



**BOCCE VE DART SPORCULARININ KİŞİLİK
ÖZELLİKLERİ İLE SPORDA İMGELEME DÜZEYLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

Necla ŞAHİN

**Yüksek Lisans Tezi
Beden Eğitimi ve Spor
Ana Bilim Dalı
Dr. Öğr. Üyesi Tuncay ÖKTEM
Dr. Öğr. Üyesi Eda ADATEPE
2023
(Her Hakkı Saklıdır)**

T.C.
BAYBURT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

**BOCCE VE DART SPORCULARININ KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE SPORDA İMGELEME
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

(Deconstruction of the Relationship Between Personality Traits of Bocce and Darts
Athletes and Their Level of Imagination in Sports)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Necla ŞAHİN

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Tuncay ÖKTEM

İkinci Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Eda ADATEPE

Bayburt
Kasım, 2023

KABUL VE ONAY TUTANAĞI

Dr. Öğr. Üyesi Tuncay ÖKTEM danışmanlığında ve Dr. Öğr. Üyesi Eda ADATEPE eş danışmanlığında, 202225048 numaralı Necla ŞAHİN tarafından hazırlanan “Bocce ve Dart Sporcularının Kişilik Özellikleri ile Sporda İmgeleme Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” adlı bu çalışma 15/09/2023 tarihinde aşağıdaki jüriler tarafından Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalında, Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Onur SEVER İmza:
Jüri Üyesi : Doç. Dr. İsmail KARATAŞ İmza:
Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Tuncay ÖKTEM İmza:

Bu tezin Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği'nin ilgili maddelerinde belirtilen şartları yerine getirdiğini onaylarım.

...../...../2023

Doç. Dr. Murat KUL
Enstitü Müdürü

ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Bocce ve Dart Sporcularının Kişilik Özellikleri ile Sporda İmgeleme Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” başlıklı çalışmanın tarafımdan bilimsel etik ilkelere uyularak yazıldığını ve yararlandığım eserleri kaynakçada gösterdiğimi beyan ederim.

15/11/2023

Necla ŞAHİN

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitim sürecimin her aşamasında kıymetli bilgi ve katkılarıyla bana yol gösteren danışmanlarım Dr. Öğr. Üyesi Tuncay ÖKTEM ve Dr. Öğr. Üyesi Eda ADATEPE'ye teşekkürlerimi sunarım.

Bayburt Üniversitesi için büyük bir değer olan, bu yolda desteklerini üzerimizden esirgemeyen kıymetli hocam Prof. Dr. Mutlu TÜRKMEN'e sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Tezimin her aşamasında görüş ve önerilerini benden esirgemeyen titizliğini, çalışma azmini ve nezaketini örnek aldığım kıymetli hocam Doç. Dr. İsmail KARATAŞ' a ve Doç. Dr. Murat KUL'a teşekkür ediyorum. Akademik kariyerime ilk adımı atmama vesile olan bu yolda beni cesaretlendiren daima arkamda desteklerini hissettiğim Öğr. Gör. Mehmet YÖNAL hocam ve Doç. Dr. Mete Yusuf USTABULUT hocama sonsuz teşekkür ederim. Son olarak fikir ve önerileri ile çalışmama yön veren Dr. Emre BOZ hocama teşekkür ederim.

Tezimin veri toplama aşamasında yardımlarını esirgemeyen kardeşlerim Neşe ŞAHİN, Leyla ŞAHİN, Atakan ŞAHİN, Ayşe YILDIRIM ve Bayram YILDIRIM'a, Ayrıca desteğini esirgemeyen biricğim Berre Nur AYDIN'a ve sporcu kardeşlerime sonsuz teşekkürler.

Bu uzun ve zorlu süreci birlikte atlattığım, desteklerini ve sevgisini daima hissettiğim biricik annem Kiraz ŞAHİN'e babam Selahattin ŞAHİN'e ve bütün aile bireylerime ne kadar teşekkür etsem az iyi ki varsınız.

Son olarak eğitim hayatım boyunca karşıma çıkan mesleğini hakkıyla yapan, eğiten, öğreten bu günlere gelmeme vesile olan bütün öğretmenlerime şükranlarımı sunarım.

ÖZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BOCCE VE DART SPORCULARININ KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE SPORDA İMGELEME DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

Necla ŞAHİN

Kasım 2023, 106 sayfa

Bu çalışma Türkiye Bocce Bowling ve Dart Federasyonu faaliyet programında yer alan müsabakalarda yarışan bocce ve dart sporcularının kişilik özellikleri ile sporda imgeleme düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada, mevcut durumu belirlemek adına ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmaya 2021-2022 sezonunda Türkiye Bocce Bowling Dart Federasyonunun bocce ve dart müsabakalarında büyükler kategorisinde lisanslı olarak yarışmış olan 189 bocce sporcusu ve 130 dart sporcusu olmak üzere toplamda 319 sporcu dahil edilmiştir. Örneklem seçiminde kolayda örnekleme yönteminden faydalanılmıştır. Araştırmada kullanılacak verilerin toplanması amacı ile katılımcılara “Kişisel Bilgi Formu”, “Sporda İmgeleme Envanteri” ve “Beş Faktör Kişilik Envanteri” olmak üzere üç farklı bölümden oluşan anket formu yöneltilmiştir. Bu form aracılığıyla elde edilen ham verilerin ilk olarak veri türü gözetilerek tanımlayıcı istatistikleri hesaplanmıştır. Verilerin analizinde Pearson korelasyon analizi, ANOVA (tek yönlü varyans analizi), bağımsız gruplar t-testi ve varyans analizinde farklılaşmaları belirlemek için Tukey testi yapılarak çalışmanın bulgularına ulaşılmıştır. Elde edilen bulgulara göre çalışmaya katılan bocce ve dart sporcularının Beş Faktör Kişilik özellikleri ile yaş, cinsiyet, spor branşı, ailede lisanslı sporculuk yapma durumu değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Bocce ve dart sporcularının sporda imgeleme düzeyleri ile yaş, cinsiyet, eğitim durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, spor branşı, milli sporculuk durumu, spor yaşı ve ailede lisanslı sporculuk var olma durumu değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ölçekler arası korelasyonda da sporda imgeleme ile kişilik özellikleri arasında orta düzeyde pozitif korelasyonlar görülmüştür. Bocce ve dart sporcularının kişilik özellikleri ve imgeleme düzeylerinin belirlenmesiyle, bu alandaki antrenman gelişimine dair ipuçları verildiği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Kişilik özellikleri, imgeleme, bocce, dart.

ABSTRACT

MASTER'S THESIS

DECONSTRUCTION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY TRAITS OF BOCCE AND DARTS ATHLETES AND THEIR LEVEL OF IMAGINATION IN SPORTS

Necla ŞAHİN

November 2023, 106 pages

This study was carried out to investigate the personality characteristics and imagery levels of bocce and darts athletes competing in the competitions included in the activity program of the Turkish Bocce Bowling and Darts Federation. In the research, the correlational survey model was used to determine the current situation. 189 bocce athletes and 130 darts athletes, in total of 319 certified athletes who competed in the adult senior category on the bocce and dart competitions of Turkish Bocce Bowling and Darts Federation in the 2021-2022 season were included in the study. In order to collect the data that is going to be used in the research, questions of three different forms were asked to the participants: "Personal Information Form", "Imagery in Sports Inventory" and "Five Factor Personality Inventory". In the analysis of the data, the results of the study were obtained through conducting methods of Pearson correlation, Anova-Tukey and T-tests. It was detected that there were statistically significant differences between the variables of age, gender, sports branch and whether the participants have another certified athlete in the family and personal characteristics of bocce and darts athletes that participate in the study based on the results that are obtained through the Five Factor Personality Inventory. Statistically significant differences were detected between the variables of age, gender, education level, education level of the mother education level of the father, sports branch, status of national team eligibility, sports age, and whether the participants have another certified athlete in the family and the imagery levels of Bocce and Darts athletes. In the light of the findings obtained, this study will be a reference to future studies.

Keywords: Personality characteristics, imagination, bowls, darts.

İÇİNDEKİLER

ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI.....	i
TEŞEKKÜR.....	ii
ÖZ	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLOLAR DİZİNİ.....	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xi
KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ.....	xii

BİRİNCİ BÖLÜM

Giriş	1
Araştırmanın Problemleri	3
Araştırmanın Amacı	4
Araştırmanın Önemi	4
Araştırmanın Sınırlılıkları	4
Araştırmanın Varsayımları	4

İKİNCİ BÖLÜM

Kuramsal Çerçeve	5
Bocce	5
Boccenin Tarihsel Gelişimi	5
Türkiye de Boccenin Gelişimi.....	7
Bocce'nin Alt Disiplinleri ve Oyun Kuralları	8
Volo	8
Atış Oyunları	8
Basamak.....	8
Röle.....	8
Röle mix.....	9
Geçerli atışlar.....	9
Kullanılan malzemeler.....	9
Altın nokta.	10
Kullanılan malzemeler.....	11
Yer Oyunları.....	12
Geleneksel.....	12

Saha ölçüleri.	12
Oyun kuralları.	13
Puanlama sistemi.	13
Takımdaki oyuncu sayısı ve top sayıları.	13
Kombine.	14
Oyun kuralları.	14
Atış çeşitleri ve puanlama sistemleri.	14
Petank 16	16
Petank-Geleneksel.	16
Atış çemberi ve oyunun başlaması.	16
Petank saha özellikleri ve ölçüleri.	17
Kullanılan toplar ve ölçüm aleti.	17
Altın nokta puanlama sistemi.	18
Raffa disiplindeki 3 temel atış.	19
Oyun kuralları.	20
Raffa takım müsabakalarında sporcu ve top sayıları.	20
Raffa oyununda kullanılan topların özellikleri.	21
Dart.....	21
Dartın Tarihsel Gelişimi	21
Türkiye’de Dartın Gelişimi	23
Dart Oyun Çeşitleri ve Oyun Kuralları	23
Dartta Duruş, Tutuş, Atış Teknikleri.....	24
Dartta Kullanılan Malzemeler	25
İmgeleme Kavramı	26
İmgeleme Çeşitleri.....	28
İçsel imgeleme.	28
Dışsal imgeleme.....	28
Görsel ve kinestetik İmgeleme.	29
Diğer imgeleme çeşitleri.....	29
İmgelemenin yararları.	29
İmgeleme Kullanımı	30
İmgeleme Çalışmalarında Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar	31
Sporda Kullanılan İmgeleme Modelleri	32
Sporda imgelemenin dört N’si.....	32
Pettlep modeli.	33
Pettlep Modeli’nin bileşenleri.....	33
Sporda imgeleme kullanımının uygulamalı modeli (AMIUS).	34
Sporda imgeleme yetenek modeli (SIAM).	36

Sporda İmgelemenin Üç Düzey Modeli.....	37
İmgeleme ve Spor İlişkisi.....	38
Kişilik Kavramı.....	39
Kişiliği Etkileyen Faktörler.....	40
Biyolojik ve kalıtsal faktörler.....	40
Ailesel faktörler.....	41
Sosyal ve kültürel faktörler.....	41
Sosyal yapı ve sosyal sınıf faktörleri.....	41
Coğrafi ve fiziki faktörler.....	41
Diğer faktörler.....	42
Kişilik Özellikleri.....	43
Kişiliğin Katmanları.....	43
Kişilik ile İlişkili Kavramlar.....	44
Benlik.....	45
Kişiliğin Tarihçesi.....	45
Kişilik Kuramları.....	45
Sigmund Freud'un kişilik kuramı.....	46
Eric Berne kişilik kuramı.....	47
Carl Jung ve Alfred Adler kişilik kuramı.....	47
Karen Horney Kişilik Kuramı (Bütüncül –Gestald).....	48
Sullivan kişilik kuramı.....	48
Skinner'in Kişilik Kuramı.....	49
Eysenck'in Kişilik Kuramı.....	49
Beş Faktör Kişilik Kuramı.....	50
Dışadönüklük.....	50
Yumuşak başlılık.....	50
Deneyime açıklık.....	50
Öz disiplin.....	51
Duygusal denge.....	51
Kişilik ve Spor İlişkisi.....	51

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Materyal ve Yöntem.....	53
Araştırma Modeli.....	53
Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	53
Veri Toplama Aracı.....	54
Kişisel bilgi formu.....	55
Beş faktör kişilik envanteri.....	55
Sporda imgeleme envanteri (SİE).....	56

Verilerin Toplanması.....	57
Verilerin Analizi.....	57

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Bulgular.....	59
----------------------	-----------

BEŞİNCİ BÖLÜM

Tartışma, Sonuç ve Öneriler	74
Kaynakça.....	87
Ekler.....	97
Öz geçmiş.....	106



TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Katılımcı Bilgilerine İlişkin Yüzde ve Frekanslar	53
Tablo 2. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Tanımlayıcı İstatistikleri.....	55
Tablo 3. Sporda İmgeleme Envanterinin Tanımlayıcı İstatistikleri	57
Tablo 4. Yaş ve Spor Yaşı Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	59
Tablo 5. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları.....	59
Tablo 6. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları.....	60
Tablo 7. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Spor Branşı Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları.....	60
Tablo 8. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Spor Branşı Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları.....	61
Tablo 9. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Milli Sporculuk Durumu Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları	61
Tablo 10. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Milli Sporculuk Durumu Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları	62
Tablo 11. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Ailedeki Lisanslı Sporculuk Durumu Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları	62
Tablo 12. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Ailedeki Lisanslı Sporculuk Durumu Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları	63
Tablo 13. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Kişisel Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	63
Tablo 14. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarını Kişisel Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	64
Tablo 15. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	65
Tablo 16. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	65
Tablo 17. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	66
Tablo 18. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	67
Tablo 19. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	68
Tablo 20. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	68
Tablo 21. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları	69
Tablo 22. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları.....	70
Tablo 23. Yaş Değişkeni ile Beş Faktör Kişilik Envanterinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları	71
Tablo 24. Yaş Değişkeni ile Sporda İmgeleme Envanterinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.....	71
Tablo 25. Spor Yaşı Değişkeni ile Beş Faktör Kişilik Envanterinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.....	71

Tablo 26. Spor Yaşı Değişkeni ile Sporda İmgeleme Envanterinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.....	72
Tablo 27. Ölçeklerarası Korelasyon Sonuçları.....	72



ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. Kategorilere göre volo saha ölçüleri.....	9
Şekil 2. Kategorilere göre halıların kesimi ve toplukların yerleştirilmesi	10
Şekil 3. Kadınlar altın nokta hedef sıralaması	10
Şekil 4. Erkekler altın nokta hedef sıralaması.....	11
Şekil 5. Yer oyunlarının saha ölçüleri ve bölümleri	12
Şekil 6. Petank altın nokta atış sıralaması ve puanlama sistemi çizelgesi	17
Şekil 7. Raffa saha ölçüleri ve bölümleri	19
Şekil 8. Çelik uçlu dart boardı	23
Şekil 9. Elektronik dart boardı	23
Şekil 10. Spor ve egzersizde imgeleme kullanımı	31
Şekil 11. Motor İmgelemenin Pettlep Modeli.....	34
Şekil 12. İmgeleme kullanım modelinin spor ile ilişkisi	35
Şekil 13. Sporda İmgeleme Yetenek Modeli (SIAM).....	37
Şekil 14. Sporda İmgeleme Kullanımının Üç Seviye Modeli (Murphy & Martin, 2002)	38

KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ

BFKÖ	: Beş Faktör Kişilik Ölçeği
CMSB	: World Bowls Sports Confederation
DA	: Deneyime Açıklık
DD1	: Dışa Dönüklük
DD2	: Duygusal Denge
FIB	: Federation Internationale de Boules
FIPJP	: Federation International Petanque et Jeu Provençal
GSGM	: Gençlik Spor Genel Müdürlüğü
IOC	: International Olympic Committee
İB	: Bilişsel İmgeleme
MGU1	: Motivasyonel Genel-Uyarılmışlık
MGU2	: Motivasyonel Genel-Ustalık
MÖİ	: Motivasyonel Özel İmgeleme
ÖD	: Öz Disiplin
SİE	: Sporda İmgeleme Envanteri
TBBDF	: Türkiye Bocce Bowling Dart Federasyonu
WDF	: World Darts Federation
YB	: Yumuşak Başlılık

BİRİNCİ BÖLÜM

Giriş

Yıllar boyunca sporcular performanslarını arttırabilmek için sahip oldukları motor becerilerin yanında bu becerileri desteklemek amacıyla zihinsel açıdan çalışmalar yapmıştır (Seleciler, 2019). Spor disiplinlerinde ortaya atılan sportif becerilerden başarılı sonuçlar elde edebilmek adına doğru olan tekniklerin, doğru zamanlarda, doğru yerde seçilmesi ve uygulanmasının, doğru metotlarla yapılması gerekmektedir. Spor psikolojisi alanında çalışan araştırmacılar, imgeleme çalışmalarının sporculara iyi karar verme ve doğru antrenman yöntemini uygulama becerisini geliştirmede ve sürdürmede önemli bir katkı sağladığını ileri sürmüş ve bunun birçok çalışma ile kanıtlamıştır (Konter, 1999).

Motorik, Teknik ve taktik çalışmalarla bütünleştirilerek yapılan imgeleme sporla ilgilenen bireylerin birçok alanda gelişmesini sağlamakta bu da sporcuların performansının maksimum düzeyde artması noktasında önemli kazanımlar sunmaktadır (Hall, 2001). Literatürde imgeleme uygulamalarıyla ilgili birçok çalışma bulunmaktadır ve ayrıca birden fazla tanım ve yöntem de gözlemlenmektedir. Singer'(1990), imgelemeyi fiziksel aktivitenin ve zihinsel antrenmanın olmadığı bir öğrenme süreci olarak tanımlanıyor iken, İkizler ve Karagözoğlu'nun (1997) tanımlamasına göre imgeleme, herhangi bir tekniğin yâda hareketin alıştırma yapmadan, yalnızca planlanmış ve yoğunlaştırılmış biçimde hayal edilerek yeni tekniklerin ve hareketlerin öğrenilmesi yâda bilinen bir hareketin mükemmele ulaşması süreci olarak tanımlamıştır, Karagözoğlu (2006), imgeleme ile ilgili başka bir tanımında sporcu için yarışma öncesini, yarışma esnasını ve sonrasını kapsayan tüm detayları zihninde canlandırmanın gerekliliği olarak vurgulamıştır. Yeltepe (2013) ise; sporcuların yarışma için yaptığı hazırlık çalışmalarında kullanılan bir yöntem yani zihinsel bir antrenman olduğunu ifade etmiştir. Sporda imgeleme çalışmaları, sporcuların kendileriyle alakalı pozitif yönde benlik algısı oluşturmaya katkıda bulunduğu gibi, müsabaka öncesinde, müsabaka esnasında ve bitiminde oluşabilecek kaygılara karşı çıkabilmesi ve kendisine karşı güven gibi psikolojik faktörlerinde geliştirmesine önemli kazanımlar sunmaktadır (Hall, 2001). Ayrıca sporcular sakatlanma sürecinden sonra spora geri dönüşte geçen zamanda, kaybettikleri özgüvenden ve bedenin sakatlanan bölümüyle ilgili kaygı yaşamalarından dolayı yeteneklerini istenilen

düzyeyde uygulayamadıkları için çoğunlukla çok daha az motivasyona sahip olmaktadırlar. İmgelemenin yaşadıkları kaygıların üstesinden gelinmesine yardımcı olabileceği vurgulanmıştır (Morris, Spittle, & Watt, 2005). Kısacası imgeleme çalışmalarıyla öğrenilmiş olan bir takım becerilerin gelişimi, hataların düzeltilmesi ve fiziksel düzeltmeler yapılabildiği gibi, psikolojik duygu durum değışikliklerinin kontrolü, dikkat, odaklanma, konsantre olmanın ve özgüvenin geliştirilmesi benzeri zihinsel düzenlemeler de yapılabilir. Sporcuların üst düzey başarı elde edebilmeleri adına imgeleme uygulamalarından yeterince yararlanabilmeleri adına bilişlerinde pozitif yönde imgeler kurmaları da oldukça önem arz eder. Çünkü olumlu imgeleme çalışmaları sporcuların eylemlerini de olumlu noktada etkilemektedir (Kızıldağ, 2007). İmgeleme sporcunun başarısında önemli yer tuttuğu kadar kişilik özelliklerinin de sporcunun performansı üzerinde önemli etkisinin olduğu spor psikologları tarafından savunulmaktadır (Vanden-Auweele, De-Cuyper, Van-Mele, & Rzewnicki, 1993). McCrae ve Costa (1989), kişilik özelliğini kişinin çeşitli durumlarda sergilediği davranış biçimlerini açıklayan, sürekli, kişilerarası, duygusal, motivasyonel ve deneyimsel etkileşim biçimi olarak tanımlamışlardır. Bu bağlamda sporcuya ait kişilik özelliklerinin tanımlanmasına ve ölçülmesine yönelik olarak literatürde birçok çalışma yer almış ve kişilik özelliklerinin performansı etkilediğine dair araştırmacıların farklı görüş ve tanımlamalarına rastlanılmıştır.

Erdoğan (1991) kişiliği, bireyin fiziksel ve bilişsel bir takım özelliklerinde yer alan çeşitlilikler ve bu çeşitliliğin o kişinin düşünce ve davranışlarına yansımış biçimi olarak tanımlarken, İnanç ve Yerlikaya (2017), kişiliğin tanımını değışen çevre koşullarına bağlı olarak biyolojik ve sosyal eğilimleri içeren iç etkenler ve dış etkenlere bağlı olan evrimsel bir süreç olarak tanımlamıştır.

Kişilik özelliklerine bağlı olarak bireyin spor faaliyetlere yönelimi, kişisel beklentileri, antrenman sırasında gösterdiği sabır ve azim, müsabakanın zorlu koşullarından nasıl etkilendiği ve etkilenme düzeyleri farklılık göstermektedir. Antrenörler sporcularının kişilik özelliklerini bilirlerse ve bu durumun sporcunun performansını etkileyebileceği gerçeğini kabul edebilirse, o zaman kişilik özelliğinin performansı etkileyebilme riskini de azaltabilirler. Birçok yetenekli sporcu, sporun psikolojik baskılarıyla duygusal olarak baş edemedikleri için arzu ettikleri gerçek performansı sergilemekte zorluk yaşayabilmektedir (Samur, 2017). Bu bağlamda antrenörün sporcuya ait kişilik özelliklerini iyi analiz etmesi ve sporcunun kişilik özelliğine göre yönlendirme yapması yapılan antrenmanların ve yarışma esnasında gösterilen performansı etkileyebileceğinden dolayı önem arz edebilir.

Bütün bu konu ile ilgili literatürdeki araştırma sonuçlarına bağlı olarak bu tez çalışmasının temelinde, Bocce ve Dart sporu ile ilgilenen sporcuların kişilik özelliklerini ve sporda imgeleme düzeylerini demografik bilgiler ile incelemek ve literatüre katkı sağlama amacı güdülmektedir.

Araştırmanın Problemleri

Bocce ve dart sporcularının kişilik özellikleri arasında demografik değişkenler bakımından fark var mıdır?

Bocce ve dart sporcularının imgeleme düzeyleri arasında demografik değişkenler bakımından fark var mıdır?

Alt Problemler

1. Cinsiyet değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı farklılık var mıdır?
2. Spor branşı değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı farklılık var mıdır?
3. Milli sporculuk durumu değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine bağlı farklılık var mıdır?
4. Ailede lisanslı sporculuk yapan var mı değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı farklılık var mıdır?
5. Kişisel gelir değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı farklılık var mıdır?
6. Aile gelir değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı farklılık var mıdır?
7. Eğitim durumu değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı farklılık var mıdır?
8. Anne eğitim durumu değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı farklılık var mıdır?
9. Baba eğitim durumu değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı farklılık var mıdır?

10. Yaş değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı ilişki var mıdır?
11. Spor yaşı değişkenine ilişkin bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı ilişki var mıdır?
12. Araştırma grubunu oluşturan bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerine bağlı alt boyutlar arasında ilişki var mıdır?

Araştırmanın Amacı

Bu tez çalışması TBBDF faaliyet programında yer alan müsabakalarda yarışan bocce ve dart sporcularının kişilik özellikleri ile sporda imgeleme düzeyleri arasındaki ilişkileri belirli demografik bilgilerle inceleme maksadıyla gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın Önemi

Bu çalışma Bocce ve Dart sporu ile ilgilenen sporcuların kişilik özelliklerini ve sporda imgeleme düzeylerini belli demografik bilgiler ışığında belirlemeyi hedeflemektedir. Bocce ve Dart sporcularından elde edilmiş bulguların kişilik özellikleri ve imgeleme düzeylerinin belirlenmesiyle antrenman gelişimiyle ilgili ipuçları vermesi beklenmektedir. Ayrıca Bocce ve Dart sporcularının kişilik özelliklerini ve sporda imgeleme düzeylerini belirleyerek literatüre katkı sağlamak hedeflenmiştir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıklarını, TBBDF 2021-2022 sezonunda yarışan bocce ve dart sporcuları oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan sporcular büyükler kategorisinde yarışan sporcularla sınırlandırılmıştır.

Araştırmanın Varsayımları

Anketi cevaplandıran sporcuların görüşlerini içtenlikle yansıtacağı varsayılmıştır. Beş Faktör Kişilik Envanteri ve Sporda İmgeleme Envanterinin hem geçerli hem de güvenilir olduğu varsayılmaktadır. Araştırma kapsamda tercih edilen örneklem grubunun evreni tam olarak temsil ettiği de varsayılmaktadır.

İKİNCİ BÖLÜM

Kuramsal Çerçeve

Bocce

Boccenin ne olduğundan, tarihsel gelişiminden, Türkiye'de ortaya çıkışından ve kurallarından bahsetmeden önce bocce kelimesinin anlamı ile kökeni hakkında açıklamalarda bulunmak yerinde olacaktır. Fransızca ‘‘Boules’’, İtalyanca ‘‘bocce’’, İngilizce ‘‘bowls’’ karşılık gelir ve Türkiye'de Volo, Petank, Raffa, Çim topu oyunlarının hepsini içerir ve Bocce adı altında faaliyet göstermektedir (Türkmen, 2011).

Raffa oyun sistemi ülkemizde boccede ilk oynanan oyun sistemi olarak karşımıza çıkmakta. İtalyanlar tarafından geliştirilen bu sisteme Bocce denir. Bu nedenle bu oyun sistemin tanımlanması için ilk olarak Bocce kelimesi kullanılmış ve bu sayede dilimizde de bu şekilde yer edinmiştir.

Günümüzdeyse bocce disiplini; volo, raffa, petank ve çim topu gibi spor branşlarını içinde barındıran ve TBBDF çatısı altında faaliyetlerini sürdürmekte olan bir spor disiplinidir (Türkmen, 2011).

Boccenin Tarihsel Gelişimi

Bocce, metal bilyeler veya benzeri malzemelerin elle atılarak bir hedefe yaklaşmak veya bir hedefi vurmaya üzerine gelişen eski sporlardan biridir ve kaynağı MÖ 7000 yıllarına dayanmaktadır. Tarihçi arkeologlara göre boccenin kökeninin Anadolu ile Mısır olarak iki farklı bölgeye dayanmaktadır. Boccenin kökeninin Anadolu olduğunu öne süren İngiliz uyruklu arkeolog James Mellaart, 1961 yılında günümüzde Konya topraklarında bulunan ve tarihte kurulan ilk neolitik kent yerleşimi olarak bilinen Çatalhöyük'te yaptığı kazılar sonucunda bocce benzeri oyun kalıntılarının oynandığını belirtmiştir. Dolayısıyla bocce'nin ortaya çıktığı ilk coğrafyanın Anadolu toprakları olduğu görüşü bugün Dünya Bocce Spor Konfederasyonu da dâhil çeşitli kurumlar/kuruluşlar tarafınca kabul görmüştür (Tükenmez, 2018).

Tarihçiler, boccenin var olduğu ikinci toprakların Mısır olduğunu belirtmişlerdir. Yapılan kazı sonuçlarına göre MÖ 5000 yıllarında Mısır'da Bocce sporuna benzeyen oyunların var olduğu görülmüştür. Bu sebeple Anadolu topraklarını Bocce'nin beşiği olarak konumlandırmak mümkündür. Bir yandan Antik Çağ kalıntıları, Bocce'nin İlk Çağda Anadolu'da yaşamış medeniyetlerden Avrupa'ya taşındığını düşünmektedir. Diğer bir yandan

da tarihçiler Bocce'nin pek çok sanat eserinin (heykel ve resim) ortaya çıkardığı MÖ 600'lü yıllarda Anadolu'da yaşayan Rumlardan Roma İmparatorluğu'na geçtiğini varsaymaktadır (Türkmen, 2011).

Fransa'nın Lyon bölgesinde daha çok oynandığı için “boule lyonnaise” olarak adlandırılan Volo branşı bu süreçte değişti ve bugünkü şeklini aldı. 14 Nisan 1946'da Fransa, İsviçre, İtalya ve Monako Federasyonları birlikte Federation Internationale de Boules'i (Uluslararası Volo Federasyonu) kurdular. 11-12 Ekim 1947'de Fas, Fransa, İtalya, İsviçre ve Monako'nun katılımıyla Cenevre'de ilk kez Dünya Şampiyonası düzenlendi (Türkmen, 2011).

Petank disiplini tarihte ilk olarak Marsilya'nın yakınlarında yer alan küçük bir balıkçı köyünde (La Ciotat) oynanmıştır. Kısa sürede yaygınlaşan Petank, 1935 yılında Fransa'da 135 bin oyuncu sayısına ulaştı. 1957'de Belçika'nın Spa kentinde düzenlenen Uluslararası gerçekleştirilen bir Petank Turnuvası sırasında Belçika, Fransa, Fas, Monako, Tunus ve İsviçre'nin temsil edildiği bir toplantıda Uluslararası Petank Federasyonu kuruldu. İlk kez yapılan Dünya Şampiyonası ise 1959 yılında Belçika'nın Spa kentinde yapılmıştır (Türkmen, 2011).

Raffa, İtalya kökenli bir oyundur. Uluslararası Bocce-Raffa Konfederasyonu (La Confederazione Boccistica Internationonale) 3 Eylül 1983'te Chiasso'da toplanan 17 ülkenin delegeleri tarafından kuruldu (Türkmen, 2011).

Çim Topu, diğerlerinden farklı olarak, İngiliz ülkelerinde gelişti ve yaygınlaştı. İlk 1930 yılında yapılan İngiliz Milletler Topluluğu Oyunları'nın başlangıcından bu yana çim topu da oyunlarda yerini almıştır (Türkmen, 2011).

21 Aralık 1985'te üç uluslararası federasyonun başkanları Monako'da bir araya geldi ve Dünya Bocce Spor Konfederasyonu'nu kurdu. CMSB, 1986 yılında Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) tarafından resmi olarak tanınmıştır. Çim topu 2003 yılında CMBS'ye dâhil edildi.

Böylece Bocce'nin alt disiplinleri açısından önemli dönüm noktası oldu. CMSB çatısı altında toplanan 4 spor disiplininin resmi olarak oynandığı 116 ülke bulunmaktadır.

Günümüzde ülkemiz Bocce sporlarında, Dünya Oyunları, Akdeniz Oyunları, Avrupa Devletleri Oyunları, İslami Dayanışma Oyunları Paralimpik Oyunları ve Özel Olimpiyatlar gibi IOC'nin tanıdığı birçok organizasyonda yer almaktadır(Türkmen, 2011).

Türkiye’de Boccenin Gelişimi

Türkiye’de Bocce’nin gelişim aşaması üç ayrı dönemde incelenmelidir.

1. 1990-1995 yılları arasındaki dönemi: Bocce’nin örgütlenme ve federalleşme sürecindeki dönemidir.
2. 1995-2005 yılları arasındaki dönemi: Bocce’nin diğer federasyonlar altında faaliyete geçtiği dönemdir.

H.İ.S federasyonu çatısı altında faaliyet gösterdiği dönem

Beyzbol ve Softbol Federasyonu bünyesinde faaliyet gösterdiği dönem

3. 2005 yılının sonrasındaki dönem: Bocce’nin kendi federasyonu (TBBDF) çatısı altında faaliyet gösterdiği dönem.

TBBDF’ nin kuruluşuna kadar ülkemizde Raffa sistemi dışındaki boccenin diğer alt dallarıyla ilgili resmi bir faaliyet gerçekleştirilmemiştir. Bu nedenle Türkiye’de 2005 yılından önce Bocce’ den bahsedildiğinde açıklanmak istenen Raffa disiplindir (Türkmen, 2011). TBBDF’ nun resmi internet sitesi üzerinden edinilen verilere göre federasyonun gelişim aşaması şu şekilde oldu.

TBBDF, Merkez Danışma Kurulu kararıyla 18.10.2004 tarihinde kurulmuştur. Uzun yıllar boyunca herkes için Spor, Avcılık ve Atıcılık, Beyzbol gibi federasyonlar çatısı altında faaliyetlerini sürdüren Bocce Bowling ve Dart branşları tek bir federasyon çatısı altında toplanarak faaliyetlerine devam etmesine karar verilmiştir. Seçim sonucunda Ahmet Recep Tekcan, MDK oylarının bütünlüğü ile 24.03.2005 tarihinde ilk federasyon başkanı seçildi. Federasyon, 26057 sayılı Resmi Gazete’ de yayımlanan kanunla 22.01.2006 tarihinde özerkleşmiştir. Söz konusu özerkliğin devamında federasyon 1. Olağan Genel Kurul toplantısı 27.05.2006 tarihinde gerçekleştirilmiş ve tekrar genel başkanlığa Ahmet Recep Tekcan atanmıştır. 1. Olağan Genel Kurul üyelerinin oy birliğiyle aldığı kararlar neticesinde Bocce alt dalları Dünya ve Akdeniz Oyunları, Petank, Volo (Boules) gibi organizasyonlarda yer almış, alınan kararlar neticesinde Raffa disiplinleri de TBBDF çatısı altında kabul görmüştür. 2008 yılında düzenlenen 2. Olağan Genel Kurul Toplantısında Federasyonun faaliyetlerine Çim Topu (Lawn Bowls) dahil edilmiştir. TBBDF’nin 08.06.2018 tarihinde yapılan Olağanüstü Genel Kurulunda Prof. Dr. Mutlu Türkmen federasyon başkanlığı görevine atanmıştır. Günümüzde de bu görevini sürdürmektedir (TBBDF, 2023).

Bocce'nin Alt Disiplinleri ve Oyun Kuralları

Volo

Fransa kökenli bir disiplin olan Volo, Uluslararası Federasyonu'nu (FIB) oluşturan ilk spordur (1946). Saha ölçüleri 3 metre genişliğinde ve 27,5 metre uzunluğunda düz ve sert bir zemin olmalıdır. 90-100 mm çapında metal toplar kullanılır. Volo, Atış oyunları ve Yer oyunları olarak ikiye ayrılır. Tekler, çiftler veya üçlüler kategorilerinde geleneksel oyunlar olarak adlandırılan yer oyunları oynanır. Ek olarak, yalnızca yaklaşma ve atış görevleri olan yer oyunlarında Kombine Oyunu da vardır. 5 dakikalık mekik koşusu yapılarak durmaksızın sürekli hedeflerin vurulduğu Basamak Oyunu, basamak oyununun iki kişi tarafından koşulduğu ve hedeflerin sadece 1 ve 3. hedefe konulduğu Rôle oyunu ve belirli hedefler vurularak puanların toplandığı Altın Nokta oyunu atış oyunlarının içerisinde dahil edilir (TBBDF, 2023).

Atış Oyunları

Basamak.

Oyun volo halısının üzerinde duran hedef topları vurularak kademeli ve düzenli olarak ilerler ve üçüncü hedef toptan sonra toplar tekrar kademeli olarak ilerlediği noktadan geriye doğru vurulur (1/2/3/2/1/2/3). Vuruşlar belli bir süre ile sınırlıdır. Büyük erkekler için ilk 3 hedef, gençler için ilk 3 hedef ve kadınlar için ilk 3 hedef yıldızlar için sadece 1 ile sınırlıdır. Hedefe bir atış yapılır. Oyuncu her zaman sırayla, koşarak ve durmadan her iki tarafa doğru atış yapar. Ancak hedef topa doğru ve geçerli vuruşlar yapıldıktan sonra hedef top ileri bir aşamaya alınır. Vuruşun geçersiz olduğu durumlarda, hedef top olduğu yerde durur. Sahanın her iki tarafında topu toplayan iki yardımcı oyuncu var. Bu asistanlardan biri topları toplayıp topluğun içine koyarken diğeri hedef topları yerleştirir (TBBDF, 2023).

Rôle.

İki bayan sporcu veya iki erkek sporcu tarafından 2 rakip sporcuya karşı 5 dakika boyunca koşulmaktadır. Her Sporcu dört atış yapar ve takım arkadaşının eline dokunarak yer değiştirir ve sadece 1.ve 3. hedeflerin vurulduğu bir disiplindir. Rôle koşusunda kullanılan malzemeler saha ölçüleri, malzeme ağırlıkları ve çapları, vurulan hedef topların geçerlilik durumu basamak koşusu ile aynıdır.

Röle mix.

Bir kadın sporcu ve bir erkek sporcu tarafından 5 dakika boyunca koşulan her sporcunun dört atış yapıp arkadaşının eline dokunarak sürekli yer değiştirdiği sadece 1. ve 3. Hedeflerin vurulduğu disiplindir. Röle Mix koşusunda kullanılan malzemeler saha ölçüleri, malzeme ağırlık ve çapları, vurulan hedef topların geçerlilik durumu basamak koşusuyla aynıdır.

Geçerli atışlar.

Top, volo halısı üzerindeki kesik alana (50 cm ve kenar sınırları dâhilinde) düşmeli ve halının herhangi bir yerine gelen ve vurulan hedef top geçersiz sayılır. Vuruş, hedef topun bulunduğu delikten tamamen çıkması durumunda geçerlidir. Sporcu toplarını topluktan almak zorundadır ve asla ellerine verilemez. Eline verilirse atış geçersizdir ve bu durumun 3. kez tekrarlanırsa sporcu diskalifiye olur. Benzer şekilde hedef top yanlış yere yerleştirilirse sayı iptal edilebilir. Bu durum 3 kez tekrarlanırsa sporcu diskalifiye edilir (TBBDF, 2023). Kategorilere göre volo saha ölçüsündeki değişiklikler aşağıdaki tabloda bulunmaktadır.

KATEGORİ	A	B	C	D	E
Büyükler ve 18 yaş altı	12,5 m	5 m	2m	0,5 m	27,5 m
Kadınlar	12,5 m	3,5 m	3,5 m	0,5 m	27,5 m
14 yaş ve altı	11,5 m	4 m	1,5 m	2 m	26,5 m

Şekil 1. Kategorilere göre volo saha ölçüleri.

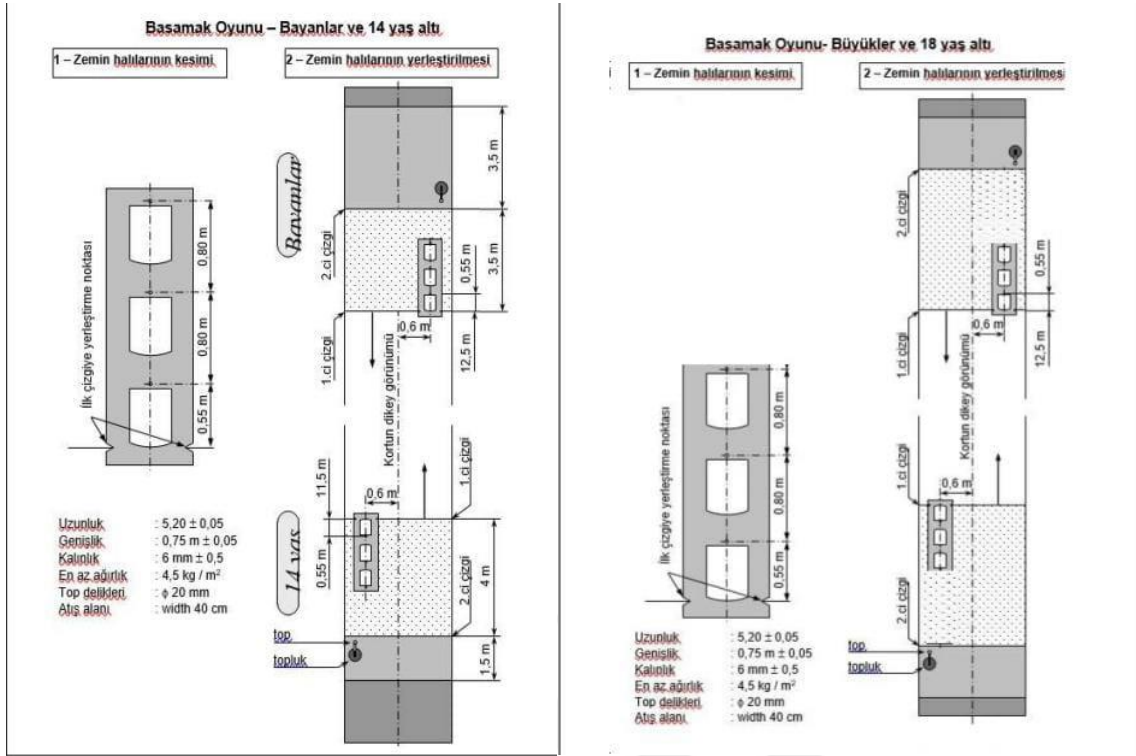
Kullanılan Malzemeler.

a. Sporcunun kullandığı toplar: En azami 3 en fazla 4 top kullanılmaktadır. Dünya Volo Federasyonu (FIB) tarafından belirlenen top ölçülerinin ağırlığı 900 ile 1200 gram arası, çapı ise 90 ile 110 milimetre olmalıdır. Bu ölçüler ve topun ağırlığı çocuk yaş gruplarında (14 yaş ve altı) ve kadın oyunculardaysa daha küçük/hafif en az çapı 88 mm. 800 gram ağırlığında kullanılabilir.

b. Hedef toplar: Beyaz renk ve sentetik malzemedен üretilmiştir. Çapı 100 mm'dir.

c. Topluk: Demir malzemelerden imal edilir. Topluğun altı tabanı yere sağlam biçimde oturmalıdır ve yüksekliği ayarlanabilir olmalıdır. Topluk boyu yerden topun merkezine kadar min. 60 cm maks. 100 santimetre yükseklikte ayarlanabilmektedir.

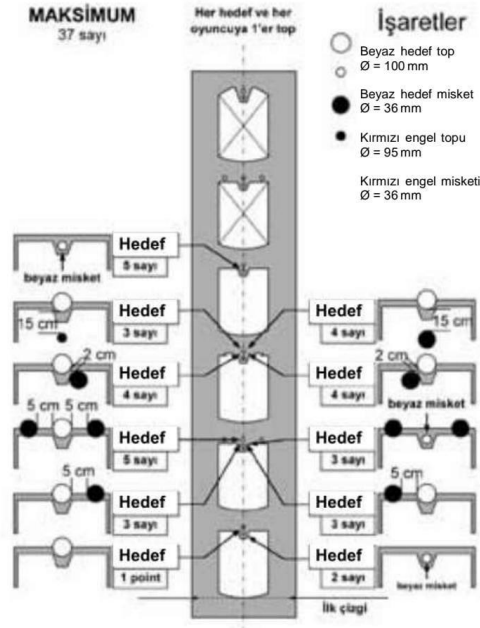
d. Zemin/halı: İki sporcu arasındaki mücadelede 4 tane zemin / halı gereklidir (TBBDF, 2023).



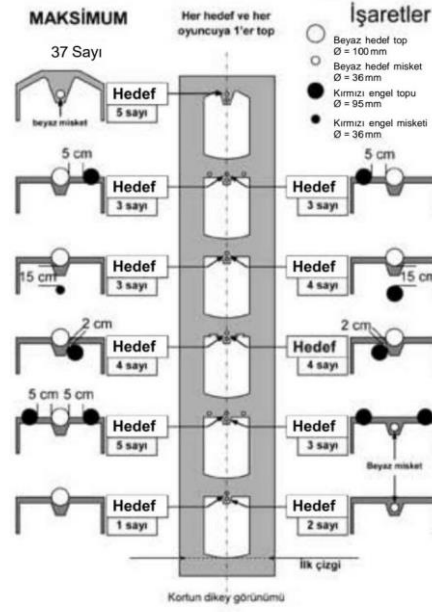
Şekil 2. Kategorilere göre halıların kesimi ve toplukların yerleştirilmesi.

Yukarıdaki görsellerde basamak halılarının kesimini ve kategorilere göre toplukların yerleştirildiği şekli görmekteyiz.

Altın nokta.



Şekil 3. Kadınlar altın nokta hedef sıralaması.



Şekil 4. Erkekler altın nokta hedef sıralaması.

Hedefler yukarıdaki tablolarda gösterildiği gibi sıralanır ve 1 ile 11 arasında numaralandırılır. Atış sıralaması ve basamaklama, kadın ve Erkek sporcularda farklı konumlandırılmıştır. Bu disiplindeki amaç, kırmızı hedeflere dokunmadan beyaz hedeflere geçerli atışlar yapmak ve puan kazanmaktır. Puanlama sistemi tabloda gösterildiği gibi değerlendirilir.

Her sporcu 1. Hedeften 11. hedefe kadar tüm atışları yapar. Sporcular toplamını 30 saniye içinde ve sırayla atmalıdır. İstenilen süre içinde atılmayan bir top geçersiz sayılır ve puan verilmez. Atış sırasında bir hata yapılırsa, atış geçersiz sayılır. Oyun kaldığı yerden normal şekilde devam eder. Oyunda beraberlik varsa, beraberlik kaybolana kadar oyun tekrarlanır. Atılan top tamamen zeminde işaretlenmiş alana düşmelidir (kenarlardan 50 cm uzakta). Vuruş, yalnızca hedef bulunduğu delikten tamamen çıktığında geçerlidir. Dahası, engeller yerlerinden hiçbir şekilde hareket etmemelidir. Zemin kaplamasının hareketi nedeniyle toplar hareket ederse atış geçersiz sayılır ve puan verilemez (TBBDF, 2023).

Kullanılan malzemeler.

Sporcular 4 adet top kullanır. Hedef topların çapı 100 mm'dir. Beyaz ve sentetik malzemeden üretilmiştir. Hedef misket çapı 36 milimetre ve beyaz renkte olmak zorundadır. Engel topunun çapı 95 mm'dir, kırmızı renkte ve sentetik malzemeden üretilmiştir. Engel misketinin çapı 36 mm'dir ve kırmızı renk kullanılmaktadır. Topların altındaki zemin malzemesi sentetiktir (halının şekli yukarıdaki tabloda görüldüğü gibi). Misketler veya toplar

kullanılmadıkları zaman içerisinde dağınmık ve ayakaltında bulunmaması için top ve misket yeri bulundurulmalıdır (TBBDF, 2023).

Yer Oyunları

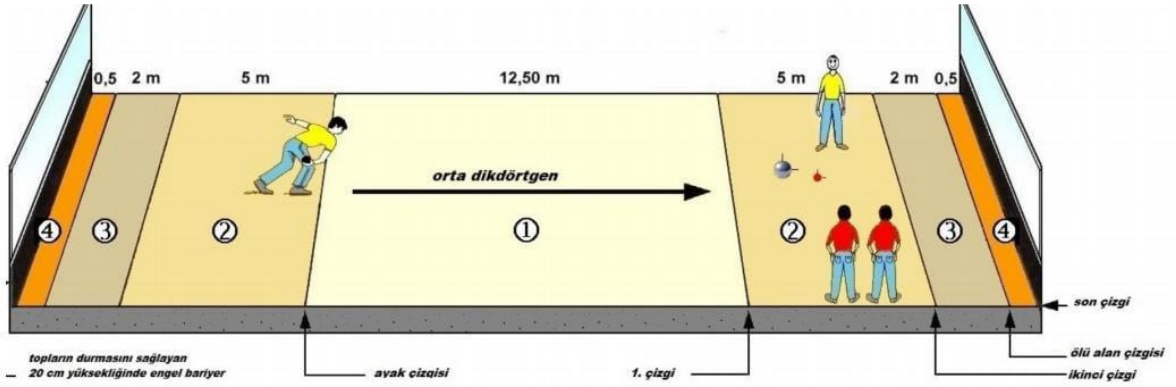
Yer oyunları içerisinde geleneksel oyunları ve kombine yer almaktadır.

Geleneksel.

Geleneksel oyununda misket (pallino) adı verilen küçük bir hedef topuna oyuncunun kendi topunu yaklaştırması amaçlanmaktadır. Diğer oyuncu sırası geldiğinde kendi topunu pallinoya rakip toptan daha yakın atmaya çalışır veya rakip toptan yakın olamadığı takdirde rakibin topuna vurarak uzaklaştırabilir. Bu durumda rakip sporcunun sayı almasını engeller (TBBDF, 2023).

Saha ölçüleri.

Yer oyunları sahasının genişliği 2,5-4 m. arasında bulunmaktadır. Sahanın uzunluğu ise 27,5 metredir.



Şekil 5. Yer oyunlarının saha ölçüleri ve bölümleri.

- 1: orta dikdörtgen
- 2: misketin ve topların oynandığı geçerli alan
- 3: ilave oyun alanı
- 4: arka alan (ölü alan)
- 2+3: oyun alanı

2 + 3 + 4: topların atıldığı alan (TBBDF, 2023).

Oyun kuralları.

Tüm volo disiplinlerinde (Basamak-röle-altın nokta-kombine – geleneksel) ve her türlü atışta (geleneksel ve kombine yaklaşım ve volo atışları dâhil) sporcular yukarıdaki resimde belirttiğimiz gibi 2 numaralı çizginin arkasından atış yaparlar. Sporcuların ayakları çizgiye temas ederse veya çizgiyi geçerse atışları geçersiz sayılır (TBBDF, 2023).

Oyunun başında Kurayı kazanan takım pallinoyu 2. alana atar, sporcu ilk topunu pallinoya(misket) yaklaştırmaya çalışır. Daha sonra rakip sporcu kendi topunu miskete diğer sporcunun topundan daha yakın olana kadar tüm toplarını kullanır. Bütün toplarını kullanmış ve sayıyı girememişse, sayıya sahip oyuncu, yaklaşarak, rakip toplara çarparak ve uzaklaşarak kalan toplarıyla sayıyı artırmaya çalışır veya miskete de vurabilir. Kabul edilen ve normal bir atış sırasında top oyun alanının dışına çıkarsa, takımların kullanılmayan topları var ise oyun aynı yönden tekrar başlar. Aynı takım misket atışını tekrar yapar. Diğer durumlarda oyun diğer yönden başlar (TBBDF, 2023).

Puanlama sistemi.

Topların tamamı kullanıldıktan sonra, pallinoya(miskete) rakip takımının topundan daha yakında topu bulunan sporcu topları kadar sayı alır. Sporcular isterse rakibine kalan toplarını da kullandırtmadan sayı olarak kabul edebilir (Fair-play). Kabul gören ve kurallı atışta Pallino (misket) oyun sahası dışına çıkarsa ve rakibinin oynayacak topu kalmamışsa, pallinoyu vuran oyuncu oynanmayan topu kadar sayı alır. Pallino sayı kazanan takım tarafından kullanılır. Eğer herhangi bir sayı alan takım yoksa pallinoyu, son atan sahanın diğer tarafından oyuna başlar. 13 sayı alan takım maçı kazanır. Maç süresi en az 1 saat en çok 4 saat oynatılabilmektedir (Bu süre federasyon tarafından kısaltılabilir) (TBBDF, 2023).

Takımdaki oyuncu sayısı ve top sayıları.

- Tekler (1 sporcuya karşı 1) her sporcu '4' top ile oynar;
- Çiftler (2 sporcuya karşı 2) her sporcu '3' top ile oynar,
- Üçler (3 sporcuya karşı 3) her sporcu '2' top ile oynar;
- Dörtler (4 sporcuya karşı 4) her sporcu '2' top ile oynar.

Oyun süresi boyunca takım sporcuların giyimleri ve top renkleri aynı olmak zorundadır (TBBDF, 2023).

Kombine.

Oyun kuralları.

Bu oyunda da her bir sporcu 4'er topa sahiptir ve 8 tur üzerinden oynanmaktadır. Yazı turayı kazanan oyuncu isterse yaklaşmayı ya da vurmamayı seçer. Aynı elde bir oyuncu çizilen daire içine sadece yaklaştırır, diğer oyuncu ise vurur. İlk elde yaklaşma oynayacağını belirten sporcu ikinci elde vuruş yapacaktır. Sporcu misketi (pallinoyu) üst üste iki kere kullanır. Daha sonra rakip sporcu iki kere misketi kullanır ve sırası ile bu durum 8 el boyunca tekrarlanır. Misket atıldıktan sonra her zaman ilk işaretlendiği yerde kalır. Yaklaşan top tarafından misket hareket ettirilirse, misket tekrar yerine getirilir. Misket ile top temasta bulunarak yer değiştirirse ve bitişik kalması durumunda, bu temas "biberon" olarak adlandırılır ve 2 puan elde edilir. Misket ilk harekete geçtiği noktaya geri getirilir. Her vurma atışı yapıldığında misket bulunduğu yerden alınmaktadır. Misket 2 kere hatalı biçimde atılırsa, rakip sporcu tarafından geçerli olan dikdörtgen alan içerisindeki kenarlardan 70 cm olmak üzere istenilen herhangi bir yere konulabilir. 140 cm'lik daire misketi atmayan sporcunun bulunduğu taraftan çizilir. Çizim herkes tarafından görülecek biçimde açık bir şekilde yapılmalıdır. 4. ve 5. turlarda oyuncu tekrar yaklaşma atışında bulunur. Yani dördüncü turda A sporcusu yaklaşma B sporcusu vurucu olurken beşinci turda da yine aynı şekilde A sporcusu yaklaşma B sporcusu vurucu olacaktır. Oyun ilk elde olduğu şekli ile bitmelidir. Yaklaşan sporcu topunu daire içerisine sokarsa, diğer sporcu mutlaka topu vurarak daireden uzaklaştırabilir. Vuruş yapılacak her topa atış yapılmadan önce kumpas ile 50 cm uzunluğunda yay çizilir eğer atışı yapan oyuncunun topu bu yay'a temas ederse vursa dahi atış geçersiz olur ve puan verilmez. Vuruş yapacak olan taraftaki oyuncu topu vuruna dek atış yapmaya devam eder (TBBDF, 2023).

Kumpas: Geleneksel oyunlarda ve kombine yaklaşılan topların yerlerini işaretleme de ya da vurulacak olan topların geçerli atış olup olmadığını belirlemede kullanılan yay 'ı çizen 50 cm uzunluğunda demirden yapılmış ölçüm aletidir.

Atış çeşitleri ve puanlama sistemleri.

Yaklaşma atışı.

Eğer topun tamamı dairenin içerisindeyse, dikey izdüşümü de daire içerisinde bulunmalıdır. Geçersiz olan her top saha dışına alınmalıdır.

Yaklaşma atışı puanlama sistemi.

Dairenin içine giren geçer alan her yaklaşma atışı 1 puan kazandırmaktadır. Biberon olan yaklaşma atışında 0.50 cm'i geçmeyecek şekilde ise o atıştan sporcu 2 sayı kazanır. Top misketi 50 cm'den daha fazla hareket ettirmiş olmasına rağmen daire içerisinde kalır ve "biberon" durumu olsa bile sporcuya sadece 1 sayı verilir (TBBDF, 2023).

Vurma atışı.

Bir sporcu rakibin sayı olan (daire içerisindeki) topunu geçerli bir atış ile vurarak daire içerisinde çıkarırsa 1 sayı alır. Fakat rakip sporcunun topu hareket etmesine rağmen daire içerisinde kalır ise bu atış sayı kazandırmaz ve top ilk bulunduğu yerine geri getirilir. Geçerli olan her vurma atışından sonra sahada bulunan tüm toplar dışarı alınır (TBBDF, 2023).

Vurma atışı puanlama sistemi

Geçerli olan her vuruş 1 sayıdır, fakat sporcunun attığı top daire içerisinde kalır ise 2 sayı alır.

Özel olan durumlar; Kalan toplar

a. Yaklaştıran: Her zaman toplarını yaklaştırmaya devam eder ve de 1 veya 2 puanı (biberon) kazanır.

b. Vuran: Eğer yaklaştıran sporcunun daire içerisinde topu bulunmuyorsa vuran sporcu şunları yapabilir:

1. Vuran sporcu, misketin yerine top konulmasını isteyebilir (top her zaman dairenin içinde bulunmalıdır).

2. Her el içerisinde miskete en fazla 2 kere vuruş atılabilir ve vurulan her misketten 2 sayı alınmış olur. Vurulduğu halde daireyi terk etmeyen misket sayı kazandırmaz ve ilk bulunduğu yerine geri getirilir (TBBDF, 2023).

Berberlik.

Berberliğe izin verilmiyorsa, ilave olarak 2 tur (el) daha oynanır. 1'e karşı 1 (teke tek) oynanan oyunda her sporcuda 2 top bulunmaktadır, çiftler olarak oynanan oyunda ise her sporcuda 1'er topa kullanma hakkına sahiptir. Oyuna başlarken sporcular yine yazı tura atışıyla başlar, kurayı kazanan sporcu vurma veya yaklaşmayı seçer ve misketi kullanır. Fakat ikinci turda misketi rakip sporcu kullanmalıdır. Beraberlik olması durumunda ise beraberlik bozulana kadar oyun aynı şekilde uzatılır (TBBDF, 2023).

Petank

Petank-Geleneksel.

35-50 cm arasında bir çemberin içine girilerek atılan topların hedef pallinoya rakip takım sporcularının toplarından daha fazla yakın olması amaçlanmaktadır. Rakip sporcunun toplarından pallinoya en yakın olacak biçimde atış yapılan her bir top bir puan kazandırır. Eğer rakip sporcunun topu pallinoya (hedef topa) daha yakındaysa ve yaklaşılmaması mümkün değilse pallinoyu (hedef topu) ya da rakip sporcunun topunu uzaklaştırmak için de vuruş atışı yapılabilir. Misketin atılmasının ardından her sporcu, kendi Petank topunu kullanmak için en fazla 1 dakika süreye sahiptir. Hakem kurulunun belirlediği 13 sayısına önce ulaşan sporcu ya da takım maçı kazanır. Oyuna başlamak için atılan pallinonun (misket) minikler için en az 4 m ve en çok 8 m, Yıldızlar için en az 5 metre ile en çok 9 metre, genç ve büyük sporcular için en az 6 metre ve en çok 10 metre uzaklığa atılması gerekmektedir (TBBDF, 2023).

- 3 sporcunun 3 sporcuya karşı (üçler)- Her bir sporcuda ikişer top.
- 2 sporcunun 2 sporcuya karşı (Çiftler)- Her bir sporcuda üçer top.
- 1 sporcunun 1 sporcuya karşı (Tekler)- Her sporcunun üç top kullanma hakkının olduğu bir spordur (TBBDF, 2023).

Atış çemberi ve oyunun başlaması.

- Misketi (pallinoyu) atıp oyuna ilk olarak başlayacak takımın belirlenmesi için oyuncuların kura atışı yapması gerekir.
- İç çapı 50 cm olan (tolerans + 2 mm veya – 2 mm) metal ya da plastikten yapılmış sabit bir çember kullanılmalıdır. Model ve özellikle sertliğinin FIPJP tarafından onaylanmış olması şartıyla katlanabilir çemberlerin kullanılmasına izin verilmektedir.
- Ayakların çembere temas etmeden bütünüyle çember içerisinde kalmalı ve atılan Petank topu yere temas edinceye kadar, ayakların çember dışına çıkmaması ya da çemberin zeminden tamamen silinmemesi gerekir.
- Atış esnasında her iki ayağın da yerle teması olmalıdır. Vücudun herhangi bir bölümü, çemberin iç alanı dışında bir yere temasta bulunamaz.
- Misketin takımın bir sporcusu tarafından kullanılması, ilk petank topunun da o sporcu tarafından atılacağı ya da oynanacağı anlamını ifade etmez. İsteyen sporcu oyuna başlayabilir.

- Sporcular, misketin konumunu başlangıçta ve her hareket ettirildiğinde işaretlemelidir. İşaretlenmemiş bir miskek için hiçbir hak talebine izin verilmeyecek ve hakem sadece misketin sahadaki konumuna göre karar verecektir (TBBDF, 2023).

Petank saha özellikleri ve ölçüleri.






Petank üzerine çakıl taşları atılmış toprak, sert ve düz bir zeminde ya da benzeri bir sahada oynanmaktadır. Uzunluğu 15 m, genişliği 4 m. federasyon ve organizasyon komitesi gerek görmesi durumunda 12 X 3 metrelik alanda yarışma yapılmasına izin verebilir (TBBDF, 2023).

Kullanılan toplar ve ölçüm aleti.

Petank topları metalden imal edilmiş olmalıdır. Çapları minimum 7,05 cm maksimum 8 cm arasında olmalıdır. Ağırlıklarının ise minimum 650 gram ve maksimum 800 gram arasında olmalıdır. İmalatçı marka ve ağırlığının da gözle görünür olacak şekilde toplar üzerine basılmış olması gerekmektedir (TBBDF, 2023). Bütün toplar kullanıldıktan sonra pallinoya en yakın topların belirlenmesinde karar verilememesi durumunda metre ile ölçüm yapıp sayının hangi oyuncuya ait olduğu belirlenir.

Petank-Altın nokta.

Altın nokta top dizilişleri ve puanlama

			6 m	7 m	8 m	9 m	
HEDEF - 1 Beyaz top hedef toptur  Hedef top tam ortada	6 Metre	puan	5	3	1	0	
	7 Metre	puan	5	3	1	0	
	8 Metre	puan	5	3	1	0	
	9 Metre	puan	5	3	1	0	
HEDEF - 2 Beyaz top hedef toptur  Miskek hedef topun 10 cm önünde	6 Metre	puan	5	3	1	0	
	7 Metre	puan	5	3	1	0	
	8 Metre	puan	5	3	1	0	
	9 Metre	puan	5	3	1	0	
HEDEF - 3 Beyaz top hedef toptur  Engel toplar 3 cm hedefin yanlarında	6 Metre	puan	5	3	1	0	
	7 Metre	puan	5	3	1	0	
	8 Metre	puan	5	3	1	0	
	9 Metre	puan	5	3	1	0	
HEDEF - 4 Beyaz top hedef toptur  Engel top hedef topun 10 cm önünde	6 Metre	puan	5	3	1	0	
	7 Metre	puan	5	3	1	0	
	8 Metre	puan	5	3	1	0	
	9 Metre	puan	5	3	1	0	
HEDEF - 5 Beyaz top hedef toptur  Miskek çemberin ön kenarına 20 cm uzakta	6 Metre	puan	5	3	0	0	
	7 Metre	puan	5	3	0	0	
	8 Metre	puan	5	3	0	0	
	9 Metre	puan	5	3	0	0	

Şekil-1

Şekil 6. Petank altın nokta atış sıralaması ve puanlama sistemi çizelgesi.

Bu disiplindeki amaç 1 metre çapındaki çemberin içine yukarıdaki görselde görüldüğü üzere 5 değişik hedef yerleştirilir. Sporcu, sırası ile her hedefe çemberin kenarından olmak şartıyla 6m, 7m, 8m ve 9m uzaklıklarından bir tane atış yapar. Hedef topu atış yapılacak olan çemberin ortasında olduğu için, atış mesafesi 6,5 m, 7,5 m, 8,5 m ve 9,5 metre uzaklığında olmaktadır. Sporcu bu mesafelerde yer alan 50 santimetre çapındaki çemberin içerisinden atışını yapmalıdır. Atış esnasında sporcunun ayakları çemberin dış kenarına temasta bulunmamalıdır. İki ayak yere temas etmeli ve top yere düşmeden sporcu çemberin dışına çıkmak için herhangi bir hamle de yapılmamalıdır. 1., 2., 3. ve 4. hedeflerde kullanılan toplar, 74 milimetre çapında ve 700 gram ağırlığında olmalıdır. (Oyun için kullanılan geçerli ölçülerdeki toplar organizasyon komitesi izni ile hedef top olarak kullanılabilir). Vurulacak olan hedef topunun ayırt edilebilir olması için engel topundan daha açık renkte (parlak – beyaz) olması gerekmektedir. Pallino (misket) 30 mm çapında ve en az 10 gram ağırlığında, açık, belirgin bir renkte olmaktadır. Hedefi vuran atışın geçerli olabilmesi ve puan değeri kazanılabilmesi için 1 mm çapındaki çemberin içine düşmesi gerekmektedir. Çember üzerine temas eden toplar hedefi vursa dahi sayı değeri kazanmaz. Sporcu atış yerine girdikten sonra 30 saniye içerisinde atışını gerçekleştirmek zorundadır. Kullanmazsa atış geçersiz sayılır ve puan alamaz (TBBDF, 2023).

Altın nokta puanlama sistemi.

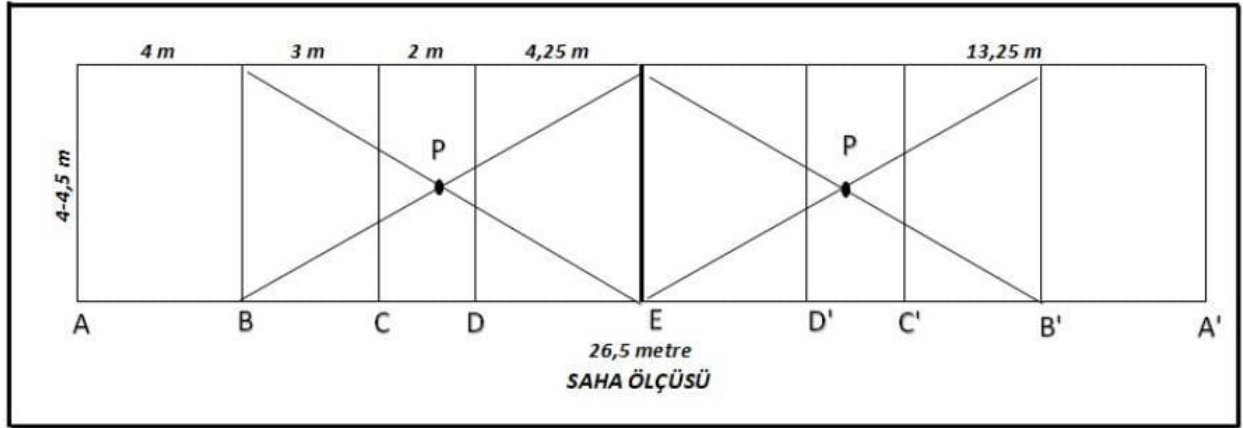
“1 Puan” Yukarıdaki tabloda gösterildiği üzere 2. ve 4. hedeflerden atış yapılan topların, hedefi vurmasının ardından geri gelerek engel topuna ya da miskete çarparsa veya temasta bulunursa, 3. hedefe atış yapılan top hedefi vurduktan hemen sonra öteki engel top veya toplara temasta bulunursa ve 1. Hedefteki hedef topu vurulduğu halde çemberin dışına çıkmaması halinde sporcuya 1 puan verilir.

“3 Puan” 1., 2., 3. ve 4. hedeflerde, hedef topuyla atılan topun birlikte çemberi terk etmesi halinde ve 5 numaralı hedeflerde bulunan misketin vurduğu halde çemberin içini terk etmemesi halinde sporcunun atışı 3 puanla değerlendirilmektedir. 2, 3 ve 4 numaralı hedeflerdeki engel toplarına veya miskete herhangi bir temas olmaması gerekir.

“5 Puan” Karo (atılan topunun çemberde kalması, vurulan hedefin çemberi terk etmesi durumuna denir.) durumunda sporcunun atışı 5 puan olarak değerlendirilmektedir. 2, 3 ve 4. hedeflerde engel topuna ya da miskete herhangi bir temas olmamalıdır. Atılan 20 atışta toplam da en fazla 100 puan alınmaktadır (TBBDF, 2023).

Raffa

Raffa oyun sahası: Bu oyun sisteminde çevre yüksekliği 25–30 santimetre ve 5 santimetre kalınlığında metal olmayan tahta veya benzeri malzemeyle çevrili, taban (iç) çizgileri bölümlerle ayrılmış, düzgün ve de pürüzsüz bir zeminin üstünde oynanmaktadır. Saha uzunluğu 26,50 metre, eni 4,00-4,50 metre arasındadır.



Şekil 7. Raffa saha ölçüleri ve bölümleri.

- A - A çizgisi sporcular için tanınan en geri alandır.
- B - B çizgisi misketin ilk atıldığı, punto ve raffa atışlarının yapıldığı alandır.
- C - C çizgisi Volo atışı yapacak olan sporcunun kullanacağı alandır.
- B – B çizgisi misketin atıldığı limit ve müsaade edilen alandır.
- D – D çizgisi yaklaşma atışı gerçekleştirildikten sonra topu takip eden sporcunun kullanacağı azami alandır. Raffa (Endirek) atışında atılan topun ilk geçmesi gereken çizgidir.
- E çizgisi orta hattır, msket atıldıktan sonra msketin geçmesi gereken alandır. Aynı zamanda Volo ve Raffa atışı yapan sporcunun en son kullanacağı alandır.
- P noktası oyun başlangıcında msketin ilk konulduğu ve oyuna başlanılan yerdir (TBBDF, 2023).

Raffa disiplindeki 3 temel atış.

- Punto (Yaklaşma) Atışı:** Msket atıldıktan sonra B çizgisinin gerisinden yerden sürüklenerek mskete yakın olunmaya çalışılan atış şeklidir.
- Raffa (Endirekt vurma) Atışı:** A çizgisinden başlayarak B çizgisini geçmeden, topun D çizgisinin önüne atılmasıyla yerden sürüklenerek hedeflenen topun vurulmasıdır.

- c) **Volo (Direkt vurma) Atışı:** A çizgisinden başlayarak C çizgisini geçmeden hedeflenen topun direk üzerine atılarak vurulmasıdır.

Oyun kuralları.

Takım sporcularının kullandığı toplar aynı renkte olmalıdır. Ancak karşı takımın topları ayırt edilebilecek renklere farklı olmalıdır. Atılan her misket ve top oyun alanı içerisinde bulunan takımların atış sırasına göre hakem tarafından işaretlenir. İlk topu atma hakkı takımlar arasında çekilecek kura ile belirlenmektedir. Oyunun başlangıcında, her iki takımda misketi atamaz misket geçerli bölgenin merkezi sayılan (P) noktasına konulur ve oyun bu noktadan başlatılır.

Misket atış esnasında ya da maç sırasında yerdeki çizgiye olan konumuna göre geçerli yâda geçersiz olarak sayılabilir. Geçerli bir oyuna başlanabilmesi için misket E çizgisini geçmek zorundadır. Yaklaşma atışının geçerli olabilmesi için öndeki ayağın atış çizgisini geçmemesi gerekir. Oyuna başlayacak olan takım, yaptığı ilk atışının geçersiz sayılması halinde, aynı takım diğer topunu oynamak zorundadır ve bu atışlar geçerli olana kadar devam eder. Atılan punto geçerli olması halinde rakip takım, diğer takımın toplarından pallinoya daha yakın olmaya çalışır. Rakip topun sayıyı engellemesi durumunda topların çizgi pozisyonlarına göre vuruş yapılabilir. Oyuncular tarafından karar sonrası yapılacak vurma atışlarının geçerli olabilmesi için ise, Sporcular hakeme hangi çeşit atış yapacağını ve hangi topu vurmak istediğini B-B çizgisini geçmeden önce belirtmek zorundadır. Ancak oyuncu verdiği karardan vazgeçerek, yeni atış şeklini ve vurmak istediği topu değiştirebilir. Yapmak istediği değişikliği de atış öncesi tekrar hakeme bildirmek zorundadır. Bütün sporcuların topu bittikten sonra hakem pallinoya en yakın top sayısı hangi takıma aitse o takım sayısını belirtir ve skor boarda işler. Tüm şampiyonluk grubu maçlarının süresi 45 dakika veya 12 puandır. Belirlenen süreden sonra iki takım eşit puan alırsa, bir el daha oynanır. Bir takım belirlenen süreden önce 12 puana ulaşırsa oyun sona erer (TBBDF, 2023).

Raffa takım müsabakalarında sporcu ve top sayıları.

- a) **Tekler** (Birebir); her sporcu 4 topla oynamaktadır.
- b) **Çiftler** (İki kişilik takım); her sporcu ikişer topla oynamaktadır
- c) **Üçlü takım** (Üç kişilik iki takım halinde); her bir sporcu ikişer topla oynamaktadır (TBBDF, 2023).

Raffa oyun kuralları özet olarak bu şekilde olup daha derinlemesine bakıldığında ise birçok özel kural karşımıza çıkmaktadır.

Raffa oyununda kullanılan topların özellikleri.

Kullanılacak malzemelerin özellikleri Uluslararası Bocce Konfederasyonunca kabul edilen standartlarda olmalıdır. Büyük top ve misket yuvarlak ve sentetik malzemeden yapılmış ve yapımında dengesini yönünü anlık değiştirebilecek herhangi bir madde bulunmamalıdır. Misket (pallino) : 4 cm çapında (tolerans-1 cm) 90 gram ağırlığındadır (tolerans – 7 gram) Tüm Kategoriler için Top: 105-108 mm çapında, ağırlık 890-930 gram olmalıdır.

Dart

Dart, Numaralandırılmış çemberlerden oluşan atış tahtasına (board) küçük okların isabetli atışlar yapılmasıyla puan kazanılması esasına dayanan dikkat ve odaklanmanın üst düzey olduğu bir spor dalıdır. Genel olarak dart, birbirleri içine geçmiş olan farklı renklerdeki halkalar (Kırmızı, Yeşil) ile bunları kesen (Siyah, Beyaz) üçgen görünümlü dilimlerden oluşan dairesel olan bir hedefe; belirli bir mesafeden, elle üç küçük okun tek tek atılarak en yüksek puanın toplanıp kalan sayıdan düşürülmesiyle Double (Çift) çıkış atışının yapılmaya çalışıldığı bir spor disiplindir. Zihinsel aktivitenin yoğun olmasından kaynaklı ayakta satranç oynamaya da benzetilmektedir. İngilizceden dilimize geçmiş olan ‘Dart’ kelimesi TDK tarafınca ‘Oklama’ olarak önerilmiş fakat Türkiye’de ‘‘Dart’’ sözcüğü kabul görmüştür (Şahin, 2006).

Dart oynayabilmek için ihtiyaç duyulan ekipmanlar pek çok spor disiplinine kıyasla maliyeti az olması, küçük bir alanın dart oynayabilmek için yeterli olması, özel bir kıyafet zorunluluğunun olmaması önemli olan ise iyi bir sporcu olabilmek için yaş, cinsiyet, herhangi bir vücut tipine sahip olmak (boy, kilo ve güç) gerekmemektedir. Dart sporunun hızla yayılmasına neden olmuştur. Ayrıca herhangi bir bedensel engelin dart sporunu yapabilmek için engel teşkil etmemesi spesiyal bir durum oluşturarak karşımıza çıkmasına ve dartin daha çok geniş kitlelere yaygınlaşmasına katkıda bulunmuştur (TBBDF, 2023).

Dartın Tarihsel Gelişimi

Dart sporu, dart tahtasına gönderilen metal uçlu okların tam hedefi yerine vurmasıyla oynanan bir spor branşıdır. Geçmişi binlerce yıl öncesine dayanan dart, özellikle İngiltere ve Hollanda gibi ülkelerde çok popülerdir. Dart, genellikle barlar, publar ve spor salonları gibi mekânlarda sosyal bir aktivite olarak tercih edilir. Dart sporunun doğası, hem bireysel yetenekleri hem de takım çalışmasını önemseyen bir yapıya sahiptir. Oyuncular, kendilerine ait

skor tablosunda belirli bir puanlama sistemiyle yarışır. Atış sırası gelen oyuncu, belirlenen mesafeden oklarını hedefe doğru fırlatır. Her isabetli atış, belli bir puan değeri kazandırırken, hedefin merkezine yakın isabetler daha fazla puan getirir. Dart, sadece fiziksel yetenekler üzerinden değil, aynı zamanda strateji ve konsantrasyon gerektiren bir spordur (Firth, 1930).

Oyuncular, hedefe odaklanmada, doğru mesafe ve güç belirlemede çaba sarf etmelidir. Ek olarak, rakiplerin hamlelerini izleyerek stratejik kararlar almanın önemi de vurgulanmalıdır. Dart, beyin gücünün kullanıldığı bir spor dalı olarak dikkat çekmektedir. Dart sporu sosyal etkileşim sağladığı için iletişimi artırır. Oynanan dart maçlarının iyi bir atmosferde gerçekleşmesi, arkadaşlık ve dostluk ilişkilerini güçlendirebilir. Bunun yanı sıra, rekabet duygusunu da uyandıran bu spor dalı, sağlıklı bir rekabet ortamı oluşturur. Oyuncular, rakiplerine karşı saygılı ve centilmence olmalıdır. Dart sporu her yaş grubundan insanın katılımına uygundur ve zihinsel ve fiziksel becerilerin geliştirilmesini sağlayarak eğlenceli bir aktivite sunmaktadır. Hızlı düşünme becerileri ve el-göz koordinasyonuna katkıda bulunması, dartın popülerliğini artıran faktörlerden biridir. Sonuç olarak, dart sporu bireysel becerilerin işlenmesi, strateji ve konsantrasyon gerektiren bir spor dalıdır. Aynı zamanda sosyal etkileşim sağlar ve rekabet duygusunu besler. Her yaş grubundan insanın katılabileceği bu spor dalı, zihinsel ve fiziksel yetenekleri geliştirmek için mükemmel bir seçenektir. Bu spor, ilk olarak Orta Çağ'da okçuluk sporcularının eğitiminde oyun olarak kullanılan dattan İngiltere'de ortaya çıkmıştır. II. Henry zamanından başlayarak Tudor kralları döneminde yayılım göstermeye başlamıştır (Aktop, 2008).

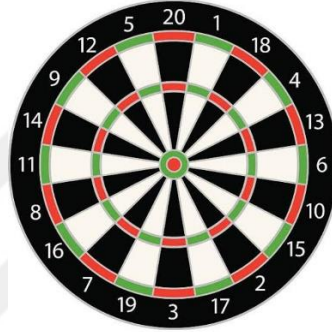
Dart sporunun ortaya çıkışı 1500'lü yıllara dayandığı, bugünkü şeklini ise 19. Yüzyılın sonlarında aldığı düşünülmektedir. 20. Yüzyılın başlarından itibaren ise spor olarak kabul edilmiş ve oyuncuların daha düzenli ve örgütlü performans göstermeleri sağlanmıştır. 1908' de İngiltere'deki barlarda şans oyunlarının yasaklandığı bir dönemdeki barın sahibi Anakin, şans oyunu şeklinde dartı mekanında oynatıyor olması nedeniyle mahkemelik olması ve bu durumun üzerine, ilgili mahkemede kurduğu bir dart tahtasına atış yapmasıyla bunun şans değil aslında beceri ve eğitim işi olduğunu antrenman yaparak kişilerin kendilerini geliştirebileceğini kanıtladı, bu da mahkemenin düşmesine ve dart konusundaki bakış açısının geniş çapta değişmesine neden oldu. Dünya Dart Federasyonu (WDF) şu anda 63 ülkenin üye kuruluşlarıyla birden fazla önemli Dart faaliyetine ev sahipliği yapmaktadır (TBBDF, 2023).

Türkiye’de Dartın Gelişimi

Türkiye’de 2000 yılında alınan bir kararla dart Gençlik Sporları Genel Müdürlüğü (GSGM) bünyesinde Atıcılık ve Avcılık Federasyonu' na bağlanmasıyla resmi bir spor dalı haline getirilmiştir. 2004 yılında TBBDF’nun kurulmasıyla birlikte, Üç disiplin tek çatı altında toplanarak Dart branşı da kendi federasyonuna kavuşmuş oldu. 16 Ekim 2006 tarihinde ise Dünya Dart Federasyonunun tam üye olmuştur (TBBDF, 2023).

Dart Oyun Çeşitleri ve Oyun Kuralları

TBBDF tarafından belirlenmiş olan talimatname ve uluslararası oyunlarda yürütülen kurallara bağlı, dart yarışları iki türde oyun şeklinde düzenlenir;



Şekil 8. Çelik uçlu dart boardı.



Şekil 9. Elektronik dart boardı.

Genel olarak 301 ve 501 sayılarından düşürülerek oynanan bir sistemdir. Oyun, bitiş için önceden belirlenmiş oyun türüne bağlı olarak single çıkış, double çıkış veya triple çıkışla tamamlanır. Tüm dünyanın oynadığı en önemli oyun sistemi 501 oyun sistemidir (TBBDF, 2023). Evrensel oyun kurallarına sahip olan Dart sporu herhangi bir fiziksel temas içermez. Bu spor dalında maçlar hakem kurulunca önceden belirtilen leğler üzerinden oynanır. Dart stratejik olarak satranca benzetilir çünkü zihinsel bir aktivitedir. Dartlarda setler 501 veya başka bir X01 sayısıyla başlar ve dardaki sayıların iki katı olan alana çarpıp sıfıra düşmesi hedeflenir. Bu nedenle oyuncu 170 numaraya düştükten sonra oyunu 3 okla bitirmek için mantıklı stratejiler

üretir. (170 sayısı oyundaki en yüksek sayıya sahip bitıştır, bu sayıya indikten sonra 3 ok ile oyundan çıkılabilir. İlk okla oyun üç çarpı 20 olan 60, ikinci okla yine üç çarpı 20 olan 60 ve son ok çift / iç orta 50 ile sona erebilir). Bu sebeple oyuncu bitiş stratejilerinde sonsuz sayıda kombinasyonlar uygulayabilir. Oyuncu sürekli zihinsel stratejilerle okları nereye atması gerektiğini planlar, Sporcu istediği atışı yapamaması halinde çeşitli stratejiler üretmektedir (TBBDF, 2023).

Dartta Duruş, Tutuş, Atış Teknikleri

Duruş: Doğru atışı yapmak için en ideal duruş pozisyonu, dart okunun tutulduğu elle aynı ayağın önde olduğu duruş pozisyonudur. Bu durum da sağ elini kullanarak atış yapan sporcular adına sağ ayak, sol elini kullanarak atış yapacak olanlar için sol ayağın önde olması demektir. Duruş pozisyonu açısından değerlendirdiğimizde ideal olan, vücudun atış yapacak olan tarafındaki omuzun dart tahtasına karşı oluşturduğu açının 50-90 derece arasında bir açı olmasıdır. Ayaklar ile dart tahtası arasındaki açı da omuzun oluşturduğu açıyla aynı olmalıdır (TBBDF, 2023). Vücut dengesi dart atışı için çok önemlidir. Atışın her aşamasında vücudun tamamen dengeli ve hareketsiz olmasına özen gösterilmelidir. Vücut ağırlığı sağ elini kullananlar için sağ (ön) ayakla, sol ayak parmağının ucundan yere değecek şekilde veya sporcunun rahat edeceği bir açıyla olmalı, genellikle sporcunun dengesini sağlayacak kadar ağırlık taşımalıdır. Oyuncunun ayağı geçerli atış çizgisini geçmeden belden hafif öne doğru eğilmesi, dart tahtasına yakınlaştırır. Bu durum oyuncu için avantaj yaratabilir. Oyuncu vücudun dengesini korumak için sol ayağının üzerine yüklenir.

Tutuş: Dart sporcularının atış stilleri farklılık gösterebilmektedir. Bu stiller, sporlarının rahat hissettiği pozisyona göre farklılık gösterebilir. Oyuncuların kullandığı okların gövde tipleri de atış stilinin oluşmasında etkilidir. Tutuş tekniği, dartın ağırlık merkezinin belirlemekle başlamaktadır. Temel tutuş tekniğinde ok işaret, orta ve başparmakların uçlarına doğru yerleştirilir ve başparmak ağırlık merkezinin ardına doğru konumlandırılır. Oyuncu tutuş ve atış esnasında rahat hissettiği herhangi bir parmakla tutuş yapabilir. Tutuş stilinin en önemli noktası, atış pozisyonunun her aşamasında okun ucunun bir miktar yukarıyı göstermesidir (Duffy, Baluch, & Ericsson, 2004). Tutuş sağlam olmalıdır herhangi bir parmakta gerilim ve rahatsızlık hissettirmemelidir. Ok' a uygulanan basınç, tutuş ve atış esnasında sorunlar yaşayabilir. Ok'un tutuşunda en az üç parmak ve en fazla beş parmak kullanılabilir. Ok'a temas eden bütün parmaklar gövdeye değiyor olmalıdır. Ok'un uc bölgesine herhangi bir parmağın temas etmesi okun yönünü değiştirebilir bu yüzden herhangi bir parmağın okun ucuna değmemesi önerilir. Oku atış esnasında bütün parmaklar aynı anda açılmasına önem verilmelidir. Oka dokunmayan

parmakları bir araya getirmek yerine açık tutmaya veya diğer parmaklarla aynı pozisyonda tutmaya özen gösterilmelidir. Spora özgü kalıplaşmış tutuş stilini öğrenen her sporcu kendine has tutuş stil oluşturur. (Duffy, & vd., 2004; Zöchling, 1998). Yukarıdaki şartları dikkate alıp uygulayan her sporcunun kendine özgü tutuş stili doğru kabul edilmektedir.

Atış: Dart atışında tekniğin doğru uygulanması için en önemli vücut bölümleri omuz, bilek ve dirsek eklemleridir. Omuz eklemi, atış sırasında sabitlenmesi gereken tek eklemdir. Teknik sadece kol ile uygulanmalıdır. Okun çekilmesi sırasında omuz eklemi sabitlenmeli, dirsek eklemi serbest bırakılmalı kol yukarı aşağı hareket ettirilmemeli oku doğru şekilde atabilmek için yavaş ve acele etmeden teknik uygulanmalıdır. Ok sporcunun atış tekniğine göre kulak, alın, çene hizasına kadar çekilip hedefe doğru dirsek eklemi dümdüz açılarak bırakılmalıdır.

Dartta Kullanılan Malzemeler

Dart tahtası.

TBBDF ve WDF, oyunlarda kullanılacak dart tahtalarının (boardların) özelliklerinin aşağıda belirtilen maddelerde olması gerektiğini belirtmişlerdir.

- a) Dart tahtası sisal adı verilen ağacın kökünden üretilmelidir.
- b) "1" den "20" ye kadar dairesel olarak çizilmiş sayı dilimlerine bölünmelidir.
- c) Dart tahtasının tam orta noktasında kırmızı renkte bir iç merkez olmalı ve bu alanın puan değeri "50" olmalıdır.
- d) Dart tahtasının orta noktasında yer alan iç merkezin ise dışarısında yeşil renkte bir dış merkez bulunmaktadır. Bu alanın puan değeri 25 olarak değerlendirilir.
- e) Her bir sayı diliminin dış tarafında iki tel arasında bir şerit bulunmaktadır, bu alana double denmektedir ve single'ın çift katı sayı değerindedir.
- f) Her bir sayı diliminin ortasında iki tel arasında bir şerit bulunmakta ve bu alan bir Triple denilmektedir ve sayı değeri single'ın üç katı değerindedir.
- g) Sayısız dilimlerini birbirinden ayıran double, triple ve iç-dış merkez bölgelerinin belirlendiği teller örümcek ağı biçiminde monte edilmeli ve oyun tahtasının ön yüzeyinde görülmelidir (TBBDF, 2023).

Ok.

Dart oku 4 bölümden oluşmaktadır. Bunlar;

Kanat (uçuş): Bırakış esnasında Ok' un düzgün bir halde uçmasını sağlayan kanat, farklı şekil ve desenlerde çeşitli malzemelerden üretilir.

Şaft (gövde): Gövdenin arkasına takılmıştır kanadı tutan bu kısım alüminyum, plastik ve titanyumdan yapılmıştır.

Gövde (namlu): Okun ana kısmıdır ve dart (ok) denildiğinde kastedilen kısımdır.

Uç (tip): İki tür çelik veya plastik vardır, yarışmalarda çelik uçlu ve plastik uçlu oklar kullanılır. Sporcular farklı ağırlıktaki okları kullanabilir Başlangıçta 18-24 gram ağırlığındaki oklar (dart) önerilir. Kullanılan okun atış tarzına göre ağırlığı ve kanat seçimi aktif rol oynamaktadır.

İmgeleme Kavramı

Geçmişten Günümüze spor psikolojisi alanında imgeleme ile ilgili birçok tanım yer almış bunlardan ilki ise 1969 yılında Richardson yapmıştır ve şu ifade açıklanmıştır. İmgeleme, bilinçli olarak farkında olduğumuz, bilinen uyarıcı koşulların eksikliği nedeniyle mevcut ve de algısal/duyusal karşılıklarından farklı sonuçlar üretebilecek tüm bu yarı duyusal ve yarı algısal deneyimleri içerir. Spor psikolojisi alanında sıklıkla kullanılan imgeleme, birçok sporcunun antrenman, müsabaka ve antrenman dışı ortamlarda kullandığı, antrenörler ve diğer bireyler tarafından da sıklıkla tercih edilen psikolojik bir yöntemdir. İmgeleme, sporda başarıyı sağlayan tamamlayıcı bir psikolojik beceri olarak görülmektedir. İmgeleme, zihinsel bir süreç olan, zihnimizde görsel veya duygusal bir şekilde canlandırdığımız hayali veya gerçek olan durumları ifade etmek için kullanılan bir kavramdır. İmgelemenin temelinde zihinsel görüntülerin oluşturulması ve bu görüntülerin zihinsel bir tasarım sürecine bağlı olarak gerçekleştirilmesi vardır (Cumming, Hall, & Shambrook, 2004).

İmgeleme, sanat, edebiyat ve psikoloji gibi alanlarda sıklıkla kullanılan bir kavramdır. Sanatçılar, yaratıcı süreçlerini ifade etmek ve eserlerini oluştururken ilham alabilmek için imgelemeye yönelirler. Edebiyatçılar ise karakterlerin ve hikâyelerin canlandığını görsel bir şekilde zihinlerinde canlandırarak yazılarına aktarırlar. İmgeleme, sadece sanatla sınırlı kalmayıp, psikoloji alanında da önemli bir yere sahiptir. Psikoterapide imgeleme kullanılarak kişilerin korkularını, endişelerini veya travmatik deneyimlerini yeniden düzenlemeleri sağlanır. Bireyler, zihinsel resimler aracılığıyla duygusal deneyimlerini yeniden şekillendirebilir ve iyileşme sürecine katkıda bulunabilir. İmgeleme ayrıca sporcular tarafından da kullanılan bir tekniktir. Sporcular, performanslarını iyileştirmek veya hedeflerine odaklanmak için zihinsel bir görüntü oluştururlar. Örneğin, bir basketbolcu serbest atış yaparken, topun hedefe girmesini

hayal ederek kendini daha iyi odaklayabilir ve başarı şansını artırabilir. İmgeleme, bireylerin yaratıcılıklarını kullanmasına ve hayal güçlerini geliştirmesine yardımcı olan bir süreçtir. İmgeleme, zihinsel resimler oluşturarak yaşantıları zenginleştirir ve duygusal deneyimleri derinleştirir. Ayrıca, hedeflere ulaşma motivasyonunu güçlendirir ve ruh sağlığını olumlu yönde etkiler. Sonuç olarak, imgeleme, zihinsel bir süreç olarak insanların hayal güçlerini kullanmalarını ve duygusal deneyimlerini ifade etmelerini sağlayan bir kavramdır. Sanatta, psikoterapide ve spor alanında yaygın olarak kullanılan bu süreç, bireyler için birçok fayda sağlar ve yaşantılarına derinlik ve renklilik katar. İmgeleme, güçlü bir araç olup, herkesin hayatında önemli bir yer tutabilir (Cumming & Hall 2002).

Hardy, Jones ve Gould (1996), ise dünyanın en üst düzey sporcularının çoğu, rutinlerini geliştirebilmek için imge kullandıklarını ve başarılarının bir kısmını zihinsel imgeleri kullanmaya bağladıklarını ifade etmişlerdir. Futbolda dünyaca bilinen ve FC Barcelona takımındaki en iyi sporculardan birisi olarak anılan Ronaldinho, 2006 yılında Dünya Kupası öncesi NYT Spor Dergisine verdiği bir röportajında imgelemeyi etkili bir şekilde kullandığını şu sözlerle ifade etti; “Antrenman yaptığımda odaklandığım hususlardan birisi topun nasıl elde edebileceğimi anlamaya çalışmak ve topu takım arkadaşşıma, tercihe bağlı rakip takımın kalecisinin önünde sadece bırakarak takım arkadaşlarıma nasıl ulaştırabileceğimin göz önüne gelmesine yönelik çalışmak. Bu yüzden yaptığım şey her daim, maç öncesi, her gecede ve her günde, kimse tarafından düşünemediği pozisyonlar üzerinde çalışmak ve onları tasarlamak bunu yaparak geçtiğim takım arkadaşlarımin her birinin benzersiz güçlü yanlarını akılda tutmak. Bu pozisyonları zihnimde oluşturduğumda takımdaki bir arkadaşımın topu kendi ayağına mı yoksa önüne mi almayı isteyeceği, kafa topu atma ile iyi olup olmadığı ve topunu nasıl yönlendirmek istediğini, sağ ayağın mı ya da sol ayağın mı daha güçlü olduğu konusuna dikkat ediyorum. Sonuçta bu konu benim işim. Yaptığım bu maçı hayal ediyorum’ şeklinde konuşarak hayal gücünün önemini vurgulamıştır (New York Times Spor Dergisi, 2006).

Orlick ve Partington (1987), başarının unsurları üzerine yaptıkları çalışmalarda, Kanadalı Olimpiyat sporcularının %99’unun imgelemenin bir hazırlık yöntemi şeklinde kullanılabileceğini ortaya koymuşlardır. Dahası, üst düzey sporcular veya daha deneyimli sporcular genellikle bu taktiği alt düzey veya daha az deneyimli sporcu arkadaşlarından daha fazla kullandıklarını bildirmişlerdir (Barr & Hall 1992; Salmon, Hall,& Halsam, 1994).

Simon'un (2000), imgelemeyi bir antrenman ve eğitim tekniği olarak kullanma sürecindeki psikolojik becerilerin tanımındaysa düşüncelerin ve hareketlerin aralarındaki yakın ilişki nedeniyle hayal gücü çok ilginçtir. Aynı zamanda imgeleme, hem motor becerilerin

uygulanma sürecindeki mevcut hem de çevreden alınmış olan karışık bilgileri anlamlandırma noktasında oldukça zengin bir belleksel sistemdir. İmgeler, bireysel düşünceleri ve duyguları, basit uyaran/tepki durumlarının ötesinde deneyimlemek ve niteliklere sahip olmak için birbirine bağlar. İmgeleme, bir kişinin henüz gerçekte karşılaşmadığı davranış ve hareketleri zihinsel olarak tasvir ederek daha yaratıcı olabilir (Morris, Spittle, & Watt, 2005).

İkizler ve Karagözoğlu (1997), imgeleme kavramını herhangi bir aktiviteyi tekrar etmeden, planlı ve odaklanmış bir şekilde hayal ederek (zihinde canlandırıp görselleştirerek) yeni bir hareket öğrenme veya zaten bilinen bir hareketi mükemmelleştirme süreci olarak tanımlamıştır.

Bu tanımlara dayanarak genel olarak imgeleme kavramı, bir becerinin fiziksel bir çalışma yapılmadan o beceriyi kullanırken ihtiyaç duyulan tüm duyularla zihinde canlandırma yapılıp görselleştirilmesi ve uygulanması olarak tanımlanır.

İmgeleme Çeşitleri

Sporcular sıklıkla içsel-dışsal imgeleme ve görsel-kinestetik imgeleme gibi teknikleri kullanırlar. Bunun yanında birçok imgeleme çeşidinin olduğu da bilinmektedir. İmgeleme sporcunun durumuna göre değişkenlik gösterebilir. Belirttiğimiz imgeleme çeşitlerinin kullanımı da sporcunun performansını yükseltmek adına önem arz etmektedir.

İçsel imgeleme.

İçsel imgelemede, bir sporcu, sanki aklında bir kamera varmış gibi, spor dalına özgü bir beceriyi icra ederken yani kendini beceri uygularken görür. Örneğin; Bocce de; Volo-Basamak koşan sporcunun atış tekniğini zihninde canlandırması ve attığı topun hedefi vurmasını canlı olarak düşünüp bunu zihninde birden çok tekrarlamasıyla iç referanslarını kazanacaktır (Kızıldağ, 2007). Bu nedenden ötürü sporcu antrenman veya müsabaka sırasında zihninde canlandırdığı durumları birebir uygulayacağı için sergilediği performans seviyesinin de yüksek olacağı, stresinin, kaygısının ve hata yapma durumunun azalacağı düşünülmektedir.

Dışsal imgeleme.

Dışsal imgeleme de sporcu kendisini dışarıdan gözlemliyormuş gibi yapmak istediği beceriyi hayal etmektedir. Bu tür imgelemede sporcu, sanki bir film izliyormuş gibi zihninde kendini canlandırabilir ve kendini her açıdan kolaylıkla ve rahatça görebilmektedir. Sporcunun kendisini her açıdan doğru izleme fırsatı olduğu için hatalarını kolayca belirler, kendini model olarak alır ve üst düzey bir teknik uygularken veya istediği tutumu ve davranışı alırken

- e) Hata yapmaktan korktuğu becerileri hayal ederek ve aslında bu becerileri uygulayabilerek özgüvenini geliştirir ve sporcunun daha emin ve cesurca yapabilmesine yardımcı olur. Olumsuz koşullarda başarılı performansların ortaya konulduğunun imgelemesi kendine güvenin gelişmesine yardımcı olur. Sporcular sadece deneyimlemekle kalmaz, imgelemenin neticelerini kontrol ederek bu uygulamanın pozitif çıktılarından da faydalanabilirler (Konter, 1999).
- f) İmgeleme, yarışmanın ön hazırlık sürecine dahil edilerek sporcunun önceden belirlenmiş taktik ve stratejiler üzerinde çalışmasına yardımcı olur (Guillot, & Collet, 2008). Zamanlama, teknik ve taktik değişiklikler gibi müsabakalarda aniden değişebilecek unsurlara sporcunun psikolojik olarak hazırlanmasına katkıda bulunur (Bayköse, 2014).
- g) Sakatlık ve yaralanma döneminden sonraki tedavi ve rehabilitasyon sürecinde kullanarak performansa dönüş süresini kısaltır (Akgün, 2019).

İmgeleme Kullanımı

Fiziksel ve psikolojik becerilerini geliştirmek isteyen sporcular imgeleme çalışmalarına başvururlar. İmgeleme kullanımları genellikle özgüven oluşturmak, konsantrasyonu artırmak, duygusal tepkileri kontrol altında tutmak, sportif becerileri/stratejileri anlama ve geliştirme, ağrı ve sakatlıkla başa çıkmak ve bunların kaynaklı problemi çözmek için kullanılmaktadır (Weinberg, 2003). Egzersiz ve sporda imgeleme kullanım modelleri, sporculardaki imgelemenin bilişsel, davranışsal ve etkili ifadelerinin yanı sıra imgelemenin beceri öğrenme ve gelişimi üzerindeki etkilerini geliştirmek için de kullanılır. Morris ve arkadaşları (2005), imgeleme türlerinin genel manada 5 alt başlık altına toparlamışlardır.

Beceri Öğrenimi ve Uygulama	Beceri öğrenimi ya da beceri kazanma
	Beceri uygulaması
	Hata bulma ve düzeltme
Taktik ve Oyun Becerileri	Strateji gelişimi
	Strateji öğrenme
	Strateji uygulaması
	Problem çözme
Yarışma ve Performans	Yarışmaya hazırlık
	Zihinsel ısınma
	Performans öncesi rutin
	Önizleme
	Tekrar etme
Psikolojik Beceriler	Uyarılmışlık/kaygı kontrolü ve stres yönetimi
	Konsantrasyon ve dikkati geliştirmek
	Bireysel farkındalığı artırmak
	Özgüven ve Öz-Yetkinlik
	Motivasyon
	Psiko-fizyolojik yanıt
Sakatlanma ve Ağır Antrenman	Küçük Sakatlanmalar
	Uzun Dönem Sakatlanmaları
	Kişisel Beceriler

Şekil 10. Spor ve egzersizde imgeleme kullanımı.

İmgeleme Çalışmalarında Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar

İmgeleme çalışmaları uygulanırken dikkat edilmesi gereken püt noktaların başında, zihinde hayal edilen becerinin hızı ile gerçekte hayal edilen becerinin hızı arasında herhangi bir fark olmamasıdır. Bir başka ifadeyle, sergilenmek istenen becerinin imgesi yapılırken akılda harcanan zaman ve imgenin hızı eşit olmalıdır (Seleciler, 2019).

Araştırmacılar, İyi bir imgeleme yapmak için dikkate alınması gereken noktaları aşağıda belirtmektedirler:

1. Bireyin ihtiyaçlarını analiz etmek
2. İmgelemek istediği hedef davranışları belirlemek
3. İmgeleme ile ilgili öğretim aşamalarını belirlemek
4. Her adımda imgeleme hızının belirlenmesi
5. Sporcuyu uygulama hakkında eğitmek

6. Kapalı pozitif pekiştirmeyi öğretmek ve geliştirmek: Bir sporcu bir beceriyi başarılı bir şekilde hayal ettiğinde kendini pekiştirmesi. Örneğin, bravo, bak, sen başardın, ben iyi ve yetenekli bir sporcuyum, üstesinden geldim, başardım gibi. İmgeleme yapılırken olumsuz

pekiştirmelere kesinlikle yer verilmemesi gerektiği, bunun sporcunun özgüvenini azaltacağı belirtilmektedir.

7. Sporcunun sergilediği gerçek performansı değerlendirmek (Tiryaki, 2000).

Sporda Kullanılan İmgeleme Modelleri

Kişisel özelliklere göre farklı şekillerde imgelemeler yapılabilir. Bu amaçla geliştirilmiş çeşitli modellere rastlanmaktadır. Alan yazınına baktığımızda spor faaliyetlerinde kullanılan beş farklı imgeleme modelinin olduğu görülmektedir (Savaş, 2019).

- a) Spor da İmgelemenin Dört N'si
- b) Pettlep Modeli
- c) Spor da İmgeleme Kullanımının Uygulamalı Modeli
- d) Spor da İmgeleme Yetenek modeli
- e) Spor da İmgelemenin Üç Düzey Modeli

Sporda imgelemenin dört N'si.

Munroe ve araştırmacı arkadaşlarına (2000) göre, imgelem yapan sporcular için imgeleme çalışmaları ile alakalı dört önemli sorunun olduğu ve bu kritik soruları açıklamanın, imgelemeyi daha iyi uygulamaları ve anlamaları için şart olduğunu belirtmişlerdir.

1. Neden / İmgeleme neden uygulanır?
2. Nerede / İmgeleme nerede uygulanır?
3. Ne zaman / İmgeleme ne zaman uygulanır?
4. Neden / İmgeleme neden uygulanır?
5. Ne / Neyi imgelersin?

İmgelemeyi neden yaptığının içeriğinde, rahatlama amacı, beceri öğrenme amacı veya istenen performansa ulaşma amacı gibi cevapları içerir. İmgelemenin gerçekleştirildiği yerle ilgilidir ve bu bir yarışmada, bir kampta veya bir eğitim alanında olabilir. Ne zaman imgeleme oluşturduğu sorusu, imgeleme yapıldığı anın yarışmadan önce, yarışmadan sonra veya antrenman sırasında yaşanabilecek durumları içerir. İmgelediği çalışmasında neyi imgelediği sorusu, sporcunun içinde bulunabileceği pozisyonları, bulunduğu alanı, arkadaşını, hakemi veya antrenörünü hayal edebilmesi gibi cevapları içerir. Bu sorular imgelemenin 4 N'sini oluşturmaktadır (Seleciler, 2019).

Farklı spor dallarından elit sporcularla yapılan deneysel bir çalışmada, sporcuların antrenman sırasında ve sonrasında yaptıkları imgeleme ile ilgili bahsi geçen sorulara dayanarak bu durumu incelemişlerdir. 4 N modeli, sporcuların imgeleme programının etkin bir şekilde hazırlanması için geliştirilmekte olan ölçeklere yön veren bir modeldir (Munroe, vd., 2000).

Pettlep modeli.

Gerçekliği olabildiğince yakından temsil ederek yapılan bir imgelemeyle, gerçek arasındaki işlevsel eşitliği en üst düzeye çıkarmayı hedefleyen PETTLEP Modeli, adını içerdiği öğeleri temsil eden kelimelerin baş harflerinden alır. PETTLEP aşağıdaki biçimlere sahiptir;

- Fiziksel-Physical,
- Çevre-Environment,
- Görev-Task,
- Zamanlama-Timing,
- Öğrenme-Learning,
- Duygu-Emotion,
- Bakış açısı-Perspektif (Perspective).

Weinberg ve Gould (2003), Pettlep modeli unsurlarının her birini değerlendirebilmek için Holmes ve Collins (2001) detaylı olarak belirtilen faktörlerin bir özetini sunmuşlardır. (Weinberg, & Gould, 2003; Holmes, & Collins, 2001; Holmes, 2002).

Pettlep Modeli'nin bileşenleri.

Fiziksel: Bireyin yapabileceği imgeleme çalışmasının fiziksel doğasıyla ilişiktir. Sporcular motor programlar, uyarılma yönelimi yaklaşımı veya dinlenme tekniklerinin kullanımı için ihtiyaçlarının gerekli olup olmadığını belirlemelidir.

Çevre: Kullanıcının kişisel ve çok duyuşsal alanını ve ortamını tipik motor performansı olarak taklit eden uyarıcı materyallerin kullanımını destekler.

Görev: Uygulanan becerinin doğasını uygulayıcının yetenek seviyesi ve bakış açısıyla değiştirmek için imgeleme yeteneğini kullanılmasını ifade eder.

Zamanlama: Uygulanmakta olan imgelemenin gerçek zamanlı olarak gerçekleştirilmesinin önemini vurgular.

2. Bilişsel Genel İmgeleme (CG): Stratejiyi ve oyun planı imgelemek,
3. Motivasyonel Özel İmgeleme (MS): Hedeflere ilişkin imgelemek,
4. Motivasyonel Genel İmgeleme (MG): Uyarılmışlık düzeylerini temsil etmektedir (Morris & vd., 2005).

Spor ve hareket imgelemesi alanındaki yoğun çalışmalar sonucunda Hall ve arkadaşları sporla ilgili bu boyutsal sınıflandırmalara ilişkin açıklamalar ortaya koymuşlardır (Hall, 1998; Hall, 2001; Hall, Mack, Paivio, & Hausenblas, 1998; Martin, Moritz, & Hall, 1999).

Martin (1999), temel dört Paivio kategorisini beş farklı imgeleme kullanımı sınıfına genişletmiş ve özetlemiştir.

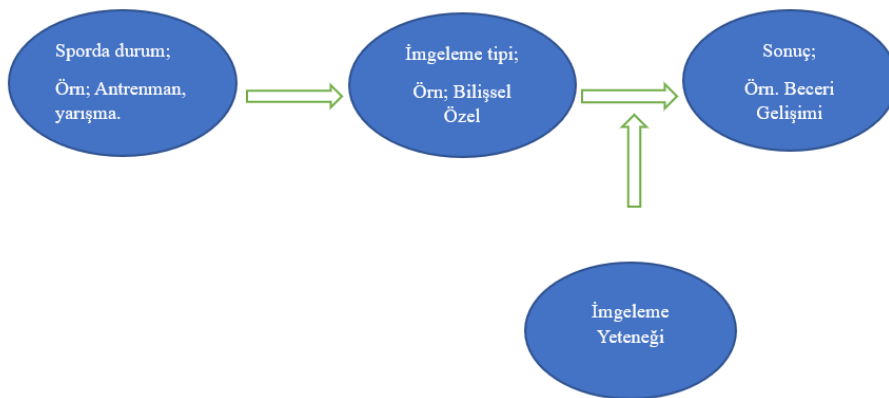
a) Bilişsel Genel (CG): Rekabet stratejileriyle ilgili imgeleme. (Örnek: Erkek erkeğe savunma, ver kaç gibi).

b) Bilişsel Özel (CS): Bir becerinin geliştirilmesi ve üretimine yönelik imgeleme (Örnek: Koşu stili, futbol da penaltı vuruşu, basketbolda kusursuz bir basket atışının imgenmesi).

c) Motivasyonel Genel Uyarılma (MG-A): Fiziksel ve duygusal deneyimlerle ilgili imgeleme, uyarılmışlık, dinlenme, yarışma heyecanı. (Örnek: heyecan, Stres ve kaygı).

d) Motivasyonel Genel Uсталık (MG-M): Zor koşullar altında etkili biçimde baş edebilmeyi ve güveni koşullarını ifade edebilen imgeleme türüdür (Örnek: Yapılan hatanın ardından odaklanmak, pozitif kalabilmek ve önemli bir müsabakada kendine güvenebilmek).

e) Motivasyonel Özel (MS): Belirlenen bir takım hedefleri ve bu tür hedef odaklı davranımları temsil eden imgeleme (örn. kişisel bir başarıya ulaşmak, bir yarışma kazanmak, madalya kazanmak) (Martin vd.,1999; Mellalieu, & Hanton, 2009).



Şekil 12. İmgeleme kullanım modelinin spor ile ilişkisi.

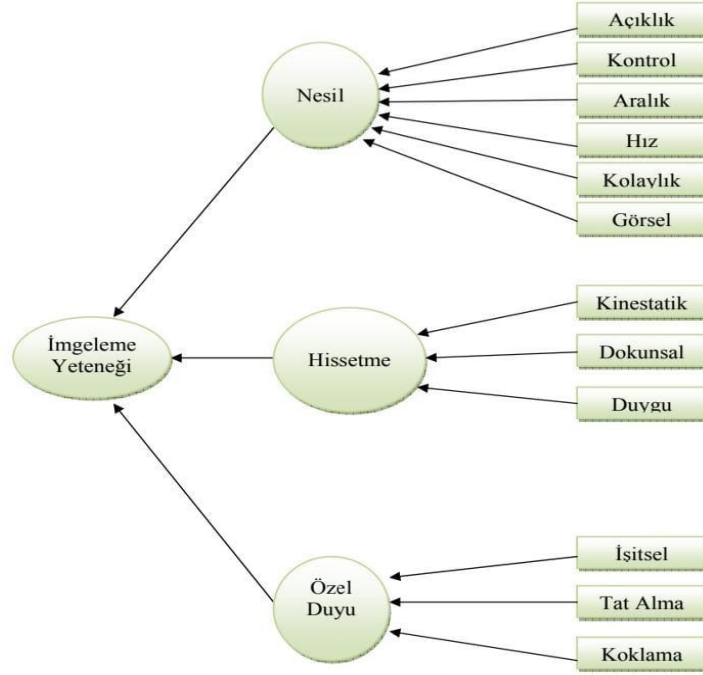
Sporda imgeleme yetenek modeli (SIAM).

İmgeleme becerileri konusunda yetenek gereklidir ve sporda yetenek ölçümlerine dayalı bir imgeleme yetenek modeli oluşturulmuştur. Duyu ve özel duyu öğelerinin temeli olan ana model, imgeleme becerisinin genel unsuru olan yetenek ve bireysel boyut, duyu şeklini ve duygusal özelliklerini ayrıntılı olarak açıklayan üçüncü aşama ile üç adımda işleyişini oluşturmaktadır (Aldemir, 2013).

Üç aşamalı özellikler, görsel duyu şekilleriyle bağımlılık, kontrol edebilme, frekans, kolaylık derecesi ve hızın imge oluşturma bölümlerini içermektedir. Daha önce bahsedilen özellikler, sporda görsel imgelemenin boyutsal niteliklerini değerlendirmek için temel oluşturabilecek bir girişimde gelişmemiş bir unsur yerine kullanılmaktadır.

İlk gelişmiş unsur olan SIAM'in dokunmaya ilişkin duyu, kinestetik (hissetme) ve duyu gibi alt imgeleme amaçlarının, imgelemenin kullanılması sporcular için imgelemenin önemi 1., 2. ve 3.seviye değerleri ve duyuşsal, kokulu ve tatma alt değerleri modelin geri kalan temelini oluşturmuştur.

İkinci unsur, ortak beden-duygusal durumlarla benzerliği bulunan imge özelliklerinin temsil edilmesidir. Üçüncüsü ise somatik tip duyu organlarıyla görsel olmayan benzerliği olan duyu ifadesi eder. Bu değişken grubu, spor faaliyetlerinden elde edilen veri analizine göre çok güçlü kavramsal netliğe sahip hem cinsiyetler hem de birçok kültürel grup ve performans düzeyi ile imgeleme özellikleri olmak üzere geniş kapsamlı yaş sıralamasını temsil etmektedir. Bu yapının değişkenlerini, özellikle görsel unsurun durumuna ve duygusal deneyime bağlı olarak analiz etmek için destekleyici unsur analizi kullanılmıştır. Yeteneğin ikinci sıra unsuru olarak belirlenmesi ve doğrulanması, ek olarak bazı analizler gerekmektedir. Daha önce de tartışılmakta olan imge kullanımını modeline gelindiğinde bu kavramsallaştırma işlemiyle birlikte sporda imgeleme becerisinin yapısının açıklanması ve analiz edilmesi adına gerçekleştirilen ilk araştırma şeklinde sunulmuştur (Watt, & Morris, 1998).



Şekil 13. Sporda imgeleme yetenek modeli (SIAM).

Sporda İmgelemenin Üç Düzey Modeli.

Murphy ile Martin'in (2002) geliştirmiş olduğu bu model, imgelemenin yapısını, hedefe ulaşmanın yolunda kullanımı ve anlamını 3 basamakta açıklamaktadır. Bu basamaklar;

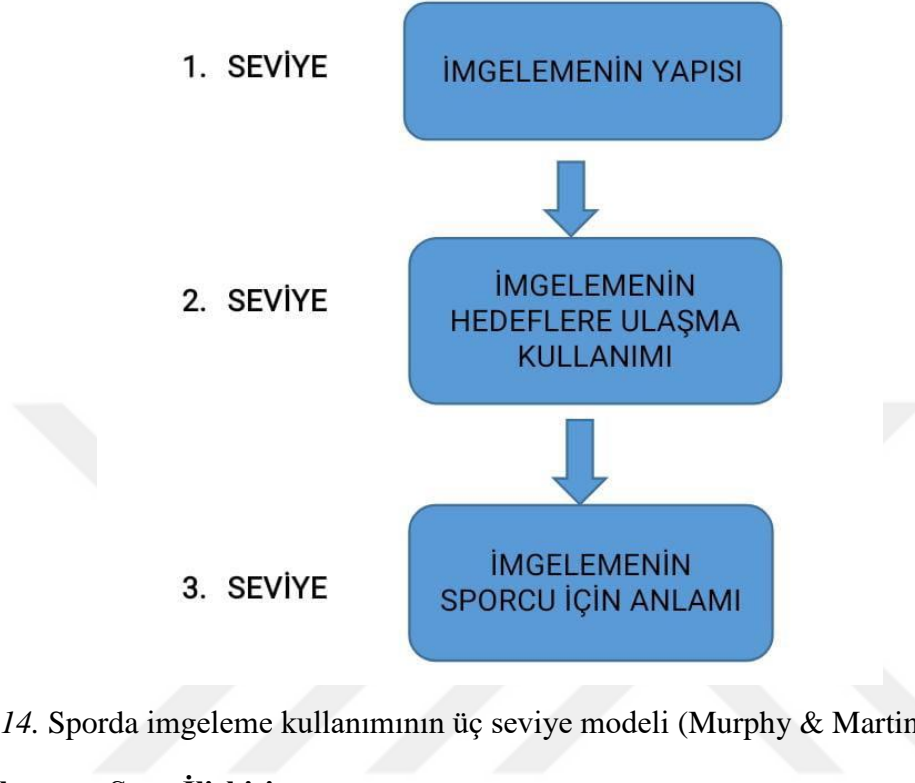
- İmgelemenin Temel Yapısı
- Hedefe Ulaşmak İçin İmgeleme Kullanımı
- Bir Sporcu Adına İmgelemenin Anlamı

1-İmgelemenin yapısı: Birey için oluşan hem fizyolojik hem de bilişsel değişimleri ifade eden bu seviye, hayal gücünün yapısını ve buna bağlı fizyolojik ve bilişsel süreçleri açıklar (Bozlar, 2020).

2-Hedefe ulaşma yolunda imgeleme kullanımı: Genel olarak sporcular tarafından imgeleme kullanılması ve imgelemeyle paralellik gösteren bilişsel hazırlığın performans üzerindeki etkisi ile ilgilidir. Bu noktada sporcunun ulaşmak istediği hedefler doğrultusunda imgeleme oluşturması hedeflenmektedir. Sporcu hedeflerine ulaştığını imgeler (Bozlar, 2020).

3-Bir sporcu için imgeleme ne anlama gelir: Ahsen'in (1984) araştırmasına dayanarak imgeleme çalışmasında imgenin oynadığı role vurgu yapan Murphy ve Martin konuya genişlik kazandırmıştır. Zihinde canlandırmada her imge, her insanda aynı anlamı uyandıramaz. Bu açıdan imgelerin sporcu adına neler ifade ettiği önemlidir. Bir sporcuda kaygıya sebep olan imgeler, başka bir sporcu adına güven ortamını ifade edebilmektedir. Temel olarak diğer iki

seviye ile bağlantılı olan ve araştırmacılar için çalışmaya devam ettiği bu seviye pek çok imgeleme modeli kapsamında göz ardı edilir (Bozlar, 2020).



şekil 14. Sporda imgeleme kullanımının öz seviye modeli (Murphy & Martin, 2002).

İmgeleme ve Spor İlişkisi

Spor, rekabet etme, heyecanlanma, belirli kurallara bağlı olarak yarışı kazanma arzusu nedeniyle gerçekleştirilen fiziksel aktivitelerin yanı sıra insan bedenini ve ruh sağlığını iyileştirme, kişilik oluşumu, bilgi, beceri ve yetenek kazanma, karakter özellikleri geliştirme, fiziksel aktiviteyi artırma, sosyo-kültürel ve ekonomik kalkınmanın sağlanmasıyla çevrede uyum, toplumda barışın sağlanması gibi faydaların bütünü olarak tanımlanabilir. Bu tür birçok özelliğinin varlığı sayesinde spor günümüzde çok kullanışlı, çok farklı amaçlara hizmet eden, çeşitlilik içeren ve çok yönlü evrenselleşmiştir (Erkal, 1982).

Bir beceriyi öğrenmek veya gösterilen performansı yükseltmek amacıyla imgeleme kullanılır. Bu nedenle sporcunun öğrenmek istediği branşı veya performansını artırmak istediği için beceriyi akılda doğru bir şekilde canlandırması ve bunu defalarca tekrar yapabilmesi son derece faydalıdır. Hareketi insanın zihninde hem akıcı biçimde hem de doğru olarak ayırıştırmadan, korkmadan canlandırmaları bu durumu uygulamaktan daha kolaydır. Öğrenilecek hareketin hatasız olduğunu akılda dşnmek ve yapmak, uygulamaya geçtiğinde hareketin aşamasını ileriye taşıyacaktır. Ayrıca imgeleme, harekete odaklanmasını sağlayarak

sporunun performans anında konsantrasyonuna da katkıda bulunacaktır. İmgeleme, spor ortamında olan ve aşaması ne olursa olsun bağımsız olarak herkesçe kolaylıkla uygulanabilmektedir. Sporcu tarafından uygulayacağı beceriye yönelik teknik ve taktikler ne kadar karmaşıksa, onun için yapılan imgeleme çalışmaları o kadar önemli hale gelir (Seleciler, 2019).

Kişilik Kavramı

Kavramsal bakımdan kişilik, uzun yıllardır insanlığın sosyal yaşantısının bütünlük bir parçası halinde olmasına karşın, bilimsel olarak gelişimi 1930'ların başlarından itibaren, kişilik psikolojisi sosyal bilimler alanlarından ayrı biçimde bir bilimsel disiplin şeklinde ortaya çıktığında başladı. Kişilik, bireylerin ilgili oldukları alanların, tutumların, yeteneklerin, konuşma tarzının, dış görünüşlerinin ve çevrelerinin uyum sağlanması gerektiği biçimleri kapsayan bir kavramdır (Turan, 2009). Kişilik, kendilerine özgü olan ve bireysel nitelikleri toplayan bir bütündür. Bu bütünlük içine bireylerin beden yapısı, zekâsı, yetenekleri, tepkileri duyguları, düşünceleri ve genel kültürü girer. Tüm bu unsurlar, bireyin yaşadığı çevrenin özellikleri üzerinde etkili olmaktadır. Bugüne kadar elde ettiğimiz başarılar, geleceğe yönelik beklentilerimiz ve yaptığımız seçimler, kişiliğimizden ve çevremizdeki insanların kişiliğinden etkilenebilir. Kişiliğimiz, yaşamımızdaki seçimlerimizi ve tercihlerimizi genişletebilir ve sınırlayabilir. Bazı insanlar kısıtlanır ve engellenirken, bazıları ise tamamen yeni deneyimlere açık olabilir (Schultz, & Schultz, 2017).

Kişilik özellikleri karmaşık bir şekilde gelişir ve birden fazla etken tarafından şekillendirilir. Genetik faktörler, çevresel etkiler ve kişinin deneyimleri, hepsi kişilik özelliklerinin oluşumunda rol oynar. Öncelikle, genetik faktörler önemli bir rol oynar. Kalıtım yoluyla, ebeveynlerden çocuklara genetik özellikler geçer. Bazı araştırmalar, belli kişilik özelliklerinin belirli genlerle ilişkili olduğunu göstermiştir. Örneğin, bazı kişiler doğuştan daha aşırı veya daha içe dönük olabilirler (Ryan, Frederick, Lepes, Rubio, & Sheldon, 1997). Ancak, genetik faktörler sadece potansiyeli belirler ve çevresel etkilerle etkileşime girerek şekillenir. Çevresel etkenler de kişilik özelliklerini etkiler. Aile, arkadaşlar, okul ve toplum gibi çevresel faktörler, bireyin kişilik gelişimini şekillendirir. Örneğin, ailedeki tutumlar, disiplin yöntemleri ve ebeveynlerin davranışları, çocuğun benlik kavramını, özgüvenini ve sosyal becerilerini etkiler. Çocuğun büyüme ve gelişme sürecindeki aile ortamı ve aile bireyleriyle kurduğu ilişkiler, kişiliğin oluşmasında oldukça önem arz etmektedir. Aile kişilik gelişiminde ve ardından sosyalleşmede çok önemli faktördür. Ebeveynlerin demokratik ve adaletli bir yapıya sahip olmasının çocuğun daha rahat büyümesine, rasyonel davranmasına, nesnellik elde

etmesine ve daha aktif hale gelmesine ve zaman içinde daha kolay sosyal ilişkiler kurmasına olanak sağladığı tespit edilmiştir. Yine, ebeveynlerin de çocuğun zihinsel yapısını şekillendirmede bir faktör olduğu bulunmuştur. Aile bireyleri deneyimlerini çocuğa çeşitli şekillerde aktardıklarından, ailenin yetiştirilme şekli de kişiliğin belirleyici bir unsurudur (Maslow, 1970).

Her toplumun kendisine özgü bir takım kültürel yapı ve özellik bulunmaktadır. Kişinin benimsediği değer-yargıları ve kültür, kişilik gelişimi adına önem arz eder. Sosyal varlık olan birey belli bir kültürde yaşar ve kişilik yapısı bu kültürle bütünleşir. İnsan dünyaya geldiği ilk dakikadan itibaren içerisine doğduğu çevrenin, ait hissettiği toplumun kültürü ile etkileşime girmeye başlamaktadır. Kişinin kişilik özellikleri, içerisinde yaşamını sürdürdüğü toplumun inancından, yaşam tarzından, giyinme biçiminden, önyargılarından etkilenmektedir. Sosyal sınıfın yapısının ve sosyal sınıfın oluşumunu etkisi altına alan bir diğer faktörse kişilerin yaşam tarzı, tüketim alışkanlıkları, eğitim olanakları, düşünce ve eğilimleridir (Bozkurt, 2006). Bireylerin içerisinde yer aldıkları sosyal yapılaşma ve diğer kişilerle etkileşimleri, kişiliklerinin önemli bir bileşenini oluşturur. Kişinin çevresindeki birey, grup ve örgütler içinde çeşitli sosyal sınıflara üye kişiler ile kurmuş olduğu etkileşime bağlı kişiliği farklılaşabilmektedir (Çetin, & Beceren, 2007).

Arkadaş çevresi, eşit derecede önemlidir. Arkadaşlar arasındaki etkileşim, kişinin değerleri, ilgi alanları ve davranışları üzerinde etkilidir. Ayrıca, kişinin yaşadığı deneyimler, kişilik özelliklerinin gelişimini etkiler. Travmatik olaylar veya olumlu deneyimler gibi yaşanan yaşam olayları, kişinin duygusal ve bilişsel gelişimini etkiler. Örneğin, bir kişi zor bir ayrılık deneyimi yaşarsa, bu durum onun güven duygusunu ve bağlanma stillerini etkileyebilir. Sonuç olarak, kişilik özellikleri, genetik faktörler, çevresel etkiler ve kişinin yaşadığı deneyimlerin karmaşık etkileşimiyle gelişir. Her bireyin kişilik özellikleri kendi benzersiz kombinasyonuna sahiptir. Bireylerin kendilerini ve başkalarını daha iyi anlamalarına yardımcı olabilmek için, kişilik özelliklerinin gelişimindeki bu faktörlerin kavrayışını artırdık. (McAdams, 1997).

Kişiliği Etkileyen Faktörler

Biyolojik ve kalımsal faktörler.

Belirli özelliklerin, kendisinden önce kan akrabalık ilişkisi içinde olduğu nesillerden bir canlıya aktarılmasına “kalıtım” denir. Genlerden geçen bu özellikler biyolojik ve fiziksel oldukları için açıkça kalıtıma bağımlıdır. Biyolojik kalıtımla aktarılan bazı özelliklerin kişilik yapısının oluşumu üzerinde de etkisi olabilir. Kalımsal vücut hastalığı veya sakatlık gibi

fiziksel yapıdaki bazı durumlar o kişide belirli bir kişilik yapısı halini almasına yol açmaktadır (Koptagel, 1984).

Ailesel faktörler.

Çocuğun büyüme ve gelişme sürecindeki aile ortamı ve aile bireyleriyle kurduğu ilişkiler, kişiliğin oluşmasında oldukça önem arz etmektedir. Aile kişilik gelişiminde ve ardından sosyalleşmede çok önemli faktördür. Ebeveynlerin demokratik ve adaletli bir yapıya sahip olmasının çocuğun daha rahat büyümesine, rasyonel davranmasına, nesnellik elde etmesine ve daha aktif hale gelmesine ve zaman içinde daha kolay sosyal ilişkiler kurmasına olanak sağladığı tespit edilmiştir. Yine, ebeveynlerin de çocuğun zihinsel yapısını şekillendirmede bir faktör olduğu bulunmuştur. Aile bireyleri deneyimlerini çocuğa çeşitli şekillerde aktardıklarından, ailenin yetiştirilme şekli de kişiliğin belirleyici bir unsurdur (Maslow, 1970).

Sosyal ve kültürel faktörler.

Her toplumun kendisine özgü bir takım kültürel yapı ve özellik bulunmaktadır. Kişinin benimsediği değer-yargıları ve kültür, kişilik gelişimi adına önem arz eder. Sosyal varlık olan birey belli bir kültürde yaşar ve kişilik yapısı bu kültürle bütünleşir. İnsan dünyaya geldiği ilk dakikadan itibaren içerisine doğduğu çevrenin, ait hissettiği toplumun kültürü ile etkileşime girmeye başlamaktadır. Kişinin kişilik özellikleri, içerisinde yaşamını sürdürdüğü toplumun inancından, yaşam tarzından, giyinme biçiminden, önyargılarından etkilenmektedir (Saritaş, 1997).

Sosyal yapı ve sosyal sınıf faktörleri.

Sosyal sınıfın yapısının ve sosyal sınıfın oluşumunu etkisi altına alan bir diğer faktöre kişilerin yaşam tarzı, tüketim alışkanlıkları, eğitim olanakları, düşünce ve eğilimleridir (bozkurt, 2006; çetin, & beceren, 2007). Bireylerin içerisinde yer aldıkları sosyal yapılaşma ve diğer kişilerle etkileşimleri, kişiliklerinin önemli bir bileşenini oluşturur. Kişinin çevresindeki birey, grup ve örgütler içinde çeşitli sosyal sınıflara üye kişiler ile kurmuş olduğu etkileşime bağlı kişiliği farklılaşabilmektedir (kaşlı, 2009).

Coğrafi ve fiziki faktörler.

Bir insan doğduğu andan itibaren çevresi, içinde bulunduğu aile ve toplumsal ortamdan oluşur. Doğa; coğrafi konum, iklim koşulu, yer altı-üstü kaynakları toplum hayatını etkileyerek

bu etkiyi insan hayatına işler. Aynı zamanda toplumun tarihsel, kültürel, ekonomiks ve politik yapısı da bireylerin yaşamında ve kişiliğinde önemli bir rol oynamaktadır (Türkmen, 2013).

Coğrafyanın, içinde yaşadıkları toplumdaki kişilerin antropolojik yapısı ve kültürü üzerinde etkisi olduğu, bireylerin içinde bulunduğu coğrafi ortamın kişilik oluşumunu şekillendirdiği düşünülmektedir. Örneğin bazı araştırmacılar soğuk ve karasal iklimlerde yaşayan insanların donuk ve sert mizaçlara sahip olduğunu, kıyı kesimlerde ve sıcak iklimin hakim olduğu yörelerde yaşamlarını sürdüren insanlarınsa duygusal tutumlarının daha hızlı değişen ve daha yumuşak mizaçlı olduğu yönünde çalışmalar ortaya koymuşlardır (Bozkurt, 2006; Çetin, & Beceren, 2007).

Diğer faktörler.

Bir kişinin kişilik gelişimi üzerinde biyolojik ve genetik, aile, toplumsal yapısal ve sosyal sınıfsal, sosyal ve kültürel, coğrafi ve fiziksel faktörlerin yanı sıra sosyal kurumlar ve medya araçlarının da etkisi vardır. Bireylerin kişilik özellikleri, medya araçlarını kullanma alışkanlıklarına bağlı olarak değişebilir. Çünkü kitle iletişim araçları bireysel davranış kalıplarının içselleştirilmesinde ve çocukların gelişiminde etkili olabilmektedir (Öktem, 2009). İnsanın içinde bulunduğu sosyal çevrelerinde yetişkin insan gruplarının kişilik üzerinde etkisi olduğu da bilinmektedir. Birey, etrafındaki yetişkinleri rol model alarak davranışını şekillendirmekte ve kendisine ait kişilik yapısını oluşturmaktadır. (Uysal, 2010).

Kitapların, dergilerin, gazetelerin, televizyonun ve bunlar gibi kitle iletişim araçlarının hem çocukların eğitimi, gençlerin kişiliklerinin gelişimi hem de değişimleri üzerinde olumlu düzeyde etkileri bulunmaktadır. Alfred Adler'in yaptığı bir araştırmada ise kişilerin doğum sırasının zekâ ve kişilik düzeyini etkilediği görülmektedir. Böylece ilk doğan çocuğun sonradan doğan çocuklardan daha yetenekli ve zeki olabileceği belirtilmiştir (Zel, 2011). Kişinin zekâ seviyesinin, bireylerin kişilikleri üzerinde önemli bir etki sahibidir. Zekâ kalıtım yoluyla doğuştan gelir ve eğitim ile de gelişen bir yetenektir. Kişinin yaşamında oluşabilecek muhtemel bütün olumlu ve olumsuz davranışlar onun zekâsıyla ilgilidir. Kişilik gelişiminde zekânın önemli bir etkisinin olduğu görülmektedir. Yetersiz beslenmede bireyin kişilik gelişiminin üstünde de önemli ölçüde etki sahibidir. Yeterli ve dengeli beslenemeyen çocukların bedensel ve zihinsel gelişimi olumsuz etkilenir. Ancak yetersiz ve dengesiz beslenmesi olan çocuklarda içe dönüklük ve zekâ geriliği görülmektedir (Tutar, 2013).

Kişilik Özellikleri

Eren, 1979 yılında yaptığı çalışmada kişilik özelliklerini şöyle sıralamaktadır.

1. Kişilik, doğum esnasında bulunan ve daha sonra edinilen eğilimlerin toplamından oluşur. Kişilik, bu eğilimlerin düzenlenmesiyle ilgilidir, böylece eğilimlerin oluşturduğu bir yapıdan bahsedebiliriz.
2. Her bireyin kişisel özelliklerini diğerinden ayıran bazı farklılıklar vardır.
3. Kişilik, bireylerin eğilimlerini çevreye uyarlar. Aynı birey, farklı çevresel koşullar içinde değişik tutumlar ve davranışlar sergileyebilir, bu da sosyal uyum kavramıyla açıklanabilir.
4. Bir insanın doğuştan sahip olduğu tek bir karaktere sahiptir ve kişilik adına vazgeçilmez bir ögesi olan karakterdir.

Bu özellikleriyle kişilik, bireyin kendisine ilişkin algısını ve çevreye uyumunu ya da birtakım alışkanlıklara uyumunu belirleyen, toplumsal yaşam boyunca edinilen alışkanlıklar ve davranışlardan oluşan dinamik bir düzenleyici sistemdir (Eren, 1979).

Kişilik özellikleri, insanları birbirinden ayıran bir niteliğe sahiptir. Kişiliğin oluşumundaki tüm özellikler birbirleri ile uyum içerisinde bir bütünlük sağlamalıdır. Kişilik özellikleri kişilerarası ilişkilerin oluşma biçimini, gelişim dönemlerinde kurulan kişilerarası ilişkiler kişilik özelliklerinin oluşumunu etkilemektedir (Doğan, 2005).

Kişiliğin Katmanları

Kişilik, farklı görevleri üstlenen katmanlardan oluşur. Bu katmanlar birbirini tamamlar ve bir bütün oluşturur. Köknel (1982), çalışmasında bu katmanları şu şekilde ifade etmiştir.

- a) İlk katmanda kişilik bedensel nitelik olarak bu katmandadır. Kalıtsal olan ve çocuğu annenin gebelik döneminden doğum anına kadar etkileyen bir dizi fiziksel yapı özelliği, sakatlık ve özür vardır.
- b) İkinci katmanda, iç salgı bezlerinin işlevleri bulunur. Bu bezler fiziksel ve zihinsel yapıların oluşumunda önemli rol oynarlar.
- c) Üçüncü katmanda, kişiliğin ayrılmaz bir parçası olan, onu geliştiren ve yapı taşı oluştururan zeka vardır.
- d) Dördüncü katmanda kişilik, onu hayatta kalmaya iten içgüdü ve dürtüye sahiptir.
- e) Beşinci katmanda kişiliğin önemli bir yönü olan mizaç bulunur. Burada motiflerin hareket ettiği bir coşku alanı var.

- f) Altıncı katmandaysa kişiliğe ait benlik yer alır. İç çevre ve dış çevre ile durmadan devam eden benliğin iletişimi ve etkileşimi kişiye benzersiz özellikler kazandırır.
- g) Yedinci katmanda kişiliğin dış dünyaya yansıyan, başkaları tarafından algılanan ve değerlendirilen duygu, düşünce, tutum ve davranışları vardır. Öznel kişilik yapısı bu katmanda nesnel, gözlemlenebilir ve ölçülebilir bir yöndür.
- h) Sekizinci katmanda, kişiliğin sosyal ahlaki değerler açısından değerlendirildiği karakter vardır. Bir kişinin benimsediği değer yargıları, başkaları tarafından bu düzeyde değerlendirilme aşamasındadır.
- i) Dokuzuncu katmanda, kişiliğin kendini tanıdığı, olduğu durumu veya olmak istediği yolu kabul ettiği, var olmaya çalıştığı ve amaç uğruna gösterdiği çabanın olduğu bir katmandır.
- j) Onuncu katmanda kişi kişiliği oluşturan diğer katmanları fark eder ve akan zaman içinde yaşamdaki yerini ve değerini anlar (Köknel, 1982).

Kişilik ile İlişkili Kavramlar

Mizaç.

İnsanları birbirinden ayıran özellikleri temsil eden bir kavramdır. Allport (1961), mizacı “bireyin kendi doğal duygusal yapısına sahip olma durumu” olarak tanımlamıştır. Bu mizaç tiplerinden bazıları açık kanlı (sevimli/neşeli), ağırkanlı (yavaş/sert), melankolik (üzgün/duygusal) ve sınırlı (kızgın/saldırgan) tiplerdir (Eroğlu, 2000).

Karakter.

Kişiliğin ahlaki ve sosyal özellikleri karakter ile ifade edilmektedir. Karakter, bireylerin davranışlarının değerlendirilmesinde temel standartlar ve değerler sistemini oluşturan bir unsurdur. (İnan, & Yerlikaya, 2008). Karakter özellikleri doğuştan gelen güçlere veya temellere dayanmamaktadır. Belli bir yaşam biçimine bağlı kalmak için birey tarafından daha sonra edinilir (Adler, 2001). Karakter, çocukluktan başlayarak sosyal çevrenin etkisiyle büyümeye ve dönüşmeye başlar. Karakter; mantıksal düşünme, duygusal kabullenme, örnek alma ve cezalandırma-ödüllendirme yöntemi ile gelişir ve olgunlaşır. İki unsur karakterin oluşumunda etkilidir. Tarafından iyi bilinen ve kabul edilen şeyleri yapmanın bir sonucu olarak beğenilme, takdir edilme ve ödüllendirilme unsuru kişilerin pozitif ya da negatif olaylarla karşılaşmaları durumunda karakterlerinden ödün vermemeleri gerektiğini ifade eden gerçek ideallerin unsurudur. Bu unsur, vicdan ve ahlak kuralıyla doğruyu ve iyiyi seçmenizi sağlayan karakter adımıdır (Güney, 2007).

Yetenek.

Kişiliğin oluşmasında etki sahibi olan başka bir özellikse yetenektir. Bu bağlamda kişiliğin şekil almasında önemli rolü bulunmaktadır. Yeteneği zihinsel ya da fiziksel yetenek olmak üzere iki temel kategoriye ayırmak mümkündür. Zihinsel yetenek, bir kişinin olayları idrak etme, analiz etme ve sonuca varma yeteneği gibi zihinsel özelliklerini kapsar. Fiziksel yetenek ise kişilerin duyu organları aracılığıyla gerçekleştirdikleri fiziksel özelliklerin bütününe ifade eder (Eroğlu, 2000).

Benlik.

Benlik, bireyin inançlarını içeren, kendini tanıma ve değerlendirme şekli olan kişilik yönüdür. Benlik, doğumu takip eden dönemlerde fiziksel ve ardından ruhsal ve sosyal gelişmelerden etkilenir. İnsanların çevreleriyle kurdukları ilişkiler ve etkileşim biçimleri, kişinin sosyalleşmesini ve kendi benliğini tanımasını sağlar. Tüm bu ilişki ve etkileşim biçimleri, bir kişinin olaylara ve nesnelere yönelik tutumunu, davranışını ve bakış açısını şekillendirir (Güney, 2007).

Kişiliğin Tarihçesi

Geçmişten beri insan kişiliğini ve kişilik özelliklerini anlamak için belirli tanımlar yapılmıştır. M.D.450 de Empedokles su, toprak, hava ve ateş gibi kozmik unsurlar aracılığıyla aşk-nefret ilişkisi olan kişiliği tanımlayan ilk kişi olduğu belirtilmektedir. Sümerlere ait olan Gılgamış Destanı'nda cesur, kibirli ve asi yürekli betimlemeler yapılmıştır (Thomas, 2006). Hipokrat mizaç yapılarını vücut sıvılarının renklerine ve yaklaşımına göre dört gruba ayırdı.5. yüzyıldan 17. Yüzyıla kadar genel olarak kabul edilmiştir. Melankolik kişilerde vücut sıvılarından safranın koyulaşması, safranın sararması ve asabi ve aktif asabi mizaçlı kişilerde anksiyete ve depresyon eğilimi ilişkilendirilmiştir. Aşırı soğukkanlı (soğukkanlı) mizaca sahip olanların ağır yürekli, duygusuz ve soğukkanlı, iyimser (iyimser) insanların ise ana vücut sıvısı olarak kanla temsil edilen mizaçlara sahip oldukları ve bu kişilerin iyimser oldukları belirlenmiştir (Farmer, 2002). 19. yüzyılın ortalarında kişiliğin bir bozukluk olarak değerlendirilebileceği ve bu bozuklukta karakter, yapı, mizaç ve benliğin, özellikle duygulardaki sapmanın etkisinin önemli olduğu ifade edilmiştir (Loranger, 1997).

Kişilik Kuramları

Modern psikoloji biliminde kişiliği anlamak ve anlamlandırmak için birçok teori ileri atılmıştır. Bu teorilerin farklılıklarının ve hatta bazen birbirlerine karşı gelmelerinin, kişiliğin

insanın içsel dünyasında incelenmesi gereken önemli bir özellik olduğunu ve bu inceleme sırasında keşfedilebilecek birçok zenginliği ortaya çıkardığını göstermektedir. Kişilik, bilim adamları ve psikologlar tarafından büyük bir ilgiyle incelenmiş ve karmaşık bir yapıya sahip olduğu için birçok araştırma yapılmış ve farklı görüşler öne sürülmüştür. İlgili literatür incelendiğinde birçok kişilik teorisine rastlanır. Bu kuramcılarının genel kabul görmüş kuramlarını ve bunlar birbirlerinden çeşitli ve kimi zaman birbirini doğrulayan kuramlarını aşağıdaki gibi incelemek ve özetlemek mümkün olacaktır (Dönmez, 2018).

Sigmund Freud'un kişilik kuramı.

S. Freud'un psikanalitik teorisine göre, yapılan birçok şey aslında bilinçaltı tarafından yapılır, yani bireyin fark edemediği güçler tarafından kontrol edilmesidir. Freud, kişiliği bir bütün olarak iki farklı çerçevede topografik ve yapısal bir bakış açısı olarak değerlendirdi.

Topografik olarak bilinç, zihinsel yaşamın ve kişilik sisteminin yüzey yapısını oluşturur; Üç seviyeye ayrılır: bilinçaltı, bilinç öncesi, bilinç. Bilinçaltında ilk seviye olan birçok düşünce parçası vardır ve bu düşüncelere genellikle ulaşamaz. Bilinçaltı da gönüllü olarak yaptığımız davranışların arkasındadır (Burger, 2006). İkinci seviye, bilinç öncesi seviye, bilinçaltı fikirlerle doludur, ancak gerektiğinde erişilebilecek bilgi, beceri ve anıları depolar. Üçüncü seviye olan bilinç düzeyi, normal yaşamdaki bilgi, fikir ve düşünce düzeyidir (Aşan, 2006).

Freud, yapısal görüşü başka çerçevede ele almış ve kişiliği üçlü bir yapının yönlendirdiği dinamik bir sistem olarak açıklamış. Bu sistemler kimlik (Alt Benlik), ego ve süperegodur. Bu sistemler birbirleriyle yakın etkileşim içindedir. Bu üç sistemin etkileşimi sonucunda ise davranış oluşur.

İd: Kimlik doğumda getirilen, psikolojik enerjinin depolandığı, diğer sistemler için de bir enerji kaynağı olan, kendi kendine hizmet etmeyi seven ve tamamıyla bilinçaltında yer alan bir bölgedir. Sosyal kurallara göre hava ilkesine göre hareket eder.

Ego: Dış gerçekleri kimliğin istekleriyle karşılaştırır ve onu davranışa yönlendirir. Kimlik ve ego arasındaki en büyük Ayrım, kimliğin içsel arzulara, egonunsa gerçekçi biçimde değerlendirmelere dayanmasındandır. Kendisini koruma, zevkleri erteleme ve problem çözme, gerçekleştirme işlevleri vardır.

Süperego (üst benlik): İdin isteklerini geleneksel değerlere ve sosyal görüşlere göre kontrol eden bir yargıç şeklindedir. Sergilenen bu davranış süperegoya uygun değilse vicdan

tarafından suçluluk duygusuyla cezalandırılır, uygunsa gurur duygusuyla ödüllendirilir. Süperegö, davranışı kontrol eden bir ebeveyn gibi davranır (Calvin, 1957).

Eric Berne kişilik kuramı.

Kişiliği duygusal bir bakış açısıyla değerlendiren Eric Berne;

Çocukluk- olgunlaşmamış: Her insan kısmen bir çocuktur. Çocuksu davranışlar insan yaşamında yaratıcı bir etki ve haz olarak bulunmalı ve süreklilik göstermelidir.

Olgunluk- yetkinlik: davranışlarını tavsiye ve yasaklarla düzenleyen kişilerin zihinsel yapısının ebeveyn yönünü oluşturduğunu söyler. Freud'un süper egosu için üstlendiği role eşdeğerdir.

Soy: Küçük ve büyük bir kişide bulunan kişiliğin, bir kişinin yetişkin davranışlarını yaymak için harcadığı çabaların toplamından oluşan bir parçasıdır (Eren, 2004).

Carl Jung ve Alfred Adler kişilik kuramı.

Carl Jung, içe dönük ve dışa dönük terimlerini kullanan ilk kişi olarak bilinir. Jung'un kavramları arasında en yaygın kullanılanı içe ve dışa dönüklük kavramlarıdır. İçe dönük bireyin ilgi alanları ve düşünceleri onun iç dünyasına yönlendirilir. Diğer bireylerle birlikte çok az vakit geçirir. Ayrıca dışa dönük birey her zaman başkalarıyla birlikte olmak ister ve asla yalnız kalmak istemez. Jung, etkili bir yaşamı sürdürmek için bireyin iki yönünü dengede tutması gerektiğini belirtmiştir. Buna göre kişilik sorunları dışa dönük ve içe dönüklük arasındaki dengesizlikten kaynaklanmaktadır Jung'a göre bu iki temel tür;

a) İçe dönük tip; kendi iç dünyasına dönen ve dış dünyanın etkisini reddeden, kendi içinden uyarılan alan tipidir.

b) Dışa dönük tip; İhtiyaçlarını dış dünyaya yönlendiren, dış çevreden gelen uyarılara duyarlı olan bir kişilik türüdür. Jung, kişiliğin önemli bir bölümünün bilinçdışı ve benlik tarafından açıklandığını belirtmiştir. Yine kişiliğin davranışları geçmişten etkilenen ancak geleceğe dönük yapılan davranışlardır. Adler, Jung'un bu görüşlerini tamamladı. Adler; kendini güçlü kılabilecek davranışlar göstermek insanın temel amacı olduğunu belirtmiştir. Kendini güçlü hissetmeyen bireyin toplumda ve grupta aşağılık kompleksi kazanacağını, kendini güçlü hissetmek için farklı alanlar arayacağını ve bu kompleksi telafi edeceğini savunmuştur (Eren, 2004).

Karen Horney Kişilik Kuramı (Bütüncül –Gestald).

Bu teorinin en önemli temsilcisi Karen Honey'dir. Karen Honey, Freud'un görüşüne karşı çıktı ve kötü davranışların aile ilişkilerindeki aksaklıkların yanı sıra bu öğrenme sürecini ciddi şekilde etkileyen sosyo-kültürel unsurların bir sonucu olarak ortaya çıktığını savundu. Honey'e göre davranışlar, kişinin çevresiyle ilişkilerinde geliştirdiği tepkilerin örgütlü kalıplara dönüşmesiyle oluşur. İnsan yaşamının başlangıcında oldukça sınırlı olan tepkiler, zaman içinde daha geniş ve karmaşık ilişki alanlarına doğru gelişir ve sonunda yetişkin yaşamının görünüşte karmaşık tepki kalıplarına dönüşmektedir. Dolayısıyla davranışın belirleyicileri, kişinin yaşamı boyunca geliştirdiği algılar, düşünceler, duygular, değer, yargılar, hedefler ve bunların birbirleriyle etkileşimleridir (Gençtan, 2004).

Sullivan kişilik kuramı.

Kişilik araştırmalarında kişilerarası ilişkilere öncelik veren Sullivan, çoğu kişilik teorisinde bulunan boşluğu tamamlamıştır ve davranışların oluşumunda organizma dışında olan olaylara vurgu yapmıştır. Sullivan, kişiliğin varsayımsal bir kavram olduğunu ve yalnızca ilişkileri inceleyerek anlaşılabilceğini savundu. Ona göre, inceleme birimi birey değil etkileşim ve ilişki durumudur. Sullivan, kişiliğin yapısal örgütlenmesinin içsel algıların ürünü olmadığını, ancak kişilerarası ilişkilerin bir sonucu olduğunu vurguladı (Yanbastı, 1990).

Algılama; düşünme, hatırlama, hayal kurma ve bazı ruhsal dönemlerde insan ilişkilerini kapsamaktadır. Rüyalar ise insanlar arasındaki ilişkileri yansıtır. Sullivan, kişiliğinin temel ve en önemli görevini gerilim seviyesini düşürmek ve bu niyetle çalışan bir enerji sistemi olarak görüyor. Becerilerin gelişmesiyle ve toplumun isteklerine uygun olarak, bireyin bazı fırsatlarla olan sosyal ilişkileri değişir ve gelişir. Sullivan, Freud'un savunduğu kişiliğin ana yapısını ilk beş yıl olarak gördüğü görüşüne katılmıyordu. Kişiliğin ana yapısının, her bireyin sosyo-kültürel faktörlerine ve yaşam özelliklerine özgü, yirmi yaş ve üzeri bir yaşa kadar gelişip değişebileceğini savunmuştur. Buna göre, bir kişinin sosyal yaşamının akışına ve diğer bireylerle ilişkilerine bağlı olarak yaşamın herhangi bir zamanında olumlu ve olumsuz kişilik değişikliği meydana gelebilir. Sullivan'ın görüşüne göre, bireyin normal gelişim sürecinde bebeklik döneminin haricinde herhangi bir dönem içerisine girmeden bir önceki dönemin başarı ile tamamlanmış olması gerekmektedir. Bunun nedeni, çevresel etenler nedeniyle gelişimin herhangi bir dönemde kesilmesine rağmen, bunun gelecekteki gelişmeyi olumsuz yönde etkileyebilmesidir (Yanbastı, 1990).

Skinner'in Kişilik Kuramı.

Skinner, edimsel koşullandırmanın insan davranışının her yönüne uygulanabileceğine inanıyor. Kişiliği gösteren kavramların normalde o bireyin edindiği davranışlarda edindiği davranışlarda gösterildiğini belirtti. Skinner'a göre, fobik reaksiyonlar klasik şartlandırma durumlarına uygun olarak gelişir ve insan davranışının kelime dağarcığına yerleşir. Fobik bir reaksiyon nevrotik, irrasyonel bir korku olarak bilinir ve genellikle bir olay veya nesneyle ilişkilendirilir. Fobik reaksiyon aslında klasik koşullanmaya kıyasla farklı bir şey olarak tanımlanamaz. Skinner, Freud'un insanın doğumda edindiği bir parçası olarak gördüğü saldırganlığını diğer öğrenilmiş davranışlar olarak değerlendirmiş ve saldırganlık ile diğer davranışların arasında ise herhangi bir farklılığın olmadığını ifade etmiştir (Cüceloğlu, 2000).

Eysenck'in Kişilik Kuramı.

Eysenck'in teorisi kişiliği hiyerarşik bir bakış açısıyla ele alır. Kişiliği oluşturan faktörlerin sıralanması ve belirli bir düzen içinde olması durumudur. Eysenck kişiliği dört düzeyde tanımlar. Bu seviyeler aşağıdaki gibidir:

Birinci seviye; Eysenck' in kişilik teorisinin birinci seviyesi, kişiliğin en alt seviyesidir ve çok özel tepkiler içerir. Bireyin kalıtsal özelliklere göre belirli özellikler taşımasının yanı sıra biyolojik olarak bazı tepkiler vermesi de bu seviye ile ilgilidir.

İkinci seviye; İnsanların yer aldıkları ortamlarda benimsedikleri alışkanlıklara dayalı özelliklerle ilgilidir. Bir kişinin benzer olaylara benzer tepki vermesi yine ikinci seviye ile ilgilidir. Ayrıca kişiliğin, bireysel davranışların ve yapının sürekliliği de bu düzeyde gerçekleşir.

Üçüncü seviye; Eğilimler, bir kişinin belirli davranışları kazanma aşamasında yer alır ve bu davranışlar çeşitli eğilimler arasında gelişir. Belirli kalıtsal özellikler ve alışılmış davranışlar, bireylerin eğilimlerini ortaya çıkarır ve bu eğilimlere dayalı olarak kişilik kalıpları gelişir. Bu düzeyde kişilik, bireysel denge, süreklilik, değişmezlik, doğruluk ve değişkenlik açısından farklılık gösteren özellikler sergiler.

Dördüncü seviye; Tip aşamasıdır. Bu aşamada farklı türler ortaya çıkar. Eysenck'in yaklaşımına göre, her aşamanın baskın faktörünün türün ortaya çıkışı üzerinde etkisi bulunur. Bireyin kişilik özelliğinin hangi düzeyde daha fazla etkilendiği önemlidir (Güney, 2000).

Beş Faktör Kişilik Kuramı.

İlk olarak Francis Galton'un ortaya koyduğu ‘‘temel sözcük hipotezi / fundamental lexical hypothesis’’ ile beş faktörlü kişilik özellikleri üzerine çalışmalara başlanmıştır. Temel sözcük hipotezi, insanların gösterdiği bireysel farklılıklar tüm dillerde yorumlanacağı ve kelimelere yansıtılacağı için kişilik yapısını içerecek bir sınıflandırma oluşturma çabalarına dayanmaktadır (Goldberg, 1990).

Kişilik kavramı kendi içinde birçok tanım içermesine rağmen, insanların çoğunluğunun davranış kalıplarına ve özelliklerine odaklanmaktadır (Cherry, 2019). Bunun nedeni kişilik özelliklerinin kişilerarası ilişki kalitesinin zor yaşam koşullarına uyumu, sosyal aktiviteye katılımı, mesleki başarıları, moral düzeyini ve insanların sağlık kalitesini öngören en önemli değişkenlerden biri olmasıdır (Yöyen, 2016). Kişilik özelliklerinin beş faktörlü kişilik kuramına göre bu değişkenler deneyime açıklık, sorumluluk, dışa dönüklük, uyumluluk ve duygusal dengedir (Tathioğlu, 2016).

Dışadönüklük.

Dışa dönük bireyler, topluluklara katılmayı seven, olumlu duygulara yatkın, sempatik, arkadaş canlısı, etkileyici, kendine güvenen, aktif, sosyal ve girişken bireylerdir (Bono, Boles, Judge, Lauver, & 2002). Diğer özelliklerle karşılaştırıldığında kişisel etkileşim halindedirler ve eylem düzeyleri daha yüksektir (Altıparmak, 2019). Dışa dönükler hızlı ve tempolu aktivitelere yatkındır ve çoğunlukla yüksek düzeyde uyarılmayı tercih ederler (Çetin, 2019).

Yumuşak başlılık.

İnsanlar bu boyutun olumlu ucundaysa iyimser, sınırlarının farkında, işbirlikçi, duyarlı, duygusal, olgun, mevcut koşullara uyum sağlayabilen, çözüm odaklı, diğer insanlara yardım etmeyi destekleyen, çevrelerindeki insanlara karşı duyarlı, kendilerini net ifade edebilen, özverili gibi özelliklere sahiptirler, alçakgönüllü, görüş ve tutumlarında katı olmayan, duyarlı, güvenen, nazik, anlayışlı, samimi, insanlarla birlikte olmayı seven. Bu boyutun diğer ucunda şüpheli, eleştirel, öfkeli, cimri ve düşman insanlar var. Boyutun olumsuz ucunda içerikli, saldırgan, zarara eğilimli eğilimler gösteren, huysuz, dirençli, inatçı ve şüpheli gibi özellikler vardır (Somer, Korkmaz, & Tatar 2002; Çeliköz, & Şeker, 2016; İnanç, & Yerlikaya, 2012).

Deneyime açıklık.

Kişinin entelektüel, sanat ve deneyim bakımından yaşamının genel yoğunluğu ile geniş çerçevesini yansıtır. Estetik duyarlılık, hayal gücü ve zekâ açıklığın önemli yönleri arasında

bulunur. Son derece açık bireyler çok kapsamlı ilgi alanlarına sahip olmaktadır ve yeni şeyler öğrenmekten ve denemekten zevk alırlar; açıklığı düşük olanlar daha sığ ilgi alanlarına sahiptirler. Yenilik ve çeşitlilik yerine aşinalık ve rutini tercih eder. Bunun yanında, açıklığın tanımını konusunda diğer beş ana boyuta göre fikir birliği daha azdır. Alternatif seçenek olarak bazı araştırmacılar zihin etiketini tercih etmekte ve zekanın bu boyutun yanı sıra entelektüel merak ve ilgi alanlarına da dahil edilmesi gerektiğini öne sürmektedir (Kronauer, & Liang, 2016).

Öz disiplin.

Sorumluluk üstüne alınmış kişiler genellikle sabır sahibi, dikkatli, çalışkan, özenli, becerikli, ciddi, zamanında, pratik, tasarruflu ve güvenilir şeklinde nitelendirilir (Yöyen, 2016). İçinde öz disiplin uzmanlığı bulunan bu bireyler, diğer bireylere göre daha çok güvenilirlik, sebat, sorumluluk, dikkatli olma, dürüstlük gibi niteliklere sahiptir (Acartürk, 2016). Özetle sorumluluk özelliği örgütlenebilme, hedefe yönelik plan ve uygulamalar yapabilme becerisini temsil etmektedir (Altıparmak, 2019).

Duygusal Denge.

Duygusal olarak dengeli, duygu ve düşüncenin kontrollü, nesnel, mantıklı, kıskanç olmayan, sakin, dengeli mizaçlı, tatmin olmuş, güvenilir, onurlu, talepkar olmayan, barışçıl niteliklerini tanımlar (Yöyen, 2016). Bu kişiler genellikle duygusal çatışmalarını içsel yollarla mantık çerçevesinde ifade ederler (Tatlıoğlu, 2013). Duygusal denge, bireyin genel ruh halini tanımlar. Duygusal denge boyutu yüksek kişilerin stresli durumlarda rahat, özgüvenli olma ve sakinliğini koruma eğiliminde oldukları belirtilmektedir (Altıparmak, 2019).

Kişilik ve Spor İlişkisi

Kişilik, bireylerin duygularını, düşüncelerini ve tutumlarını etkileyen özelliklerin öznel durumu olarak tanımlanmaktadır. İç çevre ve dış çevrenin etkisiyle meydana gelen güdülerden sürekli etkilenen kişilik, bireyin tüm biyolojik, psikolojik, genetik ve kazanılmış becerilerini, motivasyonlarını, duyularını, istek ve taleplerini, kazanılmış alışkanlıklarını ve diğer tüm hal ve hareketlerini kapsar. Kısacası kişinin doğuştan edindiği genetik faktörleri ve kişiliğin oluşumunda rol aldığı çevresel etkileri tek çatı altında toplamak mümkündür. Bu çevrenin etkisi göz önüne alındığında, belirli sınırlar içinde yaşayan toplumun, bireyin bireye yönelik nitelikleri dışında, belirli bir düzeyde tüm bireylerde bulunan bir takım ortak nitelikleri yansıttığı söylenebilir (Tınar, 1999).

Spor psikolojisi alanındaki hızlı ilerlemenin bir sonucu olarak, spor ve kişilik özelliklerinin ilişkisini araştıran çalışmalar artmıştır. 1960'lı yıllardan beri yapılan çeşitli araştırmalar, spor yapmayan bireylerle karşılaştırıldığında spor yapanların farklı kişilik özelliklerine sahip olduklarını ortaya koymuştur. Bu çalışmalarda, spor yapan bireylerin genellikle daha özerk, nesnel ve az kaygılı olduğu belirlenmiştir (Tiryaki, 2000). Spor psikologları bir sporcuda bulunması gereken kişilik özellikleri olarak, bir dizi ortak özellik üzerinde hemfikirdir. Bunlar;

- a) Düzenli antrenman yapmak ve fedakrlıklar göstermek en temel zorunluluktur.
- b) Sporcular, her engele (seyirciler, hava koşulları, yarışmacılar, hakemler vb.) karşı hedefledikleri performansını gerçekleştirebilmek için psikolojik ve fiziksel kapasitelerini tamamen zorlamak zorundadır.
- c) Sporun insan üzerindeki etkisi fiziksel ve aynı zamanda manevidir. Bahsedilen etkiler yarışma esnasında ve antrenmanlarda farklılık gösterebilir.
- d) Sporcular üzerinde toplum baskısı bulunmakta.
- e) Sporcu kendi yapısına karşı düşman olan bir ortamdadır. Tüm unsurlar özel bir kişilik gerektirir ve sporcunun kişilik yapısında bazı olumlu veya olumsuz değişikliklere neden olabilir (Korkut, 2013).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Materyal ve Yöntem

Bu bölümde, TBBDİF çatısı altında lisansı olarak yarışan Bocce ve Dart Sporcularının Kişilik Özelliklerinin ve İmgeleme Düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada kullanılan model, çalışma grubu, veri toplama yöntemleri ve analizleri açıklanmıştır.

Araştırma Modeli

TBBDİF çatısı altında lisansı olarak yarışan bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerinin ve imgeleme düzeylerinin belirli demografik bilgilere göre incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu amaç doğrultusunda araştırmada nicel araştırma, genel tarama modellerinden olan ilişkisel tarama modelinden faydalanılmıştır.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Türkiye’de yarışan bocce ve dart sporcuları oluşturmaktadır. Bu araştırmada kolayda örneklem yöntemi kullanılarak, 2021-2022 sezonunda TBBDİF’nin bocce ve dart müsabakalarında büyükler kategorisinde lisanslı olarak yarışmış olan 189 bocce sporcusu ve 130 dart sporcusu olmak üzere toplamda 319 sporcu oluşturmaktadır.

Tablo 1. Katılımcı Bilgilerine İlişkin Yüzde ve Frekanslar

Değişkenler	Grup	n	%
Cinsiyet	Kadın	165	51,7
	Erkek	154	48,3
Kişisel Gelir Düzeyi	Düşük	123	38,6
	Orta	172	53,9
	Yüksek	24	7,5
Aile Gelir Düzeyi	Düşük	23	7,2
	Orta	248	77,7
	Yüksek	48	15,0
Eğitim Durumu	Ortaokul	23	7,2
	Lise	164	51,4
	Lisans	112	35,1
	Lisansüstü	20	6,3
Anne Eğitim Durumu	Ortaokul	194	60,8
	Lise	83	26,0

	Lisans	31	9,8
	Lisansüstü	11	3,4
Baba Eğitim Durumu	Ortaokul	168	52,7
	Lise	89	27,9
	Lisans	44	13,8
	Lisansüstü	18	5,6
Spor Branşı	Bocce	189	59,2
	Dart	130	40,8
Milli Sporcu musunuz?	Evet	106	33,2
	Hayır	213	66,8
Ailenizde Lisanslı Olarak Spor Yapan Var Mı?	Evet	138	43,3
	Hayır	181	56,7
Toplam		319	100

Tablo 1 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre 165' i kadın (%51,7), 154'ü erkek (%48,3) katılımcı olduğu tespit edilmiştir. Kişisel gelir düzeyi değişkenine göre incelendiğinde katılımcıların 123'ü düşük (%38,6), 172'si orta (%53,9), 24'ü yüksek (%7,5) gelirli katılımcılar olduğu tespit edilmiştir. Aile gelir düzeyi değişkenine göre incelendiğinde 23'ünün düşük (%7,2), 248'inin orta (%77,7), 48'inin yüksek (%15,0) gelirli ailelere sahip katılımcılar olduğu tespit edilmiştir. Eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde 23'ü ortaokul (%7,2), 164'ü lise (%51,4), 112'si lisans (%35,1), 20'si lisansüstü eğitim görmüş katılımcılar olduğu tespit edilmiştir. Anne eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde 194'ünün ortaokul (%60,8), 83'ünün lise (%26,0), 31'inin lisans (%9,8) ve 11'inin lisansüstü (%3,4) eğitim durumuna sahip katılımcılardan olduğu tespit edilmiştir. Baba eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde 168'inin ortaokul (%52,7), 89'unun lise (%27,9), 44'ünün lisans (%13,8) ve 18'inin lisansüstü (%5,6) eğitim durumuna sahip katılımcılardan olduğu tespit edilmiştir. Spor branşı değişkenine göre incelendiğinde 189 sporcunun Bocce (%59,2), 130 sporcunun Dart (%40,8) branşı ile ilgilenen katılımcılar olduğu tespit edilmiştir. Milli sporculuk değişkenine göre incelendiğinde 106 (%33,2) katılımcının milli sporcu olduğu, 213 (%66,8) katılımcının sadece lisanslı sporcu olduğu tespit edilmiştir. Ailede lisanslı olarak spor yapan var mı? Sorusuna 138 (%43,3) katılımcı evet, 181 (%56,7) katılımcı ise hayır yanıtını verdiği tespit edilmiştir.

Veri Toplama Aracı

Çalışma grubunda yer alan katılımcılara araştırmanın amaçlarına uygun olarak hazırlanmış olan anket formu gönüllülük esasına dayanarak basılı olarak uygulanmıştır. Veri toplama araçlarının uygulanması aşamasında katılımcılara gerekli olan açıklamalar yapılmış ve

buna bağı olarak katılımcıların anket formunu doğru bir şekilde cevaplandırmaları sağlanmıştır. Anket formu üç bölümden oluşmaktadır. Araştırmada kullanılacak verilerin toplanması amacı ile katılımcılar için hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”, Kişilik özelliklerini belirlemek için John, Donahue ve Kentle (1991) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması Evinç (2004) tarafından yapılan “Beş Faktör Kişilik Envanteri” Hall, Mack, Paivio ve Hausenblas (1998) tarafından geliştirilen ve Kızıldağ ile Tiryaki (2012) tarafından Türk sporcuları üzerine uyarlaması yapılan “Sporda İmgeleme Envanteri – SİE soruları yöneltilmiştir.

Kişisel bilgi formu.

Araştırma grubunun kişisel verilerinin belirlenmesi amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan ‘Kişisel Bilgi Formu’ 11 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeler ‘yaş’, ‘cinsiyet’, ‘spor yaşı’, ‘kişisel gelir düzeyiniz’, ‘aile gelir düzeyiniz’, ‘eğitim durumunuz’, ‘annenizin eğitim durumu’, ‘babanızın eğitim durumu’ ‘spor branşı’, ‘milli sporcu musunuz?’, ‘ailede lisanslı olarak spor yapan birileri var mı?’ şeklinde sıralanmaktadır.

Beş faktör kişilik envanteri.

Dart ve Bocce sporcularının kişilik özelliklerini belirlemek için John, Donahue ve Kentle (1991) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması Evinç (2004) tarafından yapılan “Beş Faktör Kişilik Envanteri” kullanılmıştır. 5’li likert tipinde ve 44 maddeden oluşan envanter kişiliğin 5 büyük özelliği olan “dışa dönüklük (DD1)”, “duygusal denge (DD2)”, “deneyime açıklık (DA)”, “yumuşak başlılık (YB)” ve “öz disiplin (ÖD)” alt boyutlarını içermektedir. Evinç’in (2004) yapmış olduğu güvenilirlik analizi neticesinde ölçme aracının Alpha (α) katsayıları sırası ile “Dışa dönüklük” alt boyutu için .88, “Duygusal denge” alt boyutu için .84, “Deneyime açıklık” alt boyutu için .81, “Yumuşak başlılık” için .79, “Öz disiplin” alt boyutu için .82, olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada elde edilen Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı tablo 2 de belirtilmiştir. Bu çalışmanın güvenilirlik analiz sonuçlarında ölçme aracının Alpha (α) katsayıları sırası ile “Dışa dönüklük” alt boyutu için .0,61, “Duygusal denge” alt boyutu için .0,43, “Deneyime açıklık” alt boyutu için .0,76, “Yumuşak başlılık” için .0,42, “Öz disiplin” alt boyutu için .0,56, Beş Faktör Kişilik Envanteri Genel Cronbach’s Alpha değeri ise .0,87 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 2. *Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Tanımlayıcı İstatistikleri*

Değişkenler	n	x	Medyan	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Dışadönüklük	319	3,503	3,625	0,671	0,718	0,526

Duygusal Denge	319	3,038	3	0,595	0,378	0,372
Deneyime Açıklık	319	3,596	3,7	0,691	-0,308	-0,255
Yumuşak Başlılık	319	3,259	3,222	0,532	-0,185	0,815
Öz Disiplin	319	3,379	3,444	0,593	-0,305	0,565

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların BFKE alt boyutlarından DD1 alt boyutunun puan ortalaması 3,503 ve standart sapması 0,671; DD2 alt boyutunun puan ortalaması 3,038 ve standart sapması 0,595; DA alt boyutunun puan ortalaması 3,596 ve standart sapması 0,691; YB alt boyutunun puan ortalaması 3,259 ve standart sapması 0,532; ÖD alt boyutunun puan ortalaması 3,379 ve standart sapması 0,593 olduğu tespit edilmiştir. Buna ek olarak çarpıklık ve basıklık değerleri bu ölçek boyutları çerçevesinde normal dağılım sergiledikleri kabul edilmiştir (George, & Mallery, 2010; Tabachnick, & Fidell, 2013).

Sporda imgeleme envanteri (SİE).

Dart ve bocce sporcularının imgeleme düzeylerini belirlemek adına Hall, Mack, Paivio ve Hausenblas'ın (1998) geliştirmiş olduğu "Sporda İmgeleme Envanteri" ölçeğinin Türkçe güvenilirlik-geçerlik çalışmalarını Kızıldağ ve Tiryaki (2012) gerçekleştirmiştir. İmgeleme envanteri toplamda 4 alt boyuttan ve 21 maddeden ibarettir. Bu alt boyutlar ise; "Bilişsel İmgeleme (Bİ)", "Motivasyonel Özel İmgeleme (MÖİ)", "Motivasyonel Genel-Uyarılmışlık (MGU1)" ve "Motivasyonel Genel-Ustalık (MGU2)". Yapılan bu güvenilirlik analizinin neticesinde elde edilen değerlere göre ölçme aracının Alpha katsayıları sırasıyla; "Bilişsel İmgeleme" alt boyutu için .81, "Motivasyonel Özel" alt boyutu için .80, "Motivasyonel Genel Uyarılmışlık" alt boyutu için .71 ve "Motivasyonel Genel Ustalık" alt boyutu için .59 olarak hesaplanmıştır. "SİE" genel Cronbach Alpha değeri ise .86 olarak değerlendirilmiştir. Bu araştırma neticesinde elde edilen Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı sonuçlarında ölçme aracının Alpha (α) katsayıları sırası ile "Bilişsel İmgeleme" alt boyutu için .0,90, "Motivasyonel Özel" alt boyutu için .0,87, "Motivasyonel Genel Uyarılmışlık" alt boyutu için .0,80, ve de "Motivasyonel Genel Ustalık" alt boyutu için .0,83, olarak tespit edilmiştir, SİE genel Cronbach Alpha değeri ise .0,94 olarak bulunmuştur.

Tablo 3. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Tanımlayıcı İstatistikleri

Değişkenler	n	x	Medyan	ss	Çarpıklık	Basıklık
Sporda İmgeleme Envanterinin Alt Boyutları (Genel)	319	5,12	5,333	1,192	-0,736	0,301
Bilişsel İmgeleme	319	5,252	5,444	1,246	-0,773	0,391
Motivasyonel Özel	319	5,169	5,4	1,531	-0,715	-0,187
Motivasyonel Genel-Uyarılmışlık	319	4,61	4,75	1,49	-0,331	-0,608
Motivasyonel Genel Uсталık	319	5,318	5,666	1,531	-0,935	0,249

Tablo 3’de bulunan veriler incelendiğinde katılımcıların spor imgeleme genel boyutunun puan ortalaması 5,1200 ve standart sapması 1.192; Bİ alt boyutunun puan ortalaması 5.252 ve standart sapması 1,246; Öİ alt boyutunun puan ortalaması 5,169 ve standart sapması 1,531; MGU1 alt boyutunun puan ortalaması 4,610 ve standart sapması 1,490; MGU2 alt boyutunun puan ortalaması 5,318 ve standart sapması 1,531 olarak tespit edilmiştir. Bu verilerin yanı sıra çarpıklık-basıklık değerleri doğrultusunda bu ölçek alt boyutlarının normal dağılım gösterdikleri ilgili kaynaklara dayanarak kabul edilebilmektedir (Tabachnick, & Fidell, 2013).

Verilerin Toplanması

Çalışma için kullanılacak olan ölçekler uygulanmadan önce, katılımcılara çalışmanın gönüllülük esasına dayandığı bilgisi verilmiştir. Bu çalışmada lisanslı olarak yarışan bocce ve dart sporcularının kişilik özelliklerini ve imgeleme düzeylerinin yaşları, cinsiyetleri, spor yaşları, kişisel gelir düzeyleri, aile gelir düzeyleri, eğitim durumları, anne ve babalarının eğitim durumları, spor branşları, milli sporcu olup olmadıkları, ailelerinde lisanslı olarak spor yapan birilerinin olup olmadığı gibi değişkenlere göre incelenmiştir.

Verilerin Analizi

Bocce ve dart sporcularından elde edilen tüm veriler, SPSS 26.0 analiz programı kullanılarak analizleri yapıp istatistiksel olarak değerlendirilmiştir. Oluşturulan anket formuyla elde edilen veriler ilk olarak veri türü dikkate alınarak tanımlayıcı istatistikleri hesaplanmıştır. Verilerin analizinde Pearson kolerasyon analizi, ANOVA (tek yönlü varyans

analizi), bağımsız gruplar t-testi ve varyans analizinde farklılaşmaları belirlemek için Tukey testi yapılarak çalışmanın bulgularına ulaşılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Bulgular

Tablo 4. Yaş ve Spor Yaşı Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Boyut	n	x	Medyan	Ss	Min.	Maks.	Çarpıklık	Basıklık
Yaş	319	21,9342	19,0000	6,396	18,00	56,00	2,533	6,988
Spor Yaşı	318	8,0535	7,0000	5,962	1,00	37,00	1,526	3,612

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların yaş değişkenine göre ortalaması 21,9342 standart sapması 6,396; spor yaşı değişkenine göre ortalaması 8,0535 standart sapması 5,962 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 5. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	Sd	t	p
Dışadönüklük	Kadın	165	3,613	0,595	295,895	3,061	0,002*
	Erkek	154	3,384	0,728			
Duygusal Denge	Kadın	165	3,076	0,606	317,000	1,183	0,238
	Erkek	154	2,997	0,583			
Deneyime Açıklık	Kadın	165	3,711	0,664	317,000	3,124	0,002*
	Erkek	154	3,472	0,700			
Yumuşak Başlılık	Kadın	165	3,345	0,500	317,000	3,036	0,003*
	Erkek	154	3,166	0,551			
Öz Disiplin	Kadın	165	3,482	0,539	302,204	3,266	0,001*
	Erkek	154	3,267	0,629			

* $p < 0,05$

Tablo 5 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre katılımcıların beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DA, YB ve ÖD alt boyutları arasında kadınlar lehine istatistiksel açıdan anlamlı farklılıkların olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Diğer bir ifadeyle kadınların DD1, DA, YB ve ÖD düzeyleri erkeklerin düzeylerinden daha yüksektir. Ancak cinsiyet değişkenine göre DD2 alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0,05$).

Tablo 6. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	Sd	t	p
Genel	Kadın	165	5,335	1,078	317,000	3,388	0,001*
	Erkek	154	4,889	1,267			
Bilişsel İmgeleme	Kadın	165	5,393	1,132	317,000	2,093	0,037*
	Erkek	154	5,102	1,345			
Motivasyonel Özel	Kadın	165	5,395	1,396	301,846	2,740	0,007*
	Erkek	154	4,927	1,633			
Motivasyonel Genel- Uyarılmışlık	Kadın	165	4,974	1,369	317,000	4,657	0,000*
	Erkek	154	4,220	1,519			
Motivasyonel Genel Ustalık	Kadın	165	5,541	1,342	292,422	2,695	0,007*
	Erkek	154	5,080	1,682			

* $p < 0,05$

Tablo 6 incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenine göre sporda imgeleme boyutlarından genel, Bİ, MÖİ, MGU1 ve MGU2 düzeyleri arasında kadınlar lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Diğer bir ifadeyle kadınların genel, Bİ, MÖİ, MGU1 ve MGU2 düzeyleri erkeklerin düzeylerinden yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 7. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Spor Branşı Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	Sd	t	p
Dışadönüklük	Bocce	189	3,539	0,629	250,109	1,120	0,264
	Dart	130	3,450	0,728			
Duygusal Denge	Bocce	189	3,062	0,564	317,000	0,859	0,391
	Dart	130	3,003	0,638			
Deneyime Açıklık	Bocce	189	3,626	0,656	255,486	0,921	0,358
	Dart	130	3,552	0,739			
Yumuşak Başlılık	Bocce	189	3,309	0,481	239,093	1,983	0,048*
	Dart	130	3,185	0,592			
Öz Disiplin	Bocce	189	3,406	0,549	245,199	0,958	0,339
	Dart	130	3,339	0,653			

* $p < 0,05$

Tablo 7 incelendiğinde spor branşı değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DD2, DA ve ÖD alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir

farklılık tespit edilmemişti ($p>0,05$). Ancak YB alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 8. *Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Spor Branşı Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları*

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	Sd	t	p
Genel	Bocce	189	5,280	1,035	227,581	2,790	0,006*
	Dart	130	4,886	1,359			
Bilişsel İmgeleme	Bocce	189	5,449	1,106	236,343	3,312	0,001*
	Dart	130	4,967	1,381			
Motivasyonel Özel	Bocce	189	5,307	1,401	242,856	1,893	0,060
	Dart	130	4,967	1,687			
Motivasyonel Genel-Uyarılmışlık	Bocce	189	4,644	1,426	317,000	0,486	0,627
	Dart	130	4,561	1,582			
Motivasyonel Genel Ustalık	Bocce	189	5,576	1,318	227,188	3,520	0,001*
	Dart	130	4,943	1,734			

*** $p<0,05$**

Tablo 8 incelendiğinde spor branşı değişkenine göre sporda imgeleme boyutlarından genel, Bİ ve MGU2 alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ancak MÖİ ve MGU1 boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 9. *Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Milli Sporculuk Durumu Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları*

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	Sd	t	p
Dışadönüklük	Evet	106	3,482	0,684	317,000	-0,390	0,697
	Hayır	213	3,513	0,667			
Duygusal Denge	Evet	106	2,978	0,576	317,000	-1,205	0,229
	Hayır	213	3,063	0,602			
Deneyime Açıklık	Evet	106	3,571	0,673	317,000	-0,453	0,651
	Hayır	213	3,608	0,702			
Yumuşak Başlılık	Evet	106	3,214	0,473	240,917	-1,105	0,270
	Hayır	213	3,281	0,560			
Öz Disiplin	Evet	106	3,380	0,570	317,000	0,053	0,957
	Hayır	213	3,377	0,607			

*** $p>0,05$**

Tablo 9 incelendiğinde milli sporculuk durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DD2, DA, YB ve ÖD alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 10. *Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Milli Sporculuk Durumu Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları*

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	Sd	t	p
Genel	Evet	106	5,351	1,060	317,000	2,482	0,014*
	Hayır	213	5,000	1,238			
Bilişsel İmgeleme	Evet	106	5,546	1,150	317,000	3,011	0,003*
	Hayır	213	5,103	1,269			
Motivasyonel Özel	Evet	106	5,417	1,421	317,000	2,045	0,042*
	Hayır	213	5,045	1,574			
Motivasyonel Genel-Uyarılmışlık	Evet	106	4,602	1,461	317,000	-0,018	0,985
	Hayır	213	4,605	1,505			
Motivasyonel Genel Ustalık	Evet	106	5,653	1,321	245,813	3,004	0,003*
	Hayır	213	5,145	1,600			

* $p<0,05$

Tablo 10 incelendiğinde milli sporculuk durumu değişkenine göre sporda imgeleme boyutlarından genel, Bİ, MÖİ ve MGU2 boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ancak MGU1 boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 11. *Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Ailedeki Lisanslı Sporculuk Durumu Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları*

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	Sd	t	p
Dışadönüklük	Evet	138	3,567	0,681	317,000	1,534	0,126
	Hayır	181	3,450	0,663			
Duygusal Denge	Evet	138	3,017	0,633	317,000	-	0,641
	Hayır	181	3,049	0,565			
Deneyime Açıklık	Evet	138	3,682	0,708	317,000	1,980	0,049*
	Hayır	181	3,527	0,673			
Yumuşak Başlılık	Evet	138	3,293	0,508	317,000	1,042	0,298
	Hayır	181	3,230	0,551			
Öz Disiplin	Evet	138	3,397	0,617	317,000	0,500	0,617
	Hayır	181	3,364	0,579			

* $p<0,05$

Tablo 11 incelendiğinde ailenizde lisanslı olarak spor yapan var mı? değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DD2, YB ve ÖD alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Ancak DA alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 12. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Ailedeki Lisanslı Sporculuk Durumu Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	Sd	t	p
Genel	Evet	138	5,283	1,199	317,000	2,134	0,034*
	Hayır	181	4,995	1,181			
Bilişsel İmgeleme	Evet	138	5,446	1,241	317,000	2,444	0,015*
	Hayır	181	5,102	1,236			
Motivasyonel Özel	Evet	138	5,391	1,503	317,000	2,266	0,024*
	Hayır	181	4,998	1,541			
Motivasyonel Genel- Uyarılmışlık	Evet	138	4,628	1,544	317,000	0,132	0,895
	Hayır	181	4,606	1,452			
Motivasyonel Genel Ustalık	Evet	138	5,487	1,534	317,000	1,738	0,083
	Hayır	181	5,186	1,525			

* $p<0,05$

Tablo 12 incelendiğinde sporda imgeleme envanteri boyutlarının ailedeki lisanslı sporculuk durumu değişkenine göre t-testi sonuçları incelendiğinde ailenizde lisanslı olarak spor yapan var mı? değişkenine göre sporda imgeleme boyutlarından genel, Bİ ve MÖİ boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ancak MGU1 ve MGU2 boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 13. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Kişisel Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	f	p	Tukey
Dışadönüklük	Düşük	123	3,519	0,656	0,374	0,688	-
	Orta	172	3,507	0,665			
	Yüksek	24	3,390	0,801			
Duygusal Denge	Düşük	123	3,080	0,550	0,494	0,611	-
	Orta	172	3,011	0,624			
	Yüksek	24	3,015	0,623			
Deneyime Açıklık	Düşük	123	3,572	0,646	0,574	0,564	-

	Orta	172	3,593	0,718			
	Yüksek	24	3,737	0,726			
	Düşük	123	3,292	0,438			
Yumuşak Başlılık	Orta	172	3,243	0,580	0,469	0,626	-
	Yüksek	24	3,199	0,617			
	Düşük	123	3,463	0,547			
Öz Disiplin	Orta	172	3,333	0,618	2,149	0,118	-
	Yüksek	24	3,273	0,610			

***p>0,05**

Tablo 13 incelendiğinde katılımcıları kişisel gelir düzeyi değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DD2, DA, YB ve ÖD düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05).

Tablo 14. *Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Kişisel Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları*

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	f	p	Tukey
Genel	Düşük	123	5,200	1,005			
	Orta	172	5,065	1,308	0,468	0,627	-
	Yüksek	24	5,099	1,230			
Bilişsel İmgeleme	Düşük	123	5,322	1,082			
	Orta	172	5,216	1,328	0,334	0,716	-
	Yüksek	24	5,157	1,444			
Motivasyonel Özel	Düşük	123	5,325	1,331			
	Orta	172	5,062	1,653	1,061	0,347	-
	Yüksek	24	5,133	1,575			
Motivasyonel Genel-Uyarılmışlık	Düşük	123	4,652	1,422			
	Orta	172	4,577	1,552	0,095	0,909	-
	Yüksek	24	4,635	1,425			
Motivasyonel Genel Ustalık	Düşük	123	5,360	1,511			
	Orta	172	5,265	1,602	0,292	0,747	-
	Yüksek	24	5,486	1,072			

***p<0,05**

Tablo 14 Sporda imgeleme envanteri boyutlarının kişisel gelir düzeyi değişkenine göre ANOVA sonuçları incelendiğinde katılımcıların kişisel gelir düzeyi değişkenine göre sporda imgeleme envanteri boyutlarından genel, Bİ, MÖİ, MGU1 ve MGU2 düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05).

Tablo 15. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	f	p	Tukey
Dışadönüklük	Düşük	23	3,576	0,574	0,559	0,572	-
	Orta	248	3,513	0,669			
	Yüksek	48	3,416	0,728			
Duygusal Denge	Düşük	23	2,978	0,485	0,705	0,495	-
	Orta	248	3,059	0,606			
	Yüksek	48	2,958	0,588			
Deneyime Açıklık	Düşük	23	3,434	0,564	1,489	0,227	-
	Orta	248	3,586	0,698			
	Yüksek	48	3,725	0,703			
Yumuşak Başlılık	Düşük	23	3,207	0,510	0,884	0,414	-
	Orta	248	3,280	0,532			
	Yüksek	48	3,175	0,544			
Öz Disiplin	Düşük	23	3,381	0,416	0,106	0,900	-
	Orta	248	3,385	0,612			
	Yüksek	48	3,342	0,572			

* $p>0,05$

Tablo 15 incelendiğinde katılımcıların aile gelir düzeyi değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DD2, DA, YB ve ÖD düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 16. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	f	p	Tukey
Genel	Düşük	23	5,140	0,930	0,154	0,857	-
	Orta	248	5,135	1,181			
	Yüksek	48	5,031	1,367			
Bilişsel İmgeleme	Düşük	23	5,270	1,035	0,709	0,493	-
	Orta	248	5,289	1,227			
	Yüksek	48	5,055	1,429			
Motivasyonel Özel	Düşük	23	5,513	1,118	0,624	0,536	-

	Orta	248	5,144	1,555			
	Yüksek	48	5,133	1,582			
Motivasyonel Genel-Uyarılmışlık	Düşük	23	4,336	1,683			
	Orta	248	4,617	1,486	0,482	0,618	-
	Yüksek	48	4,703	1,428			
Motivasyonel Genel Uсталık	Düşük	23	5,202	1,526			
	Orta	248	5,346	1,520	0,189	0,828	-
	Yüksek	48	5,229	1,612			

***p>0,05**

Tablo 16 incelendiğinde aile gelir düzeyi değişkenine göre sporda imgeleme envanterinin alt boyutlarından genel, Bİ, MÖİ, MGU1 ve MGU2 alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 17. *Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları*

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	f	p	Tukey
Dışadönüklük	Ortaokul	23	3,614	0,649			
	Lise	164	3,478	0,682			
	Lisans	112	3,513	0,667	0,292	0,831	-
	Lisansüstü	20	3,518	0,663			
Duygusal Denge	Ortaokul	23	2,864	0,571			
	Lise	164	3,095	0,594			
	Lisans	112	2,981	0,597	1,566	0,198	-
	Lisansüstü	20	3,093	0,597			
Deneyime Açıklık	Ortaokul	23	3,673	0,620			
	Lise	164	3,554	0,714			
	Lisans	112	3,603	0,696	0,939	0,422	-
	Lisansüstü	20	3,810	0,522			
Yumuşak Başlılık	Ortaokul	23	3,091	0,617			
	Lise	164	3,256	0,529			
	Lisans	112	3,297	0,514	0,953	0,415	-
	Lisansüstü	20	3,255	0,551			
Öz Disiplin	Ortaokul	23	3,299	0,593			
	Lise	164	3,363	0,615			
	Lisans	112	3,407	0,584	0,314	0,815	-
	Lisansüstü	20	3,433	0,478			

***p>0,05**

Tablo 17 incelendiğinde katılımcıların eğitim durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DD2, DA, YB ve ÖD düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 18. *Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları*

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	ss	f	p	Tukey
Genel	Ortaokul	23	4,755	1,102	3,908	0,009*	Lise>Lisans
	Lise	164	4,964	1,284			
	Lisans	112	5,351	1,047			
	Lisansüstü	20	5,519	0,979			
Bilişsel İmgeleme	Ortaokul	23	4,980	1,228	5,483	0,001*	Lise>Lisans
	Lise	164	5,029	1,327			
	Lisans	112	5,545	1,058			
	Lisansüstü	20	5,755	1,140			
Motivasyonel Özel	Ortaokul	23	4,739	1,651	2,525	0,058	-
	Lise	164	5,017	1,615			
	Lisans	112	5,451	1,395			
	Lisansüstü	20	5,330	1,184			
Motivasyonel Genel-Uyarılmışlık	Ortaokul	23	4,065	1,595	1,756	0,155	-
	Lise	164	4,589	1,530			
	Lisans	112	4,669	1,420			
	Lisansüstü	20	5,075	1,308			
Motivasyonel Genel Uсталık	Ortaokul	23	5,029	1,825	1,788	0,149	-
	Lise	164	5,178	1,595			
	Lisans	112	5,511	1,400			
	Lisansüstü	20	5,716	1,200			

* $p<0,05$

Tablo 18 incelendiğinde eğitim durumu değişkenine göre katılımcıların SİE'nin boyutlarından genel boyutunda lisans ve lise arasında fark olup bu farkın lisans lehine olduğu istatistik olarak tespit edilmiştir ($p<0,05$). BÖİ alt boyutunda ise lisans ve lise arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olup bu farkın lisans lehine olduğu tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 19. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	F	p	Tukey
Dışadönüklük	Ortaokul	194	3,521	0,651	1,764	0,154	-
	Lise	83	3,447	0,658			
	Lisans	31	3,399	0,768			
	Lisansüstü	11	3,897	0,759			
Duygusal Denge	Ortaokul	194	3,009	0,602	0,689	0,559	-
	Lise	83	3,093	0,601			
	Lisans	31	3,012	0,528			
	Lisansüstü	11	3,204	0,638			
Deneyime Açıklık	Ortaokul	194	3,568	0,714	0,343	0,795	-
	Lise	83	3,654	0,684			
	Lisans	31	3,587	0,597			
	Lisansüstü	11	3,672	0,623			
Yumuşak Başlılık	Ortaokul	194	3,311	0,518	2,178	0,091	-
	Lise	83	3,153	0,555			
	Lisans	31	3,172	0,434			
	Lisansüstü	11	3,373	0,734			
Öz Disiplin	Ortaokul	194	3,418	0,586	0,992	0,397	-
	Lise	83	3,286	0,571			
	Lisans	31	3,362	0,645			
	Lisansüstü	11	3,434	0,741			

* $p>0,05$

Tablo 19 incelendiğinde anne eğitim durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DD2, DA, YB ve ÖD alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 20. Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	f	p	Tukey
Genel	Ortaokul	194	5,197	1,151	1,159	0,326	-
	Lise	83	5,082	1,311			
	Lisans	31	4,784	1,150			
	Lisansüstü	11	4,991	1,032			
Bilişsel İmgeleme	Ortaokul	194	5,332	1,201	0,991	0,397	-

	Lise	83	5,195	1,428			
	Lisans	31	5,060	0,979			
	Lisansüstü	11	4,828	1,217			
	Ortaokul	194	5,301	1,443			
Motivasyonel Özel	Lise	83	5,125	1,633	2,617	0,050*	Ortaokul>Lisans
	Lisans	31	4,483	1,747			
	Lisansüstü	11	5,109	1,224			
	Ortaokul	194	4,599	1,506			
Motivasyonel Genel- Uyarılmışlık	Lise	83	4,644	1,427	0,153	0,927	-
	Lisans	31	4,508	1,744			
	Lisansüstü	11	4,840	0,923			
	Ortaokul	194	5,415	1,475			
Motivasyonel Genel Ustalık	Lise	83	5,253	1,622	1,421	0,237	-
	Lisans	31	4,828	1,699			
	Lisansüstü	11	5,484	1,138			

* $p<0,05$

Tablo 20 incelendiğinde annenin eğitim durumuna göre SİE boyutlarından MÖİ alt boyutunda ortaokulla-lisans arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ve bu farkın ortaokul lehine olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ancak diğer boyutlarda arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 21. Beş Faktör Kişilik Envanteri Alt Boyutlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	f	p	Tukey
Dışadönüklük	Ortaokul	168	3,526	0,683	0,285	0,836	-
	Lise	89	3,450	0,641			
	Lisans	44	3,497	0,667			
	Lisansüstü	18	3,555	0,752			
Duygusal Denge	Ortaokul	168	3,032	0,624	0,364	0,779	-
	Lise	89	3,023	0,574			
	Lisans	44	3,031	0,510			
	Lisansüstü	18	3,180	0,647			
Deneyime Açıklık	Ortaokul	168	3,566	0,717	1,227	0,300	-
	Lise	89	3,585	0,696			
	Lisans	44	3,775	0,601			
	Lisansüstü	18	3,494	0,603			

Yumuşak Başlılık	Ortaokul	168	3,279	0,552	0,893	0,445	-
	Lise	89	3,229	0,487			
	Lisans	44	3,310	0,443			
	Lisansüstü	18	3,092	0,729			
Öz Disiplin	Ortaokul	168	3,388	0,600	1,009	0,389	-
	Lise	89	3,332	0,586			
	Lisans	44	3,489	0,576			
	Lisansüstü	18	3,246	0,600			

***p>0,05**

Tablo 21 incelendiğinde babanın eğitim durumuna göre katılımcıların beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DD2, DA, YB ve ÖD alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05).

Tablo 22. *Sporda İmgeleme Envanteri Boyutlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları*

Alt Boyutlar	Gruplar	n	x	Ss	f	p	Tukey
Genel	Ortaokul	168	5,227	1,116	1,434	0,233	-
	Lise	89	4,985	1,183			
	Lisans	44	5,133	1,505			
	Lisansüstü	18	4,746	0,998			
Bilişsel İmgeleme	Ortaokul	168	5,360	1,189	3,117	0,026*	Ortaokul>Lisansüstü
	Lise	89	5,103	1,236			
	Lisans	44	5,431	1,414			
	Lisansüstü	18	4,549	1,162			
Motivasyonel Özel	Ortaokul	168	5,360	1,419	1,916	0,127	-
	Lise	89	4,941	1,491			
	Lisans	44	5,022	2,031			
	Lisansüstü	18	4,866	1,151			
Motivasyonel Genel- Uyarılmışlık	Ortaokul	168	4,610	1,459	0,408	0,747	-
	Lise	89	4,713	1,417			
	Lisans	44	4,409	1,829			
	Lisansüstü	18	4,597	1,254			
Motivasyonel Genel Ustalık	Ortaokul	168	5,432	1,460	1,139	0,333	-
	Lise	89	5,067	1,608			
	Lisans	44	5,386	1,771			
	Lisansüstü	18	5,333	1,060			

***p<0,05**

Tablo 22 incelendiğinde katılımcıların baba eğitim durumu değişkenine göre SİE'nin "Bİ" alt boyutunda ortaokul ve lisansüstü arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup bu fark ortaokul lehine tespit edilmiştir (p<0,05). Ancak diğer boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05).

Tablo 23. Yaş Değişkeni ile Beş Faktör Kişilik Envanterinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Dışadönüklük	Duygusal Denge	Deneyime Açıklık	Yumuşak Başlılık	Öz Disiplin	
Yaş	r	0,055	-0,116*	0,074	0,028	0,045
	p	0,326	0,038	0,188	0,624	0,424

***p<0,05**

Tablo 23 incelendiğinde yaş değişkeni ile beş faktör kişilik envanteri alt boyutları arasından DD1, DA, YB ve ÖD alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (p>0,05). Ancak yaş değişkeni ile DD2 alt boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (p<0,05).

Tablo 24. Yaş Değişkeni ile Sporda İmgeleme Envanterinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	SİE Alt Boyutları (Genel)	Bilişsel İmgeleme	Motivasyonel Özel	Motivasyonel Genel-Uyarılmışlık	Motivasyonel Genel Uсталık	
Yaş	r	0,050	0,132*	0,018	-0,104	0,054
	p	0,374	0,018	0,755	0,064	0,333

***p<0,05**

Tablo 24 incelendiğinde yaş ile SİE'nin Bİ boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Diğer bir ifadeyle yaş arttıkça Bİ düzeyinin arttığı görülmektedir. Ancak yaş değişkeni ile sporda imgeleme boyutlarından genel, MÖİ, MGU1, MGU2 arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (p>0,05).

Tablo 25. Spor Yaşı Değişkeni ile Beş Faktör Kişilik Envanterinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Dışadönüklük	Duygusal Denge	Deneyime Açıklık	Yumuşak Başlılık	Öz Disiplin
r	0,01	-0,033	-0,033	-0,039	0,082

Spor yaşı	p	0,979	0,559	0,559	0,493	0,145
-----------	---	-------	-------	-------	-------	-------

***p>0,05**

Tablo 25 incelendiğinde spor yaşı değişkeni ile beş faktör kişilik envanteri alt boyutları arasından DD1, DD2, DA, YB, ÖD alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır (p>0,05).

Tablo 26. Spor Yaşı Değişkeni ile Sporda İmgeleme Envanterinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler		Sporda İmgeleme	Bilişsel	Motivasyonel	Motivasyonel	Motivasyonel
		Envanterinin Alt Boyutları (Genel)	İmgeleme	Özel	Genel-Uyarılmışlık	Genel Uсталık
Spor	r	0,151*	0,180*	0,155*	-0,032	0,152*
Yaşı	p	0,007	0,001	0,006	0,566	0,007

***p<0,05**

Tablo 26 incelendiğinde spor yaşı değişkeni ile SİE' nin alt boyutları arasındaki korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde spor yaşı değişkeni ile sporda imgeleme envanteri boyutları arasında genel, Bİ, MÖİ ve MGU2 alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Ancak spor yaşı değişkeni ile sporda imgeleme envanteri boyutundan MGU1 boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamaktadır (p>0,05).

Tablo 27. Ölçekler arası Korelasyon Sonuçları

Alt Boyutlar		Dışa	Duygusal	Deneyime	Yumuşak	Öz
		Dönüklük	Denge	Açıklık	Başlılık	Disiplin
Sporda İmgeleme Envanteri (Genel)	r	,393*	,230**	,439**	,429**	,438**
	p	,000	,000	,000	,000	,000
Bilişsel İmgeleme	r	,423**	,204**	,504**	,436**	,440**
	p	,000	,000	,000	,000	,000
Motivasyonel Özel	r	,314*	,143*	,301**	,319**	,351**
	p	,000	,011	,000	,000	,000
Motivasyonel Genel Uyarılmışlık	r	,164**	,278**	,196**	,319**	,296**
	p	,003	,000	,000	,000	,000
Motivasyonel Genel Uсталık	r	,373**	,158**	,404**	,325**	,343**
	p	,000	,005	,000	,000	,000

***p<0,05**

Tablo 27 incelendiğinde beş faktör kişilik envanterinin DD1 alt boyutu ile sporda imgeleme envanterinin genel, Bİ, MÖİ, MGU2 alt boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak beş faktör kişilik envanterinin DD1 alt boyutu ile sporda imgeleme envanterinin MGU1 boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Beş faktör kişilik envanterinin DD2 alt boyutu ile sporda imgeleme envanterinin genel, Bİ, MGU1 ve MGU2 alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ancak beş faktör kişilik envanterinin DD2 alt boyutu ile sporda imgeleme envanterinin MGU1 alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Beş faktör kişilik envanterinin DA alt boyutu ile sporda imgeleme envanterinin genel, Bİ, MÖİ ve MGU1 alt boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak beş faktör kişilik envanterinin DA alt boyutu ile sporda imgeleme envanterinin MGU1 alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Beş faktör kişilik envanterinin YB alt boyutu ile sporda imgelemenin genel, Bİ, MÖİ, MGU1 ve MGU2 alt boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Beş faktör kişilik envanterinin ÖD alt boyutu ile sporda imgelemenin genel, Bİ, MÖİ ve MGU2 boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık oldu tespit edilmiştir. Ancak beş faktör kişilik envanterinin ÖD alt boyutu ile sporda imgelemenin MGU1 alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

BEŞİNCİ BÖLÜM

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Çalışmamızda bocce ve dart sporcularının kişilik özellikleri incelenmiş elde edilen bulgular doğrultusunda cinsiyet değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından “DD1”, “DA”, “YB” ve “ÖD” alt boyutları arasında kadınlar lehine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Diğer bir ifadeyle kadınların “DD1”, “DA”, “YB” ve “ÖD” düzeyleri erkeklerin düzeylerinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun sonucunda kadın sporcular erkek sporculara göre daha duyarlı, özverili, iş birliğine yatkın, sabırlı, dikkatli, özenli, öğrenmek ve yeni şeyler denemekten zevk alan, merhametli, düzenli, pozitif duygu eğilimli olduğu düşünülebilir. Ancak cinsiyet değişkenine göre “DD2” alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Çalışmamızın sonuçlarına paralel şekilde Niazi (2017)’nin Pakistanlı 240 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmada “içe dönüklük”, “DD2” ve “sorumluluğun” kadın öğrencilerde erkeklere nazaran daha yüksek olduğu görülmüştür. Karabağ’ın (2019) spor yapan ve spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin kişilik özellikleri ile ilgili yapmış olduğu çalışmasında, kişilik özelliklerinin cinsiyet değişkeni yönünden farklılaşmasına yönelik yaptığı değerlendirmelerde kadın öğrencilerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek “DD2” ve “sorumluluk” özelliğine sahip olduğu tespit edilmiştir.

Çalışmamıza katılan bocce ve dart sporcularının imgeleme düzeyleri incelenmiş cinsiyet değişkenine göre SİE boyutlarından “genel”, “Bİ”, “MÖİ”, “MGU1” ve “MGU2” düzeyleri arasında kadınlar lehine istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle kadınların “genel”, “Bİ”, “MÖİ”, “MGU1” ve “MGU2” düzeyleri erkeklerin düzeylerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca dayanarak kadın sporcular erkek sporculara göre sportif başarı için zihinsel yeteneklerini daha çok kullanırken erkekler bedensel yeteneklerini daha çok kullandığını varsayabiliriz. Çalışmamıza paralel olarak Karabulutlu’nun (2022) Voleybol sporcularının Sporda imgeleme becerilerini incelemek amacıyla yaptığı çalışmasının sonuçlarında cinsiyet değişkenine göre SİE “genel alt boyutu”, “MÖİ”, “Bİ”, “bilişsel genel imgeleme” alt boyutlarının erkek voleybolcuların ortalama puanlarının kadın voleybolculardan daha yüksek olduğunu tespit etmiş. Ancak “MGU1” ve “MGU2” boyutlarında kadın voleybolcuların ortalamasının erkek voleybolculardan daha yüksek olduğunu görülmüştür. Uğur (2021)’un spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin imgeleme düzeylerinin zihinsel dayanıklılığa etkisini incelediği çalışmasının sonuçlarına göre

katılımcıların imgeleme düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı ve çalışmamızın aksine bir sonuç elde ettiği görülmüştür. Kartal ve ark. (2017) takım sporları ile ilgilenen sporcuların imgelem kullanımlarıyla ilgili yapmış olduğu çalışmada katılımcıların cinsiyetler değişkenleriyle imgeleme boyutları arasındaki farkı incelenmiş ve tüm alt boyutların arasında istatistiki bakımdan anlamlı farklılık olmayışı bulunmuştur. Ancak erkek katılımcıların “Bİ” ve “MÖİ” imgeleme alt boyutları ortalamalarının kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Diğer bir yandan kadın katılımcıların “MGU2” ve “MGU1” alt boyut ortalamalarının erkek katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aslan (2014), atletizm sporuyla ilgilenen sporcularla gerçekleştirdiği araştırmanın sonucuna göre erkek katılımcıların “MGU1” ve “MGU2” alt boyutlarının kadın katılımcılara oranla SİE toplam puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Tekin (2018) ise okçuluk sporuyla ilgilenen sporcular ile gerçekleştirmiş olduğu araştırmanın neticesinde erkeklerin kadınlara nazaran anlamlı olmamakla beraber SİE toplamlarının daha yüksek olduğu bulgusuna rastlanmıştır. İmgeleme ergenlik dönemindeki sporcuların sosyal kaynaklarını yoğun şekilde kullandığı bir başa çıkma tarzına çevrilebilir. Hem çocukluk hem de yetişkinlik döneminde, kadın sporcuların becerilerini ve yeteneklerini düzenli bir zihin egzersizine çevirmekle birlikte, özellikle de uyumlu spor etkileşimine sahip oldukları gözlemlenmektedir (Seiffge-Krenke, 1997). Hall’a (2001) göre, kadın ve erkekler arasında imge kullanımında yalnızca küçük farklılıklar kaydedilmiştir. Ancak son araştırmalar, erkek sporcuların kadın sporculara göre imgelemeyi daha sık kullandıklarını (Weinberg vd., 2003) ve erkek-kadın sporcuların imgeleme egzersizlerine farklı tepkiler verdiklerini göstermiştir (Short vd., 2002). Ayrıca, imgeleme yeteneklerine olan inanç konusunda kadın ve erkeklerin arasında farklılıklar olduğu gözlemlenmiştir (Lenney, 1977; Lirgg, 1991; Lirgg, George, Chase, & Ferguson, 1996).

Çalışmamızın sonuçları incelendiğinde spor branşı değişkenine göre dart ve bocce sporcularının beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DD2, DA ve ÖD alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak YB alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Bunun sonucunda bocce sporcularının Dart sporcularına göre iş birliğini seven, yardımsever, güvenli, merhametli, daha fedakâr kişilik özelliğine sahip olduğu düşünülebilir.

Çalışmamızın sonuçlarına göre spor branşı değişkeninin sporda imgeleme boyutlarından “MÖİ” ve “MGU1” alt boyutlarının arasında istatistiki bakımdan anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmıştır. Ancak “genel”, “Bİ” ve “MGU2” alt boyutlarının aralarında istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Başka bir deyişle bocce sporcularının “genel”, “Bİ” ve “MGU2” düzeylerinin dart sporcularına göre daha yüksek olduğu tespit

edilmiştir. Bunun sonucunda Bocce sporcularının Dart sporcularına göre oyun planlarının öğrenilmesi ve uygulanmasında, strateji oluşturma ve geliştirmede daha iyi oldukları, zihinsel olarak güçlü ve kendilerine daha çok güvendiklerini varsayabiliriz. Çalışmamıza paralel olarak Ağılönü (2014) de yapmış olduğu araştırmada bireysel-takım sporlarıyla ilgilenen sporcuların imgeleme biçimlerinin arasında istatistiksel bakımdan bir farklılık olmadığı neticesine erişmiştir. İmgeleme becerisi her ne kadar zor ve zaman alıcı bir eylem gibi görünse de, farklı spor branşları için hayal etme yeteneklerini arttırmak mümkündür (Cumming ve Ste-Marie, 2001; Rodgers vd., 1991). Ayrıca Bandura'nın (1986, 1997) teorisinde ana hatlarıyla belirtildiği gibi yeterlik inançlarını geliştirmek için kullanılacak birçok kanıtlanmış teknik vardır. Örneğin, kolay imgeleme metotları ile başlayıp (bir yüzücünün havuzu görmesi veya soğuk suyu hissetmesi) ve daha zor imgeleme yöntemlerine doğru ilerlemek (örneğin hayali yarışlar), fiziksel becerilerin öğrenilmesi ve geliştirilmesinde görülenlere benzer performans başarıları sağlayabilir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre ise imgeleme uygulamalarının branşla doğrudan bir ilişkisinin bulunmadığını belirtmişlerdir. Satılmış'ın (2021) bulgularına göreyse mücadele sporlarıyla uğraşan sporcuların imgeleme biçimlerini araştırmış ve taekwondo, kick boks, boks, karate sporcularının branş değişkeni bakımından imgeleme uygulama yöntemlerinde istatistiksel bakımdan farklılaşmanın bulunmadığını tespit etmiştir.

Çalışmamızın sonuçları değerlendirildiğinde milli sporculuk durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından “DD1”, “DD2”, “DA”, “YB” ve “ÖD” alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıkların olmadığı görülmektedir. Ağduman'ın (2018), antrenör sporcu ilişkisi ve kişilik özelliklerinin kış sporlarında motivasyona etkisine ilişkin çalışmasında beş faktör kişilik envanteri alt boyutları arasında sporcuların milli olup olmama durumlarıyla ilgili istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemiştir. Kuru'nun (2003), farklı statüdeki Beden Eğitimi bölümü öğrencilerinin kişilik özelliklerini incelemek amacıyla yaptığı çalışmasının sonuçlarına göre sportif etkinliklerde bulunan milli sporcuların kişilik özellikleri ile sadece derslere katılan öğrencilerin kişilik özelliklerinde arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Milli sporculuk durumu değişkenine göre yukarıda yapılan çalışmaların sonuçları çalışmamızın sonucuyla da paralellik göstermektedir.

Yapmış olduğumuz bu çalışmada bocce ve dart sporcularının imgeleme düzeylerinin milli sporculuk durumu değişkenine göre sporda imgeleme boyutlarından “genel”, “Bİ”, “MÖİ” ve “MGU2” boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılıkların olduğu tespit edilmiştir. Ancak “MGU1” boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Çalışmamıza paralel olarak Şahin (2014)'in takım ve bireysel spor yapan

sporcuların zihinde canlandırma beceri düzeylerinin incelemek amacıyla yaptığı çalışmasında sporcuların imgeleme düzeyi alt boyutlarından “MÖİ” alt boyutunda milli takımda oynama değişkeni açısından anlamlı farklılık olduğunu tespit etmiştir. Çalışmamızın aksine Vurgun (2010)’ un yaptığı araştırmalarda ise milli olan ve olmayan sporcuların imgeleme düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bilgin (2019)’in Elit bayan voleybolcuların imgeleme biçimlerini belirlemek amacıyla yapmış olduğu çalışmasında sporcuların imgeleme boyutlarının tamamında milli takım tecrübesi değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Tecrübesiz sporcular ve daha tecrübeli sporcular arasında, tüm alt ölçeklerde önemli farklılıklar gözlemlenmiştir ve literatürdeki birçok farklı çalışma ile benzerlik göstermektedir (Elfving, Riches, Lin tunen, Watt ve Morris, 2001; Watt ve Morris, 2001).

Çalışmamızın sonuçları incelendiğinde ailenizde lisanslı olarak spor yapan var mı? değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından “DD1”, “DD2”, “YB” ve “ÖD” alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ancak “DA” alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bunun nedeninin ailede lisanslı olarak spor yapan sporcuların deneyimlerini spor yapan aile bireyleriyle paylaşıyor olması olabilir.

Çalışmamızın sonuçlarını incelediğimizde ailenizde lisanslı olarak spor yapan var mı? değişkenine göre sporda imgeleme boyutlarından “genel”, “Bİ” ve “MÖİ” boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Bunu sebebinin ise ailede lisanslı olarak spor yapanların imkanlarının gelişmiş olması tecrübe aktarımı ve genetik özelliklerin baskın olması olarak düşünülebilir. Ancak “MGU1” ve “MGU2” boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Çalışmamızın sonuçlarını incelediğimizde katılımcıların kişisel gelir düzeyi değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından “DD1”, “DD2”, “DA”, “YB” ve “ÖD” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bulut’un (2021), yapmış olduğumuz çalışmanın aksine elde ettiği sonuçlarda kişisel gelire göre tüm boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. “DA”, “DD1” ve “YB” alt boyutlarının 1651-2500 TL arası gelire sahip olanlarda, “sorumluluk” ve “DD2” alt boyutlarının ise 4501 TL ve üzerinde gelire sahip olanlarda daha yüksek olduğu belirlenmiş. Turhan (2019), tarafından yapılan çalışmada “DD1” ve “gelişime açık” kişilik özelliği sergileyen kişilerin gelir seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çalışmamıza katılan bocce ve dart sporcularının imgeleme düzeyleri kişisel gelir düzeyi değişkenine göre incelenmiş ve sporda imgeleme envanteri boyutlarından “genel”, “Bİ”, “MÖİ”, “MGU1”, “MGU2” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Seleciler’in (2019), halk dansları eğitimi göre üniversite öğrencilerinin imgeleme düzeylerini belirlemek için yaptığı çalışma sonucuna göre gelir düzeyi değişkeni ile imgeleme düzeylerinden elde edilen sonuçların sporda imgeleme envanteri alt boyutlarından “Bİ” ve “MGU2” alt boyutlarının ortalama puanları arasında istatistiksel anlamda farklılık tespit edilememiştir. Ancak, Sporda imgeleme envanterinin alt boyutlarından “MÖİ” ve “MGU1” alt boyutu ile gelir düzeyi değişkeninin ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Çalışmamızın bulguları incelendiğinde katılımcıların aile gelir düzeyi değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından “DD1”, “DD2”, “DA”, “YB” ve “ÖD” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Tatlıoğlu (2013) tarafından yürütülen bir çalışma, aile geliri düşük olan üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin alt boyutlarından sorumluluk duygusunun yüksek olduğunu, aile geliri daha fazla olan üniversite öğrencilerinin ise sorumluluk duygusunun daha düşük olduğunu göstermektedir. Ayrıca, Kuzgun'un (1972) araştırma sonuçlarına göre, düşük sosyoekonomik düzeyde yetişen bireylerin kişilik örüntüsünün “itaat, uyarlık” gibi özelliklerle karakterize olduğu, yüksek sosyoekonomik düzeyde yetişenlerin ise “bağımsızlık, kendine güven, başkasına egemen olma, otoriteye ve geleneklere karşı çıkma” gibi özelliklerle karakterize olduğu tespit edilmiştir.

Çalışmamızın sonuçları incelendiğinde aile gelir düzeyi değişkenine göre SİE boyutlarından “genel”, “Bİ”, “MÖİ”, “MGU1”, “MGU2” boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bocce ve dart sporcularının eğitim durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından “DD1”, “DD2”, “DA”, “YB” ve “ÖD” düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Geneşke'nin (2020), çalışmamızla paralel sonuçlar elde ettiği çalışmasında eğitim durumu değişkenine göre Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezi (TOHM) sporcularının beş faktör kişilik özellikleri alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Özer (2019), Ekstrem sporcuların kişilik özelliklerinin tespit etmek amacıyla yaptığı çalışmasında eğitim durumu değişkeninin kişilik ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Fakat kişiliğin “DD2” alt boyutu puanlarının eğitim seviyesi arttıkça yükseldiği görülmüştür.

Bocce ve dart sporcularının eğitim durumu değişkenine göre SİE boyutlarından genel boyutunda lisans ve lise arasında fark olup bu farkın lisans lehine olduğu istatistik olarak tespit edilmiştir. Bunun sebebinin lisans mezunu sporcuların lise mezunu sporculara göre zihinsel becerilerinin eğitim düzeyine bağlı olarak daha fazla geliştiği olarak ifade edilebilir. “Bİ” boyutunda ise lisans ve lise arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olup bu farkın lisans lehine olduğu tespit edilmiştir. Bunu sebebinin lisans mezunu sporcuların lise mezunu sporculara göre performans amaçlarına yönelik farkındalığın artması olarak düşünülebilir. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Türkmen’in (2020), Dart sporcularının imgeleme düzeyine ilişkin yapmış olduğu çalışmasından elde ettiği sonuçlara göre eğitim durumu değişkeni ile sporda imgeleme alt boyutlarının tümü arasında anlamlı bir farklılık tespit etmemiştir. Birçok imgeleme araştırmacısı spor ve imgeleme arasındaki ilişkiyle incelemiştir. İmgeleme yeteneğinde bireysel farklılıklar olduğu ve bu farklılıkların sporcular tarafından imgelemenin kullanım sıklığını ve etkinliğini etkileyebileceği gösterilmiştir. Hall ve arkadaşları (1992), yapmış oldukları çalışmada eğitim düzeyi yüksek olan sporcuların daha sık imgeleme yeteneğini kullandıklarını ve daha verimli imgeleme egzersizleri yaptığını belirtmiştir.

Çalışmamızın bulguları incelendiğinde anne eğitim durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından “DD1”, “DD2”, “DA”, “YB” ve “ÖD” alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Literatürü incelediğimizde çalışmamızla paralel sonuçlar elde eden Yüncü (2020) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmanın sonuçlarına göre, sporcularda kişilik özelliklerinin karar verme stratejileri ve atılganlık düzeyi üzerine etkilerini çeşitli değişkenlere göre incelemek amacıyla gerçekleştirilen çalışmada, sporcuların anne eğitim durumları ile kişilik özellikleri ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir.

Bu çalışmaya katılan katılımcıların anne eğitim durumu değişkenine göre SİE boyutlarından “MÖİ” alt boyutunda ortaokul-lisans arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup bu fark orta okul lehine tespit edilmiştir. Bunun nedeninin anne eğitim durumuna göre küçük yaş grubundaki sporcuların anneye daha bağımlı olması sebebiyle motivasyonel bir kaynak yarattığı olarak düşünülebilir. Ancak diğer boyutlarda arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Boz (2019)’un, elit karate sporcularında imgeleme düzeyinin incelenmesi ile ilgili yapmış olduğu çalışmasında ise anne eğitim durumu değişkenine bağlı olarak katılımcıların “ilkokul/ortaokul” mezunu olanlar ile “lise” mezunu olanlar arasında önemli bir fark olduğu tespit edilmiştir. Bu farkın anne eğitim durumu “lise”

mezunu olan katılımcıların ‘‘MGU1’’ ve ‘‘MGU2’’ alt boyutlarını daha fazla kullanmasından kaynaklandığını belirtmiştir.

Çalışmamızın bulguları incelendiğinde baba eğitim durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından ‘‘DD1’’, ‘‘DD2’’, ‘‘DA’’, ‘‘YB’’ ve ‘‘ÖD’’ alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Çalışmamızın aksine Yüncü (2020)’nün yapmış olduğu çalışmanın sonucuna göre sporcuların baba eğitim durumunun kişilik özellikleri alt boyutlarına göre ‘‘DD1’’ ve ‘‘DD2’’ alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Bu duruma göre sporcuların baba eğitim durumlarının kişilik özelliklerinden ‘‘DD1’’ ve ‘‘DD2’’ alt boyutlarının tetikleyici etkisinin olduğunu belirtmişlerdir.

Çalışmamızın sonuçlarına göre baba eğitim durumu değişkeninin SİE boyutlarından ‘‘Bİ’’ alt boyutunda ortaokul ve lisansüstü arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup bu fark ortaokul lehine tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Boz (2019)’un, yapmış olduğu çalışmada baba eğitim durumu değişkenine bağlı olarak sporda imgeleme envanterinin ‘‘Bİ’’, ‘‘MÖİ’’, ‘‘MGU1’’ ve ‘‘MGU2’’ alt boyutlarında katılımcıların ortalama puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu sonuç çalışmamız ile paralellik göstermektedir.

Bu çalışmaya katılan bocce ve dart sporcularının kişilik özellikleri yaş değişkenine göre incelenmiş ve beş faktör kişilik envanteri alt boyutları arasından ‘‘DD1’’, ‘‘DA’’, ‘‘YB’’ ve ‘‘ÖD’’ alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ancak yaş değişkeni ile ‘‘DD2’’ alt boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu’ tespit edilmiştir. Bunun sebebi yaşın küçük olmasının DD2nin kontrol edilmesini zorlaştırdığı olarak ifade edilebilir. Karabağ’ın (2019), yapmış olduğu çalışmada katılımcıların yaş değişkenine göre nörotiklik, DD1, gelişime açıklık ve uyumluluk düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı, ÖD düzeylerinin ise yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu ve 17 yaş grubundaki katılımcıların ÖD düzeyinin 14 yaşındaki katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksek olduğunu tespit etmiştir. Bulut’un (2021), uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerle ilgili çalışmada yaşa göre kişilik özelliklerinin bütün boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir. İkili karşılaştırmalarda, 21-23 yaş arasındaki grup katılımcılarının ‘‘DA’’, ‘‘sorumluluk’’, ‘‘DD1’’ ve ‘‘YB’’ puanlarının daha yüksek olduğu görülmüş. DD2 boyutu ise 17 yaş altına sahip olanlarda daha yüksek olduğu belirlenmiş.

Çalışmamıza katılan bocce ve dart sporcularının imgeleme düzeyleri yaş değişkenine göre incelenmiş ve yaş ile SİE boyutları arasından Bİ boyutu arasında pozitif yönde düşük

düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bunun sebebinin ise yaş arttıkça strateji geliştirme, beceriyi mükemmelleştirme ve hataları düzeltme gibi zihinsel yeteneklerin gelişmesi ve tecrübenin artması olarak düşünülebilir. Ancak yaş değişkeni ile SİE boyutlarından ‘‘genel’’, ‘‘MÖİ’’, ‘‘MGU1’’, ‘‘MGU2’’ arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Tekin (2018)’in Okçuluk sporuyla uğraşan sporcuların imgeleme becerileri belirlemek amacıyla yaptığı çalışmasında imgeleme becerilerinden ‘‘MÖİ’’ alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmektedir. Ancak okçuların performans düzeyleri ile imgeleme becerilerinden ‘‘Bİ’’, ‘‘MGU1’’, ‘‘MGU2’’ alt boyutlarında ise anlamlı düzeyde fark olmadığı gözlemlenmiştir. Vurgun (2010)’un, sporda imgelemenin yarışma kaygısına etkisini araştırdığı çalışmasında 21 ve 24 yaş aralığındaki sporcuların bilişsel özel ve bilişsel genel imgeleme düzeylerinin 20 yaş ve altındaki sporcularda daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Ungerleider, Golding, Porter ve Foster (1989) gençler ve büyükler kategorisinde pist ve arazi sporcularının üstün kavrama stratejilerini incelemişler. Elde edilen bulgular sonucunda genç sporcuların yaşça büyük sporculara göre imgelemeyi daha fazla kullandıklarını ortaya çıkarmışlardır. Turan ve Dişçeken (2019)’ in İmgeleme eğitiminin 14-16 yaş arasındaki hentbol sporcularının denge üzerine etkisini araştırdığı çalışmasının sonuçlarına göre imgeleme programlarının hentbolcuların denge becerilerinin öğrenilmesinde olumlu etkilerinin olduğunu tespit edilmiştir. Bhasavanija ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmada daha önceki çalışmalarla uyumlu olarak yaş ile imgeleme sonuçları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Bhasavanija, vb., 2011).

Çalışmamızı spor yaşı değişkenine göre incelendiğinde BFKE alt boyutları arasından ‘‘DD2’’, ‘‘DA’’ ve ‘‘YB’’ alt boyutları arasında istatistiksel olarak negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bunu sebebinin spora yeni başlayanların spor geçmişi daha fazla olanlara göre stresle tam anlamıyla mücadele edememeleri ve duygularını kontrol altında tutamamalarından kaynaklı olduğu düşünülebilir. Ancak spor yaşı değişkeni ile ‘‘DD1’’ ve ‘‘ÖD’’ alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Geneşke (2020)’ Ankara ilindeki Türkiye olimpiyat hazırlık merkezi (TOHM) sporcuları üzerine yaptığı çalışmada spor yaşı değişkenine göre BFKÖ alt boyutlarından ‘‘DD1’’ alt boyutu puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmiştir. Dalkıran (2014) ise, ortaokul öğrencilerinin spor branşlarına göre kişilik özelliklerini incelemek amacıyla yaptığı çalışmasında spor yaşı değişkenine göre kişilik özellikleri alt boyutlarından DD1, geçimlilik/uyumluluk ve duygusal tutarsızlık alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmüş. Ancak ‘‘sorumluluk’’, ‘‘gelişime açıklık’’ ve ‘‘olumsuz değerlik’’ alt boyutlarında ise spor yaşı değişkenine göre anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Aksu’nun (2018) karate sporcularının sürekli kaygı düzeyleri, duygusal zekâ ve kişilik özelliklerinin çeşitli değişkenlere

göre belirlenmek amacıyla yapmış olduğu çalışmasında kişilik ölçeği alt boyutlarından alınan puanlar arasında spor yaşına göre anlamlı farklılık bulunmadığı görülmüştür.

Çalışmamız spor yaşı değişkenine göre incelendiğinde spor da imgeleme envanteri boyutları arasında SİE (genel), Bİ, MÖİ ve MGU2 boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bunun sebebinin spor yaşı arttıkça sporda edinilen tecrübe ve deneyimlerden kaynaklı branşa özgü kurallara hâkimiyet ve strateji oluşturma yeteneklerinin de gelişmiş olması başarıya da pozitif yönde etki ettiği de düşünülebilir. Ancak spor yaşı değişkeni ile SİE boyutundan ‘‘MGU1’’ boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Literatür incelendiğinde çalışmamıza paralel olarak Bayköse'nin (2014) çalışmaları sonucunda spor deneyimi yüksek olan sporcuların daha sık ‘‘bilişsel özel imgeleme’’, ‘‘bilişsel genel imgeleme’’ ve ‘‘MÖİ’’ kullandığı tespit etmiştir. Miçooğulları, Kirazcı ve Özdemir'in (2009), futbolcular üzerine yaptıkları çalışmada spor yaşı 6-10 yıl arası değişen futbolcuların, spor yaşı 1-5 yıl arası değişen futbolculara göre ‘‘MÖİ’’ alt boyutunu daha çok kullandıklarını tespit etmiştir. Ayrıca Kolayış, Sarı ve Köle (2015), 14-18 yaş kadın sporcularla yaptığı bir araştırmada spor yaşı arttıkça sporcuların ‘‘Bİ’’ ve ‘‘MGU2’’ puanlarının da arttığını ortaya koymuşlardır. Yamak ve ark. (2018) kadın basketbolcularla yapmış olduğu çalışmasında spor deneyimi 14 yıl ve üzeri olan sporcuların ‘‘bilişsel genel imgeleme’’, ‘‘MGU1’’, ‘‘MGU2’’ alt boyutlarındaki imgeleme puanlarının daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Ayrıca spor deneyimi 14 ve üzeri olan sporcuların imgeleme biçimlerini daha fazla kullandıklarını saptamıştır. Vealey ve Walter (1993), spor deneyimi yüksek olan sporcuların deneyimsiz olanlara göre daha fazla imgeleme kullandıklarını belirlemişlerdir.

Ölçeklerarası Korelasyon Sonuçları incelendiğinde beş faktör kişilik envanterinin DD1 alt boyutu ile SİE alt boyutundan genel, Bİ, MÖİ, motivasyonel genel ustalık boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak beş faktör kişilik envanterinin DD1 alt boyutu ile sporda imgeleme envanterinin MGU1 boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Beş faktör kişilik envanterinin DD2 alt boyutu ile SİE'nin genel, Bİ, motivasyonel genel uyarılmışlık ve motivasyonel genel ustalık boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak beş faktör kişilik envanterinin DD2 alt boyutu ile SİE'nin motivasyonel genel boyutu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Beş faktör kişilik envanterinin deneyimi açıklık alt boyutu ile SİE alt boyutlarından, Bİ, MÖİ ve MGU1 alt boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak beş faktör kişilik envanterinin deneyimi açıklık alt boyutu

ile SİE'nin MGU1 alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Beş faktör kişilik envanterinin YB alt boyutu ile SİE genel, Bİ, MÖİ, MGU1 ve MGU2 alt boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Beş faktör kişilik envanterinin ÖD alt boyutu ile SİE genel, Bİ, MÖİ ve MGU2 boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık oldu tespit edilmiştir. Ancak beş faktör kişilik envanterinin ÖD alt boyutu ile SİE'nin MGU1 alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç

- Bocce ve dart sporuyla ilgilenen kadın sporcuların DD1, DA, YB ve ÖD düzeylerinin erkeklerin düzeylerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ancak cinsiyet değişkenine göre DD2 alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporuyla ilgilenen kadın sporcuların sporda imgeleme boyutlarından genel, Bİ, MÖİ, MGU1 ve MGU2 düzeyleri erkeklerin düzeylerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.
- Bocce ve dart sporcularının spor branşı değişkenine göre beş faktör kişilik envanteri alt boyutlarından YB alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlar arasında herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır.
- Bocce ve dart sporcularının spor branşı değişkenine göre sporda imgeleme boyutlarından genel, Bİ ve MGU2 alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının milli sporculuk durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DD1, DD2, DA, YB ve ÖD alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının milli sporculuk durumu değişkenine göre sporda imgeleme boyutlarından genel, Bİ, MÖİ ve MGU2 boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

- Bocce ve dart sporcularının ailenizde lisanslı olarak spor yapan var mı? değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutlarından DA alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının ailenizde lisanslı olarak spor yapan var mı? değişkenine göre sporda imgeleme boyutlarından genel, Bİ ve MÖİ boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının kişisel gelir düzeyi değişkenine göre beş faktör kişilik envanterinin alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.
- Bocce ve dart sporcularının kişisel gelir düzeyi değişkenine göre sporda imgeleme envanteri boyutları arasında istatistiksel anlamda herhangi bir farklılık olmadığı saptanmıştır.
- Bocce ve dart sporcularının aile gelir düzeyi değişkenine göre beş faktör kişilik envanteri alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının aile gelir düzeyi değişkenine göre sporda imgeleme envanterinin alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının eğitim durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanteri alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının eğitim durumu değişkenine göre sporda imgeleme envanteri boyutlarından genel boyutunda lisans ve lise arasında fark olup bu farkın lisans lehine olduğu istatistik olarak tespit edilmiştir. Bilişsel özel imgeleme boyutunda ise lisans ve lise arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olup bu farkın lisans lehine olduğu tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının anne eğitim durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanteri alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının anne eğitim durumu değişkenine göre sporda imgeleme envanteri boyutlarından MÖİ alt boyutunda ortaokul-lisans arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup bu fark ortaokul lehine tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlarda arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

- Bocce ve dart sporcularının baba eğitim durumu değişkenine göre beş faktör kişilik envanteri alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının baba eğitim durumu değişkenine göre sporda imgeleme envanteri boyutlarından Bİ alt boyutunda ortaokul ve lisansüstü arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup bu fark orta okul lehine tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının yaş değişkeni ile beş faktör kişilik envanterinin DD2 alt boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiş. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.
- Bocce ve dart sporcularının yaş değişkeni ile sporda imgeleme envanteri boyutları arasından Bİ boyutunda pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak herhangi bir farka rastlanmamıştır.
- Bocce ve dart sporcularının spor yaşı değişkeni ile beş faktör kişilik envanteri alt boyutları arasından DD2, DA ve YB alt boyutları arasında istatistiksel olarak negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.
- Bocce ve dart sporcularının spor yaşı değişkeni ile sporda imgeleme envanteri boyutları arasında sporda imgeleme envanteri (genel), Bİ, MÖİ ve MGU2 boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak diğer boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Öneriler

1. Kişilik özelliklerinin ve imgeleme çalışmalarının sportif başarı üzerindeki etkileri düşünüldüğünde sporcuların ve antrenörlerin bu faktörleri dikkate alarak antrenman planı hazırlamaları önerilmektedir.

2. Çalışmamız 2021-2022 yılında büyükler kategorisinde yarışan sporcular üzerine yapılmıştır. İleride yapılan daha uzun süreli ve daha kısa süreli çalışmalar bocce ve dart branşının alt kategorileri üzerine yapılması önerilmektedir.

3. Boccede atış oyunları ve yer oyunları disiplinlerinde yarışan sporcuların kişilik özellikleri ve imgeleme düzeylerinin farklı değişkenlere göre karşılaştırılması önerilmektedir.

4. TBBDF seminerlerine katılan antrenörlerin imgelemenin önemi konusunda bilinçlendirilmesi önerilmektedir.



KAYNAKÇA

- Acartürk B. A. (2016). *5 faktör kişilik özellikleri ile bireycilik ve toplulukçuluk arasındaki ilişkinin incelenmesi: Dernek Çalışma Grupları Üyeleri Üzerinde Bir Araştırma*. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı. 26.Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 460761).
- Adler, A. (2001). *İnsanı tanıma sanatı*. (8. Baskı), Say Yayınları, İstanbul
- Ağduman, F. (2019). *Antrenör sporcu ilişkisi ve kişilik özelliklerinin kış sporlarında motivasyona etkisi*. (Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Erzurum. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 517782).
- Ahsen, A. (1984). *The triple code model for imagery and psychophysiology*. Journal Of Mental Imagery, 8, 15-42.
- Akgün, S. (2019). *Hareket eğitimi ve imgelemenin okulöncesi eğitim kurumlarındaki 4-6 yaş çocuklarda motor gelişime etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Trabzon. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 546882).
- Akbaba, Sırrı vd. (2015) *Eğitim Psikolojisi*. Ed. Yaşar Özbay ve Serdar Erkan. Ankara: Pegem Akademi.
- Akkarpat, I. (2014). *Farklı yaş gruplarında basketbolda imgelemenin serbest atış performansı, özgüven ve kaygı üzerine etkisi*. (Yüsel Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri ve Teknolojisi Ana Bilim Dalı Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 375014).
- Aksu, O. (2018). *Karate sporcularının sürekli kaygı düzeyleri, duygusal zeka ve kişilik özelliklerinin çeşitli değişkenlere göre belirlenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Aktop, A. (2008). *Biyolojik geribildirimle zihinsen antrenman yönteminin dart performansına etkisinin incelenmesi*. (Doktora Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Aldemir, G. Y. (2013). *Elit sporcularda imgelemenin benlik algısı ve problem çözme becerisine etkisi*. (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, İstanbul. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 339727).
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston
- Altıparmak, Y. (2019). *İmgeleme ve kişilik: temaslı ve temassız spor branşlarıyla uğraşan sporcular üzerine bir araştırma*. (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko-sosyal Alanlar Ana Bilim Dalı, İzmir. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 549021).
- Aslan, V. (2014). *Farklı yaş kategorilerindeki atletlerin depresyon düzeyleri ve imgeleme biçimlerine etkisinin araştırılması*. (Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Samsun. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 414572).

- Aşan, Ö., & Aydın, E. M. (2006). *Örgütsel davranış*. 2. Baskı. İstanbul, Arıkan Yayınları. S. 88-99.
- Barr, K., & Hall, C. (1992). The use of imagery by rowers. *International Journal Of Sport Psychology*, 23,243-261.
- Barrick, M. R. ve Mount, M. K. (1991). *The Big Five Personality Dimensions and Job Performance: A Meta-Analysis*. *Personnel Psychology*, 44(1), 1-26.
- Bayköse, N. (2014). *Sporcularda kendinle konuşma ve inceleme düzeyinin optimal duygu durumunu belirlemedeki rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Ana Bilim Dalı, Konya. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 410887).
- Bilgin, F. (2019). *Elit Bayan Voleybolcuların İmgeleme Biçimlerinin Belirli Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 566365).
- Bono, J. E., Boles, T. L., Judge, T. A., Lauer, K. J. (2002). The role of personality in task and relationship conflict. *Journal of personality*, 70(3), 311-344.
- Boz, E. (2019). *Elit karate sporcularında inceleme ve kaygı ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın. (Tez No. 572802).
- Bozkurt, Ö. (2006). Girişimcilik eğiliminde kişilik özelliklerinin önemi. *Girişimcilik ve kalkınma dergisi*.
- Bozlar, V. (2020). *Profesyonel futbolcuların zihinsel dayanıklılık, inceleme ve takım bütünlüğü özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Doktora tezi), Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Kırıkkale. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 638521).
- Bulut, B. A. (2021). *Uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerin kişilik özelliklerinin sporda gönüllülük motivasyonları üzerine etkisinin incelenmesi*, (İstanbul Örneği). (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Ana Bilim Dalı, İstanbul. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 668264).
- Burger, M. J. (2006). *Kişilik*. 1. Baskı. İstanbul, Kaknüs Yayınları. S.77-78.
- Burger, J. M. (2016). *Kişilik: Psikoloji Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri*. (6. Baskı). (Çev. Ed. Erguvan-Sarioğlu, İ.D.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Burke, R. J., Matthiesen, S. B. ve Pallesen, S. (2006). *Personality Correlates of Workaholism. Personality and Individual Differences*, 40(6), 1223-1233.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). *İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum*. Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Calvin, S. H., & Gardner, L. (1957). *Theories of personality*. 2'an Ed. New York, Wiley Press. S.32-35.
- Cherry, K. (2019). *What is personality and why does it matter?*. Medically Reviewed By Steven Gans, Md On November 03.
- Cumming, J. & Hall, C. (2002a). *Athletes'' use of imagery in the offseason*. *The Sport Psychologist*, 16,160-172.
- Cumming, J. & Hall, C. (2002b). *Deliberate imagery practice: The Development Of Imagery Skills İn Competitive Athletes*. *Journal Of Sports Sciences*, 20,137-145.

- Cumming, J. Hall, C. & Shambrook, C. (2004). The influence of an imagery workshop on athletes' use of imagery. *The Online Journal Of Sport Psychology*. 6:52-73.
- Cüceloğlu, D. (2000). *İnsan insana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çeliköz, N. & Şeker, N. (2016). "Sıfatlara dayalı kişilik testi (Sdkt): Geçerlik Güvenirlik Çalışması". *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi* 2 (5): (118-131).
- Çetin, E. (2019). *48-72 aylık çocukların kaygı düzeyleriyle ebeveynlerinin 5 faktör kişilik kuramına göre kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Ana Bilim Dalı, İstanbul. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 607898).
- Çetin, N. G. & Beceren, E. (2007). Lider kişilik: Gandhi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (5), 111-132
- Dalkıran, M. (2014). *Ortaokul Öğrencilerinin Spor Braşlarına Göre Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi (Osmaniye Örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi). Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Aksaray.
- Doğan, O. (2005). *Spor psikolojisi*. 2. Baskı. Adana: Nobel Kitapevi; S. 49-59.
- Dönmez, A. (2018). *Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin kullandıkları öğretim yöntemleri ve kişilik özelliklerinin belirlenmesi (Sakarya İl Örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Öğretmenliği anabilim Dalı, Sakarya. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 516331).
- Duffy, L. J., Baluch, B. & Ericsson, K. A. (2004). Dart performance as a function of facets of practiceamongst Professional and amateur men and womenplayers. *International Journal of Sport Psychology*, 35, 232-245.
- Elmas, L., Birol, S. Ş. (2018). Sportif rekreasyon etkinliklerine katılan erken dönem ergenlerin hayal etme düzeylerinin başarı algısı üzerine etkisi. *The Journal of International Anatolia Sport Science*, 3 (1), 256. (Tez. 497142).
- Eren, E. (1979). *İşletme örgütleri açısından öğretim yönetim psikolojisi*. 1. Baskı. İstanbul: Akif Büro. S. 45. 64
- Eren, E. (2004). *Örgütsel davranış ve yönetim psikolojisi*, 8.Baskı, İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım A.Ş.
- Erdoğan İ. (1991). *İşletmelerde Davranış*, İ. Ü. İşletme Fakültesi Yayınları, İstanbul.
- Erkal, M., *Sosyolojik Açıdan Spor*, Ankara 1982.
- Eroğlu, F. (2000). *Davranış bilimleri*. (5. Baskı), Beta Basım, İstanbul.
- Farmer, A. McGuffin, P. & Williams, J. (2002). *Measuring psychopathology*. New York, Oxford University Press.
- Fordham, F. (2015). *Jung Psikolojisinin Ana Hatları*, A. Yalçın. (Çev.).9. Basım. İstanbul: Say Yayınları.
- Gençtan, E. (2004). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Geneşke, E. K. (2020). *Türkiye olimpiyat hazırlık merkezi (TOHM) sporcularının psikolojik becerilerinin kişilik özellikleri ile ilişkisinin araştırılması-Ankara ili örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Erzurum. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 614176).

- George, D. ve Mallery, P. (2010). *In GEN (Ed.), SPSS for Windows step by step. A simple study guide and reference*. Boston, MA: Pearson Education, Inc, 10.
- Gıdık, O. (2021). *Bölgesel amatör ve profesyonel lig futbolcularının transfer şartları ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Bayburt. (Tez No.705309).
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative “description of personality”: the bigfive factor structure. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 59, 1216-1229.
- Guillot, A. & Collet, C. (2008). *Construction of the motor imagery integrative model in sport: a review and theoretical investigations of motor imagery use*. *International Review Of Sport And Exercise Psychology*, 1(1), 31-44.
- Güney, S. (2000). *Yönetim ve organizasyon El Kitabı*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Güney, S. (2007). *Yönetim ve organizasyon*. 2. Basım, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Hall, C. R., Mack, D., Paivio, A; & Hausenblas, H. (1998) Imagery Use By Athletes: Development Of The Sport Imagery Questionnaire. *International Journal Of Sport Psychology*, 29, 73-89.
- Hall, C.R. (1998) *Measuring Imagery Abilities And Imagery Use*. In *Advances In Sport And Exercise Psychology Measurement*, Wv: Fitness Information Technology. Morgantown, 165-172.
- Hall, Cr. (2001). *Imagery in sport and exercise*. In: *Handbook Of Research On Sport Psychology: (2nd Ed.)*. Rn. Singer, Ha. Hausenblas (Eds.) New York: John Willy Sons: 538.
- Hall, Cr. (2001). *Imagery in sport and exercise*. In: *Handbook Of Sport Psychology*, Eds: Singer R, Hausenblas H, Janelle C, 2nd Ed, Wiley, New York, P: 529-549.
- Hall, Cr; Mack, D; Paivio, A; & Hausenblas, Ha. (1998) *Imagery use by athletes: Development Of The Sport Imagery Questionnaire*. *International Journal Of Sport Psychology*, 29, 73-89.
- Hardy, L; Jones, G; & Gould, D. (1996). *Theory and practice of elite performers, Understanding Psychological Preparation For Sport*., Chichester, England: John Wiley And Sonsty, P: 69-81.
- Hayran, M., & Özdemir O. (1996). *Bilgisayar istatistik ve tıp*, Hekimler Yayın Birliği, 2. Baskı, Ankara; 309-314.
- Holmes, P. S. (2002). *Functional equivalence solutions for problems with motor imagery*. In *Solutions In Sport Psychology*, London, Morgan, 120-140
- Holmes, P. S., & Collins, D. (2001). *The pettlep approach to motor imagery: A Functional Equiva Lence Model For Sport Psychologists*. *Journal Of Applied Sport Psychology* 13:60-83. <https://Www.Podiumsportsjournal.Com/2023/4/20/Using-Pettlep-İmagery-To-Enhance-Sports-Performance/>
- İkizler, C, & Karagözoğlu C. (1997). *Sporda başarının psikolojisi* 3. Baskı, İstanbul: Alfa Basım
- İnanç, B. & Yerlikaya, E. (2012). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.
- İnanç, B. Y. & Yerlikaya, E. (2008). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- İnanç, B. Y., & Yerlikaya, E. E. (2017). *Kişilik kuramları*. Pegem Atıf İndeksi, 1-339.

- Karabağ, B. (2019). *Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin kişilik özellikleri, karar verme stilleri ve stresle başa çıkma stratejilerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Ana Bilim Dalı, Bartın.
- Judge, T. A., Higgins, C. A., Thoresen, C. J. ve Barrick, M. R. (1999). *The Big Five Personality Traits, General Mental Ability, and Career Success Across The Life Span*. *Personnel Psychology*, 52(3), 621-652.
- Judge, T. A., Higgins, C. A., Thoresen, C. J. ve Barrick, M. R. (1999). *The Big Five Personality Traits, General Mental Ability, and Career Success Across The Life Span*. *Personnel Psychology*, 52(3), 621-652.
- Karagözoğlu, C. (2006). *Sporda psikolojik destek*. İstanbul: Morpa.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri: Kavramlar İlkeler ve Teknikler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım. 31. Basım.
- Kartal, Z., Güvendi, B., Türksoy, A., & ALTINCI, E. (2017). Takım sporcularının imgeleme kullanımları ile başarı motivasyonları arasındaki ilişki. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 41-53.
- Kaşlı, M. (2009). *Otel işletmelerinde iş görenlerin kişilik özellikleri, lider-üye etkileşimi ve tükenmişlik ilişkisinin incelenmesi*.
- Kesici, T., & Kocabaş, Z. (1998). *Biyoistatistik*, Ankara Üniversitesi Basımevi, Ankara/Türkiye; 203-282.
- Kızıldağ, E. (2007). *Farklı spor branşındaki sporcuların imgeleme biçimleri*. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin. Yüksek öğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezinden edinilmiştir. (Tez No. 195555).
- Kızıldağ, E. Tiryaki, Ş. (2012), Sporda imgeleme envanterinin türk sporcular için uyarlanması, *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi* 23, (1) s:13-23.
- Kolayış H, Sarı İ, Köle Ö. Takım Sporlarıyla Uğraşan Kadın Sporcuların İmgeleme, Güdülenme ve Kaygı Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2015; 13 (2), 129-136.
- Konter, E. (1999). *Uygulamalı spor psikolojisinde zihinsel antrenman, imgeleme ve doruk performans*. 1. Baskı, Nobel, Ankara:8-69.
- Koptagel, G. (1987). *Tıpsal psikoloji*. İstanbul: Beta Basım Yayın Dağıtım Aş: 198
- Korkut, Ç. (2013). *Karate antrenörlerinin kişilik özelliklerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, İstanbul. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 349914).
- Köknel, Ö. (1982). *Kaygıdan mutluluğa kişilik*. (1. Baskı). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köknel, Ö. (1984). *Kişilik*. Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.
- Kronauer, A., Liang, J. K. & Soto, C. J. (2016). *Five-factor model of personality*. In S. K. Whitbourne (Ed.), *Encyclopedia Of Adulthood And Aging* (Vol. 2, Pp. 3-506-510). Hoboken, Nj: Wiley.
- Kuru, Emin.(2003). "Farklı Statüdeki Beden Eğitimi Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri", *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 23, Sayı 1, Ankara.

- Kuzgun, Y. (1972). *Ana-baba tutumlarının bireyin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Loranger, Aw.; Janca, A; & Sartorius, N. (1997). *Assessment And Diagnosis Of Personality Disorders*. New York, Cambridge University Press.
- Magnavita, J.J. (2016). *Kişilik Kuramları*, Psikoterapi Enstitüsü. (Çev.). 1.Baskı. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Martin, K; Moritz, & S; Hall, C. (1999). *Imagery used in sport: A Literature Review And Applied Model*. *The Sports Psychologist*, 13(3), 245-268. Doi:10.1123/Tsp.13.3.245.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd Ed.). New York: Harper And Row.
- Mellalieu S., Hanton, S. ve Thomas O. (2009). The effects of a motivational general-arousal imagery intervention upon pre-performance symptoms in male rugby union players. *Psychology of Sport and Exercise*, 10,175–185.
- McCrae, R. R. ve Costa, P. T. (1989). Reinterpreting The Myers-Briggs Type Indicator From The Perspective of The Five-Factor Model of Personality. *Journal of Personality*, 57(1), 17–40.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1989). The structure of interpersonal traits: Wiggins's circumplex and the five-factor model. *Journal of personality and social psychology*, 56(4), 586.
- McCrae, R. R. ve John, O. P. (1992). An Introduction to The Five-Factor Model and Its Applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215.
- Mcadams, D. P. (1997). *A conceptual history of personality psychology*. In. R. Hogan. J. Johnson & S. Briggs (Ed.), *Handbook Of Personality Psychology*. (P. 3-39). Academic Press
- Miçooğulları, O., Kirazcı, S. ve Özdemir, R.A. (2009). Futbolcuların deneyimleri açısından imgeleme türleri ve kullanım düzeylerinin belirlenmesi, *Spor Hekimliği Dergisi*, 44, 1-8.
- Morris, T., Spittle, M. P., & Watt, A. (2005). *Imagery in sport*. Human Kinetics.
- Munroe, K. J., Giacobbi J. R., Peter, R., Hall, C. & Weinberg, R. (2000). *The four ws of imagery use: Where, When, Why, And What*. *The Sport Psychologist*, 14, 119-137.
- Murphy, S. M. & Martin, K. A. (2002). *The use of imagery in sport*. In T. S. Horn (Eds.), *Advances İn Sport Phychology* (Pp. 405-439). Champaign, Il: Human Kinetics,
- Niazi, S. (2017). Personality traits as predictor of self-esteem of university students: moderating role of openness to experience. *Journal of Behavioural Sciences*.
- Orlick, T., & Partington, J. (1987). *The sport psychology consultant: Analysis of critical components as viewed by Canadian Olympic athletes*. *The Sport Psychologist*, 1(1), 4-17.
- Öktem, U. (2009). *İlköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin a tipi kişilik özellikleri ile iş doyumları arasındaki ilişki*. (Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Ana Bilim Dalı, İstanbul. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 240252).
- Özer, H. (2019). *Ekstrem sporcuların kişilik özelliklerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Rekreasyon Ana Bilim

- Dalı, Muğla. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 554028).
- Paivio, A. (1985). Cognitive and motivational functions of imagery in human performance. *Canadian Journal Of Applied Sport Sciences*, 10(4), 22-28.
- Richardson, A. (1969). *Mental imagery*. New York, Ny: Springer
- Robbins, S. P. ve Judge, T. A (2017). *Örgütsel Davranış*. (14. Basımdan Çeviri). (Çev Ed: Erdem, G. Bölüm Çev: Tüz, M). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Ryan, R. M., Frederick C.M., Lepes, D., Rubio, N., & Sheldon K. M. (1997). Intrinsic motivation and exercise adherence. *International Journal Of Sport Psychology*, 28:112-120.
- Samur, Ü. G. (2017). *Kuşaklararası çatışmaya duygusal ve zihinsel çözümler*. 1. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi, s.28-29.
- Salmon, J., Hall, C. and Halsam, I.R. 1994. The Use of Imagery by Soccer Players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 6, 116-133.
- Sarıtaş, M. (1997). Yönetimde kişilik faktörü. *Eğitim Yönetimi Dergisi*. 4: 527- 548.
- Savaş, M. (2019). *Okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinin imgeleme becerileri kullanımı ile sportif güven düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Erzincan. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 540142).
- Sayar, K. & Dinç. M. (2008). *Psikolojiye Giriş*, 1.Basım. İstanbul: Dem Yayınları.
- Schultz, D. P. & Schultz, S. E. (2017). *Theories of personality*. 11. Boston: Cengage Learning.
- Seleciler, C. (2019). *Halk dansları eğitimi gören üniversite öğrencilerinin imgeleme ve optimal performans duygu durumu düzeylerinin belirlenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Bartın. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No.546619).
- Sır, N. Ş. (2016). *Öğretmen adaylarının 5 faktör kişilik kuramına göre kişilik özelliklerinin belirlenmesi ve bazı değişkenlere göre incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 454853).
- Simon, J. (2000). *Doing imagery in the field*. In *Doing Sport Psychology*, Ed.M B. Andersen, Champaign,Il, Human Kinetics, 77-92.
- Singer, Rn. (1990). *Motor learning and human performance*. Third Edition, Macmillan,; 240-242.
- Smith, D. (2010). Enhancing sports performance using pettlep imagery. *Podium Sports Journal*. Erişim: 04.01.2023
- Somer, O., Kormaz, M. & Tatar, A. (2002). “Beş faktör kişilik envanterinin geliştirilmesi, ölçek ve alt ölçeklerinin oluşturulması”. *Türk Psikoloji Dergisi* 17 (49): 21-33-36.
- Şahin, F. (2014). *Takım ve bireysel spor yapan sporcuların zihinde canlandırma beceri düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Burdur. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 385939).
- Şahin, H. M. (2006) *Beden Eğitimi ve Spor Sözlüğü*. İstanbul: Morpa.

- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Tatlıoğlu, K. (2013). Beş faktör kişilik kuramı bağlamında kişilik kavramına genel bir bakış, *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3.
- Taylor, J. & Wilson, G. (2005). *Applying Sport Psychology: Fourperspectives*. Human Kinetics.119-132.
- Tekin, M. (2018). *Okçuların imgeleme becerileri ile dikkat ve performans düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bilim Dalı, Aydın. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No.513098).
- Thomas, Jc. & Segal, Dl. (2006). *Comprehensive handbook of personality and psychopathology*. New Jersey, Wiley.
- Tınar, M. Y. (1999). Çalışma yaşamı ve kişilik. *Mercek Dergisi*.
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor psikolojisi*. Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi.
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor psikolojisi*. Kavramlar, Kuramlar ve Uygulama. Eylül Kitap ve Yayınevi, S.54-60.
- Turan, Y. (2009). *Kişilik özellikleri ve dinsel yönelimler üzerine bir araştırma*. (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İlahiyat Ana Bilim Dalı, İstanbul. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 254698).
- Turhan, Ö. (2019). Beş faktör kişilik özelliklerinin iş tatmini üzerindeki etkisinde depresyonun aracılık rolü. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*.
- Tutar, H. (2013). *Davranış bilimleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Tükenmez, M. (2018). *Denge antrenmanlarının bocce raffa oyuncularında yaklaşma (punto) isabetlilik oranına ve denge koordinasyon üzerine etkisi (İstanbul Esenyurt İlçesi Örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Ana Bilim Dalı, İstanbul. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 503552).
- Türkiye Bocce Bowling ve Dart Federasyonu resmî sitesi, www.tbddf.gov.tr/tarihce, 28.04.2023 Tarihinde erişim sağlanmıştır.
- TBBDF, (2023), Kurallar kitapçığı. Erişim Adresi <https://tbddf.gov.tr/>, Erişim tarihi 22.05.2023.
- Türkmen M. (2011). *Çim Topu, Petank, Raffa ve Volo Oyun Sistemleriyle; Bocce Tanımlar, Tarihçe ve Oyun Kuralları*. 1. Baskı, Ankara, Neyir Yayınları 2011; 11-41.
- Türkmen, F. (2013). *Kişilik tiplerinin çatışmayı yönetme yöntemlerine etkisi*. (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Ana Bilim Dalı, Ankara. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 333489).
- Türkmen, M. U. (2020), *Dart Sporcularında Sporda İmgeleme, Algılanan Stres ve Yaşam Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yüksek lisans Tezi). Bartın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Bartın. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 680140).
- Ungerleider,S., Golding,J.M., Porter,K.,and Foster, J.(1989). *An Exploratory Examination of Cognitive Strategies Used by Masters Track and Field Athletes*. The Sport Psychologist,3,245-253.

- Uysal, M. (2010). *Hemşirelerin kişilik özellikleri ile karar stratejilerinin ilişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Ana Bilim Dalı, İstanbul. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 247927).
- Vanden Auweele, Y., De Cuyper, A., Van Mele, V., & Rzewnicki, R. (1993). *Elite performance and personality: From description and prediction to diagnosis and intervention*.
- Vealey RS, Walter SM, (1993). *Imagery Training for Performance Enhancement and Personal Development*. In. J.M. Williams eds. Applied Sport Psychology, 2nd edition, California: Mayfield Publishing Company, p. 220-224.
- Vurgun, N. (2010). *Sporda imgeleme envanterinin Türkçeye uyarlanması ve sporda imgelemenin yarışma kaygısı ile sportif güven üzerindeki etkisi*. (Doktora Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda psiko-sosyal alanlar Ana Bilim Dalı, İzmir. (Tez No. 298908).
- Watt, A. P., & Morris, T. (1998a). *The sport imagery ability measure: Development And Reliability Analysis*. Paper Presented At The 33rd Australian Psychological Society Conference (October), Melbourne, Australia.)
- Watt, A. P., & Morris, T. (1999a). *Reliability, factor structure, and criterion validity of the sport imagery ability measure (Siam)*. Proceeding Of The 3rd 172 International Congress Of The Asian South Pacific Association Of Sport Psychology, 330-332. Wuhan, China: Aspasp.
- Watt, A. P., & Morris, T. (2001). *Criterion validity of the sport imagery ağabeylity measure (Siam)*. In Proceeding Of The 10th World Congress Of Sport Psychology, Vol.2 (May), Ed. A. Papaioannou, M. Goudas, And Y. Theodorakis, 60-62. Skiathos, Greece.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2003). *Foundation of sport and exercise psychology* (3rd edition). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Spor ve egzersiz psikolojisinin temelleri*. (M. Şahin & Z. Kuruç, Çev.). Ankara: Nobel Akademik.
- White, A. ve Hardy, L. (1998). *An-In-Depth Analysis of the uses of imagery by highlevel slalom canoeists and artistic gymnasts*. The Sport Psychologist, 12, 387-403.
- Yamak B, Çebi M, Eliöz, M, Küçük H, Ceylan L. (2018). *Kadın Basketbolcuların Spor Yaşına Göre İmgeleme Puanlarının Karşılaştırılması*. The Journal of International Anatolia Sport Science. 2018;3(1):274-280.
- Yanbastı, G. (1990). *Kişilik kuramları*. Ege Üniversitesi Yayınları. İzmir.
- Yarayan, Y. E. (2017). *Farklı takım sporlarında olan sporcuların imgeleme biçimlerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Kırıkkale. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 474518).
- Yelboğa, A. (2006). *Kişilik Özellikleri ve İş Performansı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. The Journal of Industrial Relations and Human Resources, 8(2), 196-217.
- Yöyen, E. G. (2016). *Uluslararası kişilik envanteri kısa versiyonunun türkçeye uyarlanması: güvenilirlik ve geçerlilik analizi*, *International Journal Of Social Sciences And Education Research*, 2.
- Yüncü, S. (2020), *Sporcularda Kişilik Özelliklerinin Karar Verme Stratejileri ve Atılganlık Düzeyi Üzerine Etkilerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*. (Yüksek Lisans tezi). Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.

Zel, U. (2011). *Kişilik ve liderlik*. (3. Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Zöchling, K. (1998). *The mechanical basics of thro wing darts*. <http://www.dartbase.com/frames.php3?x=grip.htm>. Son Erişim Tarihi: 26.06.2023 'de alınmıştır.



Ekler

Ek 1. Sosyo-Demografik Form

Sevgili Katılımcılar;

Bu çalışma, Bocce ve Dart Sporcularının Kişilik özellikleri ile İmgeleme Düzeylerinin İncelenmesi amacıyla hazırlanmıştır. Anketin ilk bölümünde katılımcıların demografik özelliklerine yönelik sorular yer almaktadır. Sonraki bölümlerde ise kişilik özelliklerine ve imgeleme düzeylerini belirlemeye yönelik sorular yer almaktadır. Anketimize göstereceğiniz dikkat, ilgi, sabır ve sorulara vereceğiniz samimi cevaplar araştırmamızın objektif olmasını sağlayacaktır. Anketimize vereceğiniz bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Kıymetli vaktinizi ayırdığımız ve ilginiz için teşekkür ederiz.

Necla ŞAHİN

Dr. Öğr. Üyesi Tuncay Öktem

Öğr. Gör. Dr. Eda ADATEPE

(Yüksek Lisans Öğrencisi)

(Danışman)

(İkinci Danışman)

1. Yaşınız:

2. Cinsiyetiniz:

() Kadın () Erkek

3.Spor Branşı:

() Bocce () Dart

4.Spor Yaşı:

5.Milli Sporcu musunuz:

() Evet () Hayır

6. Ailenizde lisanslı olarak spor yapan birileri var mı?

() Evet () Hayır

7. Eğitim Durumunuz:

() İlkokul () Ortaokul () Lise () Lisans () Lisansüstü

8. Annenizin Eğitim Durumu:

() İlkokul () Ortaokul () Lise () Lisans () Lisansüstü

9. Babanızın Eğitim Durumu:

() İlkokul () Ortaokul () Lise () Lisans () Lisansüstü

10. Aile Gelir Düzeyiniz:

() Düşük () Orta () Yüksek

11. Kişisel Gelir Düzeyiniz:

() Düşük () Orta () Yüksek

Ek 2. Beş Faktör Kişilik Envanteri

BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ENVANTERİ	Kesinlikle Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Ne katılıyorum Ne Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Kendimi konuşkan biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2. Kendimi başkalarında hata bulmaya eğilimli biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3. Kendimi bir işi titiz yapan biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4. Kendimi depresyonda, hüzünlü biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5. Kendimi yeni fikirler üreten, orijinal biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6. Kendimi sosyal ilişkilerinde yakınlaşmaktan kaçan biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7. Kendimi yardımsever ve diğerlerine karşı bencil olmayan biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8. Kendimi bazen dikkatsiz olabilen biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9. Kendimi rahat ve stresle başa çıkabilen biri olarak görüyorum	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10. Kendimi birçok farklı konuya meraklı biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11. Kendimi enerji dolu biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12. Kendimi başkalarıyla kavga başlatan (kavgacı) biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13. Kendimi güvenilir bir çalışkan olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14. Kendimi gergin olabilen biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15. Kendimi zeki, derin düşünen biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16. Kendimi çevresine coşku yayan biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17. Kendimi bağışlayıcı, affedici bir yapıya sahip biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18. Kendimi dağınık olmaya eğilimli biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19. Kendimi endişeli biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20. Kendimi canlı bir hayal gücü olan biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
21. Kendimi kolaylıkla sessizleşebilen biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

22. Kendimi genellikle güvenilir biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
23. Kendimi tembelliğe eğilimli biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
24. Kendimi duygusal olarak çabuk değişmeyen, kolay üzülmeyen biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
25. Kendimi yaratıcı biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
26. Kendimi kendini kabul ettiren, güçlü bir kişiliğe sahip biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
27. Kendimi soğuk ve mesafeli olabilen biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
28. Kendimi başladığı işi azimle, bitirene kadar sürdüren biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
29. Kendimi birden bire canı sıkılabilen biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
30. Kendimi sanatsal ve estetik deneyimlere değer veren biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
31. Kendimi bazen utangaç ve duygularını pek dışa vurmayan biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
32. Kendimi hemen herkese karşı düşünceli ve nazik biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
33. Kendimi işleri etkili bir biçimde yapan biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
34. Kendimi gergin durumlarda sakin kalabilen biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
35. Kendimi rutin işleri tercih eden biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
36. Kendimi cana yakın, sosyal biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
37. Kendimi başkalarına karşı bazen kaba biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
38. Kendimi planlar yapan ve onlara uyan biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
39. Kendimi kolayca gerginleşen biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
40. Kendimi fikir yürüten ve fikirleri açıklamayı seven biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
41. Kendimi az sayıda sanatsal ilgisi olan biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
42. Kendimi başkalarıyla işbirliği yapmayı seven biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
43. Kendimi dikkati kolay değişebilen biri olarak görüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
44. Kendimi sanat, müzik ve edebiyatta bilgili biri olarak görüyorum	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

Ek 3. Sporda İmgeleme Envanteri

SPORDA İMGELEME ENVANTERİ	Tamamen Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1- Kafamda yeni planlar/stratejiler oluştururum.	1	2	3	4	5	6	7
2- Yarışma/oyun planım başarısız olursa bu durumda alternatif stratejiler hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3- Diğer sporcuların iyi performansından dolayı beni kutladığımı hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7
4- Fiziksel bir becerinin imgesini sürekli olarak kontrol edebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
5- Bir yarışmanın/oyunun her bir bölümünü hayal ederim (örneğin; hücumu karşı savunma, hızlıya karşı yavaş vs.).	1	2	3	4	5	6	7
6- Madalya aldığım ortamı hayal ederim (örneğin; gurur, heyecan vs.).	1	2	3	4	5	6	7
7- Bir becerinin imgesini kolaylıkla değiştirebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
8- Performansımı alkışlayan seyircileri hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7
9- Belli bir beceriyi hayal ettiğimde, onu zihnimde sürekli olarak mükemmel bir şekilde uygularım.	1	2	3	4	5	6	7
10- Kendimin bir madalya kazandığımı hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7
11- Yarışma ile ilgili stres ve endişeyi hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7
12- Bir yarışmayı hayal ettiğimde, kendimi duygusal olarak heyecanlanmış hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
13- Fiziksel beceriler için zihinsel düzeltmeler yapabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
14- Biryarışma/oyunda, oyunların/programların/ bölümlerin aynen kendi istediğim yolda gerçekleştiğini hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7
15- Bir beceriyi denemeden önce, onu mükemmel bir şekilde yaptığımı hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7
16- Zihinsel olarak güçlü olduğumu hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7
17- Katılacağım bir yarışmayı/oyunu hayal ettiğimde, kendimi endişeli hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
18- Rakiplerimin karşısında kendine güvenen biri olarak görüldüğümü hayal ederim	1	2	3	4	5	6	7
19- Yarışma ile ilgili heyecanı hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7

20- Benimle bir şampiyon olarak röportaj yapıldığını hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7
21- Kendimi mücadele gerektiren bir duruma odaklanmış olarak hayal ederim.	1	2	3	4	5	6	7



Ek 4. Etik Kurul Onay Talebi

Evrak Tarihi ve Sayısı: 11.03.2022-61396



T.C.
BAYBURT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : E-93265200-050.99-61396
Konu : Etik Kurul Kararı (Necla ŞAHİN)

11.03.2022

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞINA

Üniversitemiz Etik Kurulu 24.02.2022 tarihinde toplanmış olup, yapılan toplantı sonucu Anabilim Dalımız Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencilerinin Etik Kurulu Onayı ile ilgili yapmış olduğu başvuru Etik Kurulunca uygun bulunmuş olup, karar asılları ekte sunulmuştur.
Bilgilerini ve gereğini rica ederim.

Doç.Dr. Fatih GÜRBÜZ
Enstitü Müdürü

Ek: Etik Kurul Kararları (3 Sayfa)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : BSD3RT8JN2 Pin Kodu : 24662
Kep Adresi: bayuni@hs01.kep.tr

Belge Takip Adresi : <https://turkiye.gov.tr/ebd?eK=5264&eD=BSD3RT8JN2&eS=61396>

Bilgi için: TUĞRUL FIDAN
Unvanı: Memur



Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Ek 5. Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 25.02.2022-58581

Evrak Tarihi ve Sayısı: 25.02.2022-68996



T.C.
BAYBURT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU
KARARI



Karar Tarihi
24.02.2022

Karar Sayısı
40

Oturum Sayısı
03

Üniversitemiz Etik Kurulu tarafından, Bayburt Üniversitesi Rektörlüğü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü'nün 16.02.2022 tarihli ve E-83542712-050.99-56710 sayılı yazısına istinaden, Bayburt Üniversitesi Rektörlüğü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı 202225048 numaralı öğrencisi Necla ŞAHİN'nin yürüttüğü "Bocce ve Dart Sporcularının Kişilik Özellikleri ile İmgeleme Düzeylerin İncelenmesi" başlıklı araştırma önerisi üniversitemiz etik kurulu tarafından incelenmiş olup; araştırma önerisinin etik ilkelere uygun olduğuna toplantıya katılan üyelerin oy birliğiyle karar verilmiştir.

Prof.Dr. Ali Savaş BÜLBÜL
Başkan

BELGENİN ASLI ELEKTRONİK İMZALIDIR

Mevcut Elektronik İmzalar

Prof.Dr. ALİ SAVAŞ BÜLBÜL (Etik Kurulu - Başkan) 25.02.2022 15:22

Ayrıntılı bilgi için irtibat: Nuri TURAN



Tel :

Faks:

E-Posta :

Elektronik ağ:

Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Ek 6. Ölçeklerin İzinleri

Beş Faktör Kişilik Ölçeği İzni



Gelen Kutusu



necla şahin 10 Eyl

Merhabalar Sayın Hocam, Bayburt üniversitesinde
Beden Eğitimi ve Spor alanında yüksek



Gulin Evinc Dün

Alıcılar: ben ▾



Tabii ki kullanabilirsiniz:)

Doç. Dr. Ş. Gülin Evinç

Hacettepe Üniversitesi
Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları
Anabilim Dalı

Tel: [Redacted]

e-posta: [Redacted]

Assoc. Prof. Ş. Gülin Evinç, Ph.D.

Hacettepe University
Child and Adolescent
Mental Health Department

Tel: [Redacted]

e-mail: [Redacted]

necla şahin [Redacted], 10 Eyl 2021 Cum,
13:14 tarihinde şunu yazdı:

[Alıntılanan metni göster](#)



ESEN KIZILDAĞ KALE 16:44

Alıcılar: ben ▾



Merhaba,
Ölçeği kullanmanızda hiçbir sakınca yoktur. Çalışmalarınızda başarılar dilerim

iPhone'umdan gönderildi

necla şahin <[REDACTED]> şunları yazdı (3 Eyl 2021 16:15):

[Alıntılanan metni gizle](#)

Merhabalar Sayın Hocam,

Bayburt üniversitesinde Beden Eğitimi ve Spor alanında yüksek lisans yapmaktayım. "Sporda İmgeleme Envanterinin Türk Sporcular için Uyarlanması" isimli çalışmanızda Türkçe uyarlamasını gerçekleştirdiğiniz envanteri gerçekleştireceğimiz çalışmada kullanmak için sizden izin talep etmekteyim. Saygılarımla,

Necla ŞAHİN

ÖZ GEÇMİŞ

..... yılında’nun ilçesinde doğdu. İlköğretim ve lise eğitimini ilinde tamamladı. yılında Gazi Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi Antrenörlük Eğitimi bölümünü kazandı ve yılında mezun oldu. yılında Bayburt üniversitesinde yüksek lisans öğrencisi olarak eğitimine devam etti. Spor hayatına yılında Atletizm ile başladı. yılında bocce sporunu tanınmasıyla ulusal ve uluslararası birçok derece elde etti.’da Fas’ta yapılan Dünya Bocce Şampiyonasında ilk derecesini alarak Dünya 3. Oldu. yılında İtalya’da yapılan Avrupa Kadınlar Bocce Şampiyonasında Avrupa 3.sü ve Slovenya da yapılan Avrupa Kulüpler Şampiyonasında takım halinde Avrupa 3.sü olmuşlardır.’de Çin’de yapılan Dünya Kadınlar Bocce/Volo Şampiyonasında Dünya Şampiyonu oldu. yılında Slovenya da yapılan Avrupa Şampiyonasında Avrupa 3.sü ve’da yapılan İslami Dayanışma Oyunlarında Bocce/Röle mix de Şampiyon olmuştur. Ulusal birçok dereceside bulunan sporcunun son derecesi Volo/Basamakta ve Röle’de Türkiye Şampiyonluğudur. Aktif spor hayatı devam etmektedir.