kötümserlik ve kadercilik eğilimleri üzerinde anlamlı etkisi olduğu görülmektedir. Lisans düzeyindeki katılımcıların, ön lisans ve lisansüstü katılımcılara göre daha yüksek iyimserlik ve daha düşük kötümserlik düzeylerine sahip olması, eğitimle birlikte kazanılan eleştirel düşünme becerileri, artan öz-yeterlik algısı, genişleyen sosyal ağlar ve kariyer beklentilerinin olumlu yönde şekillenmesiyle açıklanabilir (Peterson, 2000).

Atar ve ark. (2020) yapmış oldukları çalışmada; lisans düzeyindeki bireylerin daha yüksek iyimserlik puanına sahip oldukları ve daha düşük eğitim seviyesindeki bireylerin daha yüksek kötümserlik puanına sahip oldukları tespit edilmiştir (Atar ve ark., 2020). Ön lisans düzeyindeki katılımcıların bazı değişkenlerde (belirlenmişlik, kişisel kontrol, batıl inanç, şans ve kadercilik

toplam puanı) daha yüksek puanlara sahip olması ise, bu eğitim kademesindeki bireylerin henüz tam olarak belirli bir mesleki veya akademik güvenceye ulaşamamış olmalarıyla ilişkili olabilir. Lisansüstü düzeyindeki katılımcıların ise bazı konularda daha düşük puanlara sahip olması, daha ileri eğitim düzeyinin bireyleri daha rasyonel, eleştirel ve içsel kontrol odaklı bir bakış açısına yönelttiğini gösterebilir. İleri eğitim düzeyinde bilgi kaynaklarının çeşitlenmesi, eleştirel düşünme becerisinin artması ve akademik deneyimler, kadere veya dışsal kontrol edilemeyen güçlere atfedilen inançları zayıflatabilmektedir (Pepper & Nettle, 2014). Aksu ve ark. (2021) yapmış oldukları çalışmada eğitim düzeyi düşük olan bireylerin kadercilik eğilimlerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir (Baysan ve ark., 2022).

SONUÇ

Sonuç olarak; sporcuların iyimserlik ve kötümserlik düzeyleri ile kadercilik eğilimlerinin belirli çeşitli faktörlere bağlı olarak anlamlı biçimde farklılaşabildiğini ve bu psikolojik özelliklerin bireylerin genel yaşam perspektiflerini önemli ölçüde etkileyebileceğini göstermektedir.

Etik Beyanı

Bu çalışma, Helsinki Bildirgesinde yer alan ilkeler doğrultusunda yürütülmüş ve Erzurum Teknik Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'nun 14 sayılı, 07/11/2024 tarihli kararı ile onaylanmıştır.

KAYNAKLAR

- Akeren, İ. (2021). Lise öğrencilerinde siber zorbalıkla başa çıkmanın yordayıcısı olarak iyimserlik-kötümserlik. *Erciyes Journal of Education*, 5(1), 87–104. <https://doi.org/10.32433/eje.807426>
- Alkan, A. D., & Kurnaz, S. (2022). Üniversite öğrencilerinin akademik umutsuzluk ve kadercilik eğilimi düzeylerinin belirlenmesi üzerine bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Akşehir Meslek Yüksekokulu Sosyal Bilimler Dergisi* (13), 45–54.
- Atar, AA, Urgan, S. ve Erdoğan, P. (2020). COVID-19 pandemi döneminde iyimserlik-kötümserlik ve yaşamın tatmininin demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Pearson Sosyal Bilimler ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 5(7) 263–278. <https://doi.org/10.46872/pj.95>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Baysan, DF, Sercekus, P. ve Özkan, S. (2022). COVID-19 korkusu kadercilik algısı iletebilir mi? *Bandırma Onyedil Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.46413/boneyusbad.952962>
- Bekman, M. (2022). Halkla ilişkiler uygulamalarında nicel araştırma yöntemi: İlişkisel tarama modeli. *Meriç Uluslararası Sosyal ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 6(16), 238–258.
- Bozgeyikli, H., & Çalışkan, M. (2020). Ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarının yordayıcısı olarak iyimserlik-kötümserlik düzeyi ve dini yönelimler. *OPUS International Journal of Society Researches*, 16(28), 909–928. <https://doi.org/10.26466/opus.734018>
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, 18(6), 293–299. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.02.003>
- Çalışkan, H., & Uzunkol, E. (2018). Ergenlerde iyimserlik-kötümserlik ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 6(2), 78–95. <http://www.journalofhappiness.net/frontend/articles/pdf/v6i2/ergenle-icin-iyimserlik-olcegi-npdf.pdf>
- Dalgıç, A. (2020). İş güvencesizliği algısının iş yaşam kalitesine etkisinde iyimserlik ve kötümserlik özelliklerinin aracılık rolü: Seyahat acentası çalışanları örneği. *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*, 8(3), 1922–1942. <https://doi.org/10.21325/jotags.2020.641>
- Kaya, A., & Bozkur, B. (2015). Kadercilik eğilimi ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 11(3), 935–946. <https://doi.org/10.17860/efd.55137>
- Kaya, A., & Bozkur, B. (2017). Kadercilik eğilimi ile özyeterlik inancı ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(1), 124–145. <https://doi.org/10.12984/eggefd.310332>
- Martin-Krumm, C., Sarrazin, P., Peterson, C., & Famose, J. P. (2003). Explanatory style and resilience after sports failure. *Personality and Individual Differences*, 35(7), 1685–1695. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00390-2](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00390-2)
- Nicholls, A. R., Polman, R. C. J., & Levy, A. R. (2012). A path analysis of stress appraisals, emotions, coping, and performance satisfaction among athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(3), 263–270. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.12.003>
- Pepper, G. V., & Nettle, D. (2014). Perceived extrinsic mortality risk and reported effort in looking after health. *Human Nature*, 25(3), 378–392. <https://doi.org/10.1007/s12110-014-9204-5>
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44–55. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.44>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (1984). Causal explanations as a risk factor for depression: Theory and evidence. *Psychological Review*, 91(3), 347–374. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.347>
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80(1), 1–28. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219–247. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219>

- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research*, 16(2), 201–228. <https://doi.org/10.1007/BF01173489>
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. Pocket Books.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2013). *Using multivariate statistics* (6.baskı, 497–516). Pearson.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2023). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human Kinetics.
- Yanık, M. (2024). *Kadınların kadercilik eğilimlerinin jinekolojik kanser farkındalık durumlarına etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi.