



Spor Bilimleri
Fakültesi



V. Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi

25 - 27 Eylül 2020

Ψ Çevrimiçi
Kongre



KONGRE KİTAPÇIĞI



esp2020kongre.com

[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)

5.

Uluslararası
**Egzersiz ve Spor
Psikolojisi Kongresi**
25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



KÜNYE

V. ULUSLARARASI EGZERSİZ ve SPOR PSİKOLOJİSİ KONGRESİ

Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Egzersiz ve Spor Psikolojisi Derneği (Türkiye)

Organization

Prof.Dr. Turgay Biçer ve Prof.Dr. Salih Pınar, Kongre Başkanları

Doç.Dr. Gözde ERSÖZ, Kongre Sekreteri

Address

Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Cumayolu Cad. No:1

Anadoluhisarı-İstanbul

Türkiye

© Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi & Egzersiz ve Spor Psikolojisi Derneği



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com

5.

Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi 25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



ÖNSÖZ

Değerli Bilim İnsanı,

Sizi Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve Egzersiz ve Spor Psikolojisi Derneği iş birliği ile gerçekleştirilen spor ve egzersiz psikolojisiyle ilgili bilgi ve deneyimlerimizi paylaşmak amacıyla **25 - 27 Eylül 2020** tarihleri arasında gerçekleşmesi planlanan **V. Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi**'ne, dünyada ve ülkemizde yaşanan Kovid-19 salgını nedeniyle, çevrimiçi ortamda buluşmaya davet ediyoruz.

Kongremizin teması "**Psikolojik Sağlık ve Toparlanma**" olarak belirlenmiştir.

En büyük dileğimiz Kongremizde egzersiz ve spor psikolojisi alanındaki yenilikler ve uygulamaları görmek, yaşamak, yaşatmak ve paylaşmaktır. Bu muhteşem organizasyonumuza değerli katkılarınız ve katılımlarınız bizleri onurlandıracaktır.

Sevgi, saygı ve muhabbetle,

Organizasyon Komitesi Adına,

Prof. Dr. Salih PINAR
Marmara Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi Dekanı

Prof. Dr. Turgay BİÇER
Egzersiz ve Spor Psikolojisi Derneği
Başkanı ve Kongre Başkanı



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com

KURULLAR

KONGRE ONURSAL BAŞKANI

Dr. Mehmet Muharrem KASAPOĞLU (T.C. Gençlik ve Spor Bakanı)

KONGRE FAHRİ BAŞKANI

Dr. Erol ÖZVAR (Marmara Üniversitesi Rektörü)

KONGRE ONUR KURULU

Prof. Dr. Uğur ERDENER (Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi Başkanı)

Prof. Dr. Mehmet GÜNAY (Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi,
Spor Bilimleri Derneği Başkanı)

Yasin KARTOĞLU (Başakşehir Belediyesi Başkanı)

Dr. Cemil BAĞLAMA (İstanbul Gençlik ve Spor İl Müdürü)

DÜZENLEME KURULU

ORGANİZASYON BAŞKANI	ORGANİZASYON KOMİTESİ	GÖNÜLLER
Dr. Salih PINAR	Dr. Turgay BİÇER	Burcu SANİN
Dr. Turgay BİÇER	Dr. Veysel KÜÇÜK	T. Sezen GÖKSU
KONGRE GENEL SEKRETERİ	Dr. Ayşe TÜRKSOY IŞIM	Ayten GÜNEŞ
Dr. Gözde ERSÖZ	Dr. Gözde ERSÖZ	Adnan ŞENGÜL
KONGRE BİLİMSEL SEKRETERYASI	Dr. Hakan KOLAYIŞ	Gülşah KIZILTAŞ
Dr. Ayşe TÜRKSOY IŞIM	Dr. Yalçın BEŞİKTAŞ	Rümeysa YAZGAÇ
Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU	Dr. Akın ÇELİK	Dilara ARSLAN
ÖDÜL KOMİTESİ	Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU	Mina EKİN
Dr. Ayşe TÜRKSOY IŞIM	BİLGİ İŞLEM	Mehmet Akif KEKEÇ
Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU	Oktay AKYÜZ	
Dr. Hakan KOLAYIŞ	Hilal TINAZ	
Dr. Atahan ALTINTAŞ	Özge KARAGÖZ	
Dr. İhsan SARI	Didem AKMAN	



Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi

25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



BİLİM KURULU

Dr. Abdurrahman AKTOP	Dr. Fatma ÇEPIKKURT	Dr. Mustafa Levent İNCE
Dr. Akın ÇELİK	Dr. Feyza Meryem KARA	Dr. Nevzat MUTLUTÜRK
Dr. Ali KIZILET	Dr. Füsün ÖZTÜRK KUTER	Dr. Nilgün VURGUN
Dr. Anne-Marie ELBE	Dr. Gamze ÜNGÜR	Dr. Nimet KORKMAZ
Dr. Arda ÖZTÜRK	Dr. Gaye ERKMEN	Dr. Özgür MÜLAZIMOĞLU BALLI
Dr. Atahan ALTINTAŞ	Dr. Gershon TENENBAUM	Dr. Özden TEPEKÖYLÜ ÖZTÜRK
Dr. Aydın İLHAN	Dr. Gökhan ÇALIŞKAN	Dr. Osman ATEŞ
Dr. Aylin ZEKİOĞLU	Dr. Gökhan ÇOBANOĞLU	Dr. R. Feridun DORAK
Dr. Ayşe TÜRKSOY İŞİM	Dr. Gözde ERSÖZ	Dr. Recep GORGULU
Dr. Ayşe Gökçe ERTURAN	Dr. Gülsüm BAŞTUĞ	Dr. Rıdvan EKMEKÇİ
Dr. Ayşe Meliha CANPOLAT	Dr. Güven ERDİL	Dr. Robert EKLUND
Dr. Bahri GÜRPINAR	Dr. Hakan KOLAYIŞ	Dr. Sadettin KİRAZCI
Dr. Başak EROĞLU	Dr. Hüseyin GÜMÜŞ	Dr. Salih PINAR
Dr. Bilge DONUK	Dr. Hüseyin ÜNLÜ	Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU
Dr. Birol DOĞAN	Dr. İtay BASEVITCH	Dr. Selda UZUN
Dr. Bora ÇAVUŞOĞLU	Dr. İhsan SARI	Dr. Serap Mungan AY
Dr. Burcu GÜVENDİ	Dr. İlhan ODABAŞI	Dr. Serdar ALEMDAĞ
Dr. Bülent GÜRBÜZ	Dr. İlhan ADILOĞULLARI	Dr. Serdar KOCAEKŞİ
Dr. Bülent Okan MIÇOĞULLARI	Dr. İlhan TOKSÖZ	Dr. Serdar TOK
Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU	Dr. İlker ÖZMUTLU	Dr. Seyhan HASIRCI
Dr. Chris HARWOOD	Dr. İrfan YILDIRIM	Dr. Sinan BOZKURT
Dr. Claudio ROBAZZA	Dr. İlknur YAZICILAR ÖZÇELİK	Dr. Şefik TİRYAKİ
Dr. Çiğdem ÖNER	Dr. Kadir YILDIZ	Dr. Süleyman Erim ERHAN
Dr. Deniz HÜNÜK	Dr. Kamil ÖZER	Dr. Tennur Yerlisu LAPA
Dr. Dilara Sevimay ÖZER	Dr. Kemal Nuri ÖZERKAN	Dr. Turgay BİÇER
Dr. Edson FILHO	Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK	Dr. Ufuk ALPKAYA
Dr. Elif Nilay Ada DAŞDAN	Dr. Leyla TAVACIOĞLU	Dr. Umut Davut BAŞOĞLU
Dr. Elif KARGÜN	Dr. Mehmet ACET	Dr. Utku IŞIK
Dr. Emine ÇAĞLAR	Dr. Mehmet GÜÇLÜ	Dr. Veli Onur ÇELİK
Dr. Emmanouil GEORGIADIS	Dr. Mehmet YORULMAZLAR	Dr. Veysel KÜÇÜK
Dr. Erman ÖNCÜ	Dr. Meliha OK	Dr. Yalçın BEŞİKTAŞ
Dr. Ersin ALTIPARMAK	Dr. Mine MÜFTÜLER	Dr. Yasemin ALDEMİR
Dr. Esen KIZILDAĞ KALE	Dr. Miquel Torregrossa	Dr. Zeynep DİNÇ
Dr. F. Hülya AŞÇI	Dr. Mustafa ŞAHİN	Dr. Zişan KAZAK



KONGRE PROGRAMI

Saat / Time

25 Eylül 2020 / 25 September 2020 (Cuma / Friday)

1. OTURUM

Açılış / Opening Ceremony

Dr. Mehmet GÜNAY (Spor Bilimleri Derneği Başkanı)
Dr. Turgay BİÇER (Egzersiz ve Spor Psikolojisi Derneği Başkanı)
Dr. Salih PINAR (Marmara Üniversitesi Dekanı)
Dr. Gözde ERSÖZ (Kongre Genel Sekreteri) - Türkiye'de Spor Psikolojisi Tarihi

2. OTURUM

Davetli Konuşma 1 / Keynote Speech 1

Düşünme, Karar Verme ve Bütünleştirilmiş Seçimler
Judgment, Decision Making and Embodied Choices
Dr. Markus Raab

10.30-11.30

Oturum Başkanı: Dr. Turgay BİÇER

11.30-11.40

Ara / Break

3. OTURUM

Davetli Konuşma 2 / Keynote Speech 2

Winning isn't Normal: What Separates the Best from the Rest?
Kazanmak Normal Değildir: En İyiyi Diğerlerinden Ayıran Nedir?
Dr. David Fletcher

11.40-12.40

Oturum Başkanı: Dr. F.Hülya AŞÇI

12.40-13.00

Ara / Break

4. OTURUM

Panel

Sportif Performansta Beynimizde Neler Oluyor?
Dr. Adil Deniz DURU
Dr. Serdar TOK

13.00-13.45

Oturum Başkanı: Dr. Hakan KOLAYIŞ

13.45-14.00

Ara / Break

5. OTURUM

Sözel Sunumlar 1 / Oral Presentations 1

14:00-15:15

Spor Psikolojisi / Sport Psychology
Oturum Başkanı: Dr. Zişan KAZAK

S01	Gökhan Arıkan , Erkan Çimen	Üniversite Adaylarının Spor Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi
S02	Buse Sulu , Erdem Çakaloğlu, Onur Akyüz, Perican Bayar	Voleybolcularda Cinsiyetin Öz-Yeterlik ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerine Etkisi
S03	Buse Sulu , Erdem Çakaloğlu, Onur Akyüz, Perican Bayar	Düzenli Egzersiz Yapma ve Cinsiyetin Stresle Başa Çıkma Stillere Etkisi
S04	Aydın Karaçam , Merve Uca, Kenan Sivrikaya	Boks Hakemlerinin Mesleki Haz Düzeylerinin İncelenmesi
S05	Ela Arı, Hacer Gül , Sinem Güzel, Elif Oğuz	Öz Şefkat ve Spora Bağlılığın Sporda Akış ile İlişkisinin İncelenmesi

6. OTURUM

Sözel Sunumlar 2 / Oral Presentations 2

15.15-16.45

Sporda Bilişsel Psikoloji / Cognitive Sport Psychology
Oturum Başkanı: Dr. Yalçın BEŞİKTAŞ

S06	Yasin Altın	Gençlerde 12 Haftalık Hafif-orta Şiddetli Aerobik Egzersizin Engelleyici Bilişsel Kontrol Üzerindeki Kronik Etkisi
S07	Serkan Pancar	Açık ve Kapalı Beceri Sporların Bilişsel İşlevler Üzerine Etkisi
S08	Selman Orhan , Melih Nuri Salman	Profesyonel Futbolculara Uygulanan Psikolojik Beceri Antrenmanlarının Sportif Performansa Etkisi Üzerine Bir Araştırma
S09	Özge Karagöz , Cengiz Karagözoğlu	Carlstedt Protokolü – Performansın Kritik Anlarındaki Zihin-Beden Modeli
S10	İlknur Can , Adil Deniz Duru	Oryantiring Sporcularında Submaksimal Yorgunluk Düzeyinin Rota Seçimine Etkisinin İncelenmesi

16.45-17.00	Ara / Break	
7. OTURUM	Atölye Çalışması / Workshop	
17:00-17.45	Spor ve Egzersiz Psikolojisi Laboratuvarının Oluşturulması: Spor ve Egzersiz Psikolojisinin Uygulamalı Öğretimini Geliştirmek Starting a center: Extending the practical teaching of sport and exercise psychology Dr. Selen Razon Dr. Lindsey Keenan Oturum Başkanı: Dr. İhsan SARI	
8. OTURUM	Sözel Sunumlar 3 / Oral Presentations 3	
17.45-19.00	Spor ve Egzersiz Psikolojisi (Karma) / Sport and Exercise Psychology (Mixed) Oturum Başkanı: Dr. Emine ÇAĞLAR	
S11	Selen Razon , Anne O'Brien, Umit Tokac, Katelyn Koser, Scott Heinerichs, Melissa Reed	A campus wide effort to promote exercise: Lessons learned and implications
S12	Ayça Aygün , Cengiz Karagözoğlu	Egzersiz Kimliği Ölçeği'nin Türkçe Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması
S13	Sevit Karaburçak , Sezen Güleç, Seren Turhan	Özel Yeteneklilerin Fiziksel Aktivite Durumlarıyla Duygu Düzenleme Becerilerinin İlişkinin İncelenmesi
S14	Hande Sena Yılmaz , Ezgi Canıbek, Nazmi Bayköse	Egzersiz Yapan ve Yapmayan Kadınların Kaslılık Dürtülerini Belirlemede Beden Hakkında Olumsuz Konuşmanın Rolü
S15	Bahri Gürpınar , Maria Kavussanu, Christopher Ring	Türk Sporcuların Değerleri, Tutumları ve Davranışları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi
9. OTURUM	Sözel Sunumlar 4 / Oral Presentations 4	
19.00-19.45	Spor ve Egzersiz Psikolojisi (Karma) / Sport and Exercise Psychology (Mixed) Oturum Başkanı: Dr. Gökhan ÇALIŞKAN	
S16	Serkan Aydın , İlker Özmutlu	Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Özel Yetenek Sınavına Başvuran Adayların Algılanan Stres Düzeylerinin Araştırılması
S17	Rukiye Çivril Kara, Erman Öncü, Vildan Akbulut	Özel Eğitim Öğretmenlerinin Oyun, Spor ve Fiziksel Etkinlikler Dersine Yönelik Motivasyonları
S18	Rukiye Çivril Kara , Vildan Akbulut, Erman Öncü, Fatih Koca	Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi ve Oyun Dersine Yönelik Öz-yeterlikleri
S19	Çiğdem Öner , Zübeyde Cankurtaran	Zihinsel Beceri ve Teknikler ile Spor Yaralanmaları Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Taekwondo Sporcuları Örneği
10. OTURUM	Sözel Sunumlar 5 / Oral Presentations 5	
19.45-20.15	Sporda Psikofizyoloji / Psychophysiology in Sport Oturum Başkanı: Dr. Elif BOZYİĞİT	
S20	Özlem Özge Yılmaz, Tolga Polat, Korkut Ulucan	Profesyonel Futbolcularda Dopamin Reseptörü 2 DRD2 (rs1800497) Polimorfizm Dağılımının Belirlenmesi
S21	Başak Funda Eken , Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Gözdem Karapınar, Veysel Küçük, Korkut Ulucan	Profesyonel Futbolcularda Katekol-O-Metiltransferaz (COMT) rs4680 Polimorfizminin Belirlenmesi
S22	Başak Funda Eken , Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Gözdem Karapınar, Veysel Küçük, Korkut Ulucan	Profesyonel Futbolcularda Anksiyete ile İlişkili SLC6A4 Geni Promotor "S" ve "L" Allellerinin Belirlenmesi
S23	Furkan Çamiçi , Emrah Cerit	Dört Stil 50 Metre Yüzme Performansına Antropometrik ve Motorik Özelliklerin Etkisi
S24	Canan Sercan Doğan , Tolga Polat, Özlem Özge Yılmaz, Fatih Bilici, Şehkar Oktay, Korkut Ulucan	Profesyonel Kayakçılarda Katekol-O-Metil Transferaz (COMT) (rs4680) Polimorfizmlerinin İncelenmesi
S25	Beste Tacal Aslan , Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Başka Funda Eken, Veysel Küçük, Korkut Ulucan	Futbolcularda Beyin Kökenli Nörotrofik Faktör (rs6265) Polimorfizm Dağılımının Belirlenmesi

Saat / Time

26 Eylül 2020/ 26 September 2020 (Cumartesi / Saturday)

1. OTURUM

Sözel Sunumlar 1 / Oral Presentations 1

09:00-10:45

Spor ve Egzersiz Psikolojisi (Karma) / Sport and Exercise Psychology (Mixed)

Oturum Başkanı: Dr. Çiğdem ÖNER

- S26 **Emre Ozan Tingaz**, Soner Çakmak Zihinsel Geviş Getiren (Ruminasyon) Üniversiteli Sporcular İçin Bir Yol: Bilinçli Farkındalık
- S27 **Hilal Tınaz** Antrenörlük Bölümü Öğrencilerinin Yaratıcı Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi (İstanbul Esenyurt Üniversitesi Örneği)
- S28 **Maide Elif Alpay** Sakatlanmalar Sonrası Meydana Gelen Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Travma Sonrası Büyüme
- S29 **Maide Elif Alpay** Damgalanmaya Maruz Kalan Sporcularda Sportif Performans ve Psikolojik Toparlanma
- S30 Mehmet Tunçkol, **Banu Gündoğan** Spor Bilimleri Öğrencilerinin Öz Liderlik Düzeylerinin İncelenmesi
- S31 **Cemil Can Berk**, Hüseyin Kaynarca, Metin Fidan, Mikail Çelik Bilinçli farkındalık, Benlik saygısı, Zihinsel dayanıklılık, Ruminatif tepki
- S32 **Hazal Ayas**, Turgay Biçer Basketbolu Bırakan/Amatör Düzeyde Oynayan Bireylerin Mükemmeliyetçilik ve Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi

10:45-11:00

Ara / Break

2. OTURUM

Davetli Konuşma 1 / Keynote Speech 1

11:00-12.00

Bizler performans da sergiliyoruz, değil mi?
We are performers too, aren't we?
Michala Bednarikova

Oturum Başkanı: Dr. Bahri GÜRPINAR

12.00-12.15

Ara / Break

3. OTURUM

Sözel Sunumlar 2 / Oral Presentations 2

12.15-13.30

Spor Psikolojisi / Sport Psychology

Oturum Başkanı: Dr. Atahan ALTINTAŞ

- S33 **Yekta Şahin**, Emin Can Kısa, Yasemin Gök, Derya Melik Psikolojik Sağlık: Espor için bir başlangıç
- S34 Tamer Karademir, **Cengizhan Pakyardım**, Suat Mehmet Paksoy, Mert Karademir Genç Taekwondo Sporcularında Psikolojik Sağlık ve Şiddet Eğilimi
- S35 **Enes Özdemir**, Doğançan Açıkbaş, Nazmi Bayköse Zihinsel Dayanıklılığın; Sürekli Kaygı, Azim (Sebat) ve Duygusal Zekâ ile İlişkisinin İncelenmesi
- S36 **Serkan Aydın**, İlker Özmutlu Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi

13.30-13.45

Ara / Break

4. OTURUM

Atölye Çalışması / Workshop

13.45-14.30

Spor Psikolojisinde Profesyonel Yaklaşım
Professional Approach in Sports Psychology
Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU

Oturum Başkanı: Dr. İlhan TOKSÖZ

14:30-14.45

Ara / Break

5. OTURUM

Panel 1

14.45-15.30

Spor Profesyonelleri ile Söyleşi
Conversation with Sports Professionals
Gülşah Akkaya, Gülşen Degener, Cenk İldem
Oturum Başkanı: Dr. Birol DOĞAN

6. OTURUM

Panel 2

15.30-16.30

Aile, Sporcu ve Antrenör Üçgeninde Sporda İletişim
Communication in Sports in the Triangle of the Family, Athlete and Coach
Dr. Cem ÇETİN (Marmara Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Öğretim Üyesi)
Bora GERÇEKER (ENKA Spor Kulübü Başantrenörü)
Ayla AKSU (Tenis Milli Sporcu)

Oturum Başkanı: Dr. Seyhan HASIRCI

16.30-16.45

Ara / Break

7. OTURUM

Davetli Konuşma 2 / Keynote Speech 2

16.45-17.45

Yeniden Çerçeveleme Becerileri
Reframing Skills
Dr. Turgay BİÇER

Oturum Başkanı: Dr. Ayşe TÜRKSOY İŞİM

17.45-18.00

Ara / Break

8. OTURUM

Sözel Sunumlar 3 / Oral Presentations 3

18.00-19.15

Spor Psikolojisi / Sport Psychology

Oturum Başkanı: Dr. Mehmet GÜÇLÜ

S37

Elif Bozyğit, Sonnur Küçük Kılıç, Erman Öncü, Bülent Gürbüz

Sporcu Öğrenci Kariyer Farkındalığı Envanteri Türkçe Versiyonunun Psikometrik Özellikleri

S38

Sonnur Küçük Kılıç, Erman Öncü

Akademik Erteleme, Başarı Yönelimi, Akademik Öz-Yeterlik ve Kontrol Odağı İlişkisi: Beden Eğitimi Öğretmeni Adayları Örneği

S39

Serhat Çetin, **İlhan Adiloğlu**

Elit Sporcuların Duygusal Zeka, Öz-Yeterlik Ve Öz Güven Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

S40

Mahmut Ulukan

Pandemi Sürecinde Öğretmenlerin Sabır ve Yardımseverlik Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

S41

Nimet Haşıl Korkmaz, **İnci Ece Öztürk**, Meltem Hastürk, Gamze Akbaş, Selen Uğur

Elit Sporcularda Narsisizm ve Yeme Bozukluğu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

9. OTURUM

Sözel Sunumlar 4 / Oral Presentations 4

19.15-21.00

Sporda Psikofizyoloji / Psychophysiology in Sport

Oturum Başkanı: Dr. Yalçın BEŞİKTAŞ

S42

Gözdem Karapınar, Canan Sercan Doğan, Tolga Polat, Başak Funda Eken, Özlem Özge Yılmaz, İpek Yüksel Gözler, Korkut Ulucan

Profesyonel Futbolcularda Bağımlılıkla ilişkili DRD2 rs1800497 Polimorfizmlerinin Dağılımı

S43

Gözdem Karapınar, Canan Sercan, Tolga Polat, Başak Funda Eken, Beste Tacal, Korkut Ulucan

Profesyonel Futbolcularda Anksiyete ilişkili SLC6A4 Polimorfizminin Dağılımı

S44

Canan Sercan Doğan, Başak Funda Eken, Beste Tacal Aslan, Rıdvan Ekmekçi, **Korkut Ulucan**

Profesyonel Voleybolcularda Dopamin Reseptör 2 (DRD2) (rs1800497) Polimorfizmlerinin Dağılımının İncelenmesi

S45

Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Başak Funda Eken, Gizem Demirbozan, Beste Tacal Aslan, Rıdvan Ekmekçi, Korkut Ulucan

Profesyonel Jimnastikçilerde Anksiyete ile İlişkili SLC6A4 Geni Promotor "S" ve "L" Allellerinin Belirlenmesi

S46

Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Özlem Özge Yılmaz, Aleyna Tanrıverdi, Rıdvan Ekmekçi, Korkut Ulucan

Profesyonel Jimnastikçilerde Beyin-Türevli Nörotrofik Faktör BDNF (rs6265) Polimorfizmlerinin Dağılımı

S47

Özlem Özge Yılmaz, Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Başak Funda Eken, Gözdem Karapınar, Şehkar Oktay, Korkut Ulucan

Futbolcularda Anksiyete ile İlişkisi SLC6A4 Geni Promoter "S" ve "L" Allellerinin Saptanması

S48

Mehmet Ali Deniz, Canan Sercan Doğan, Tolga Polat, Bulut Deniz Ünlü, Korkut Ulucan, Cengiz Karagözoğlu

Egzersiz Yapan ve Yapmayan Bireylerde Esenlik, Mutluluk ve COMT (rs4680) Polimorfizm İlişkisinin İncelenmesi

Saat / Time

27 Eylül 2020 / 27 September 2020 (Pazar / Sunday)

1. OTURUM

Sözel Sunumlar 1 / Oral Presentations 1

Spor ve Egzersiz Psikolojisi (Karma) / Sport and Exercise Psychology (Mixed)
Measurement in Exercise & Sport Psychology

Oturum Başkanı: **Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU**

S49 **Emrah Serdar,** Gözde Ersöz

Serbest Zamanlarında Tenis Oynayan Bireylerin Sıkılma Algısı Ve Temel Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi

S50 **Seyit Karaburçak,** Seren Turhan

Özel Yeteneklilerde ve Zihinsel Yetersizliği Olan Bireylerde Fiziksel Eğitim ve Spor Çalışmalarının Karşılaştırılması: Bir Derleme Çalışması

S51 **Yunus Şahinler**

Covid-19 Sürecinde Spor Bilimler Fakültesi Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeylerinin İncelenmesi

S52 Yunus Şahinler, Turgay Biçer, **Abdullah Acet,** Mehmet Acet

Sporcularda Olumlu Düşünme Beceri Düzeylerinin İncelenmesi

S53 **Aşina Uslular,** Mehmet Acet, Yunus Şahinler, Engin Çinibulak, Ercan Şirin

Spor Yapan ve Yapmayan Bedensel Engellilerin Beck Depresyon Durumlarının İncelenmesi

S54 **Ülküm Erdoğan Yüce,** Turgay Biçer

Antrenörlükte Stratejik Yol Haritası Oluşturmada Değerlerin Önemi "Hentbol Milli Takımı Örneği"

S55 Orçun Terzioğlu, **Erman Doğan**

Futbolcuların ve Bilardocuların Yarışma Durumluk Kaygı Düzeylerinin ve Duygusal Zekâ Özelliklerinin İncelenmesi

2. OTURUM

Sözel Sunumlar 2 / Oral Presentations 2

Spor ve Egzersiz Psikolojisi (Karma) / Sport and Exercise Psychology (Mixed)

Oturum Başkanı: **Dr. Erman ÖNCÜ**

S56 **Elif Aleyna Yazgan,** Pınar Kaya Ciddi

COVID-19 Salgınında Sosyal İzolasyon Sürecinde Sporcuların Antrenman Devamlılığı Ve Psikolojik Etkilenimlerinin İncelenmesi

S57 **Tolga Dikmenli,** Turgay Biçer

Genç ve Yıldız Takımlardaki Kadın Basketbolcuların Antrenörlerde Bulunmasını İstedikleri ve Antrenörlerde Bulunan Önderlik Tarzlarının Tespiti: Büyükşehir İl Örneği

S58 **Serda Örnek,** Turgay Biçer

Üst Düzey Tenis Sporcularının Tenisi Bırakma Nedenlerinin İncelenmesi

S59 **Demet Öztürk Çelik**

Lisanslı Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Şiddet Eğilimlerinin İncelenmesi

S60 **Atılay Birtürk,** Turgay Biçer

Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İletişim Becerileri İle Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişki

12.00-12.15

Ara / Break

3. OTURUM

Atölye Çalışması / Workshop

Nefes Alan Beden: Performans, Toparlanma, Farkındalık
Breathing Body: Performance, Recovery, Awareness

Dr. Çiğdem ÖNER

Oturum Başkanı: **Dr. Gözde ERSÖZ**

13.00-13.15

Ara / Break

4. OTURUM

Panel 1

Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezleri ve Spor Psikolojisi Uygulamaları
Turkey Olympic Preparation Centers and Sport Psychology Practice
Ece İBANOĞLU, Erkoc Koray DOĞAN (Spor Psikoloğu)

Oturum Başkanı: **Dr. Şefik TIRYAKI**

13.15-14.00

5. OTURUM

Panel 2

KOVID-19 Sürecinin Spor ve Egzersiz Ortamlarına Psikolojik Etkileri
Psychological Effects of COVID-19 Process on Sports and Exercise Environments
Dr. Meral Küçük Yetgin (Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Öğretim Üyesi)

Süleyman HURMA (Fatih Karagümrük Spor Kulübü Başkanı)

Okan ARMAĞAN (ENKA Spor Kulübü Tenis Başantrenörü)

Şahin ÖZDEMİR (Ağaoğlu My Club Fitness Müdürü)

Oturum Başkanı: **Dr. Veysel KÜÇÜK**

14.00-15.30

15.30-15.45

Ara / Break

6. OTURUM

Sözel Sunumlar 3 / Oral Presentations 3

15.45-17.00

Spor ve Egzersiz Psikolojisi (Karma) / Sport and Exercise Psychology (Mixed)

Oturum Başkanı: **Dr. İlhan ADİLOĞULLARI**

S61	<u>Lütfiye Söğütlü</u>	Egzersiz ve Spor Bölümü Öğrencilerinde Duygusal Zeka: Güdülenme, Utangaçlık ve Öz Yeterlik Algısının Rolü
S62	<u>Selman Orhan</u> , Hüseyin Ünlü	Futbolcularda Hedef Yönelimi ile Akıldışı Performans İnançları
S63	<u>Ergün Kara</u>	Öğrenci Sporcuların Akış Deneyiminin Performans Kaygısı ile İlişkisinde Bilinçli Farkındalığın Aracılık Rolü
S64	<u>Ergün Kara</u> , Ayşe Sibel Türküm	Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Temelli Duygu Düzenleme Grupla Psikolojik Danışma Programının Öğrenci Sporcuların Performans Kaygısına Etkisi
S65	<u>Gözde Yahya</u> , F.Hülya Aşçı	Sporcularda Akıldışı Performans İnançları ile Tükenmişlik Arasındaki İlişkide Tutkunluğun Aracı Rolü

7. OTURUM

Sözel Sunumlar 4 / Oral Presentations 4

17.00-18.15

Spor ve Egzersiz Psikolojisi (Karma) / Sport and Exercise Psychology (Mixed)

Oturum Başkanı: **Dr. Esen KIZILDAĞ KALE**

S66	<u>İpek Salman</u>	Spor Yapan Ergen Bireylerin Kişilik Gelişimine Eklektik Bir Bakış Açısı
S67	Gamze Deryahanoğlu, <u>Abdulkerim Çeviker</u>	Sporcuların Ahlaktan Uzaklaşma ve Yabancılaşma Durumlarının İncelenmesi
S68	<u>Seda Kaya</u> , Ceren Yaman, Nazmi Bayköse	Görünüme Yönelik Sosyokültürel İnançların Benlik Saygısı, Psikolojik Sağlık Ve Fiziksel Aktivite Düzeyini Belirleyici Rolü
S69	<u>Murat Aygün</u>	Buz Hokeyi Hakemlerinin Hakem Öz Yeterliklerinin İncelenmesi
S70	<u>Mehmet Hamdi Örüm</u>	Konversiyon Bozukluğunda Düzenli Egzersizin Benlik Saygısına Etkisinin Hastalık Alt Tipleriyle İlişkisi

8. OTURUM

Sözel Sunumlar 5 / Oral Presentations 5

18.15-19.15

Spor ve Egzersiz Psikolojisi (Karma) / Sport and Exercise Psychology (Mixed)

Oturum Başkanı: **Dr. Umut Davut BAŞOĞLU**

S71	<u>Hasan Ulukan</u>	Pandemi (COVİD-19) Sürecinde Uzaktan Eğitim Alan Üniversite Öğrencilerinin Sağlık Algısı Düzeylerinin Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi
S72	<u>Nesrin Aksoy</u>	Pandemi'nin Tokyo Olimpiyat Oyunlarına Ekonomik ve Siyasi Yansıması
S73	<u>Gülçin Sezer Hocaoğlu</u> , Mehmet Hocaoğlu, Turgay Biçer	Spora Bağlılık Düzeyinin Sporcu Tükenmişliğini Belirlemedeki Rolü
S74	<u>Turgay Biçer</u>	Sporcuların Psikolojik Toparlanmalarında PEACE Modeli

19.15

Kapanış Seramonisi (Genel Değerlendirme ve Ödül Töreni)
Closing Ceremony (General Evaluation and Award Ceremony)

5.

Uluslararası
**Egzersiz ve Spor
Psikolojisi Kongresi**
25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



DAVETLİ KONUŞMACI ÖZETLERİ



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com

Davetli Konuşmacı Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 2. Oturum

Judgment, Decision making and Embodied Choices
Düşünme, Karar Verme ve Bütünleştirilmiş Seçimler

Markus Raab, PhD

¹German Sport University Cologne, ²London South Bank University, UK
President of the European Federation of Sport Psychology

ABSTRACT

Human performance requires choosing what to do and how to do it, but also harnessing experience to do it better and faster. Therefore, the topic of judgement and decision making will be described regarding new theoretical and empirical innovation. Following a review of the state of the art in complex motor skills research in sports, this talk introduces the concepts of embodied choices from a sport psychology perspective (Raab, 2017). I will illustrate how motor and cognitive components of choices intertwine in order to achieve efficiency and accuracy in complex behaviour such as in sports based on a large research program often called simple heuristics in sports. The research program provides an overview on playmaker decisions in team sports such as handball. I will focus on allocation decisions on playmakers using experiments to diagnose their knowledge, memory, gaze strategies and how they generate options and choose. I will focus on basic research and transfer it to applied work with associations and clubs. Empirical evidence will be based on the Take-The-First-heuristic (Raab & Johnson, 2007) and its relation to preferences to intuitive and deliberative decision-making in psychophysiological experiments (Raab & Laborde, 2013). Results from the research program (Raab, 2012, 2017) support embodied choices by highlighting that one's movements have directed and quantifiable effects on higher cognitive processes such as in players' allocation behaviour or sequential choices of athletes, coaches or referees. The research programs and results challenge current conceptions by suggesting that action, perception and cognition are more linked than previously thought, and emphasize that choice production considers the actor's own bodily system and motor experiences we recently summarized in two books (Raab et al., 2016a,b). Finally, I will use my predictions of sport psychology until 2050 to provide ideas how we can develop our field (Raab, 2017).

Keywords: Simple Heuristics, Motor Control, Motor Learning, Embodied Cognition.



Davetli Konuşmacı Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 3. Oturum

Winning isn't Normal: What Separates the Best from the Rest?
Kazanmak Normal Değildir: En İyiyi Diğerlerinden Ayıran Nedir?

David Fletcher, PhD

¹Loughborough University, United Kingdom

ABSTRACT

When I was 11 years old, I sat mesmerised watching the TV as Adrian Moorhouse powered to victory in the men's 100 meter breaststroke final at the 1988 Seoul Olympic Games. At the turn after 50 metres, Adrian was a distant sixth and seemingly out of contention, but he held his nerve to time his late surge to perfection – winning the race by a hundredth of a second. It was an inspirational moment in my life that not only initiated my own journey as a competitive swimmer, but also a lifelong fascination with the psychological aspects of elite performance. My parents, seeing my newfound passions, supported my interests including buying me a book called “Winning Isn't Normal” by Dr Keith Bell. The fundamental premise of the book being that every swimming race only has one winner and, therefore, winning is not something that is usual or the norm. As such, Dr Bell argued, that to be a winner, a swimmer needs to be different and requires unusual action. Over the past 30 years, this notion has continued to intrigue me and I've sought to understand what psychosocially separates the world's best athletes from the rest. In this keynote presentation, I summarise some of the lessons I've learned and the implications for high-performing athletes and those who work with them.

David Fletcher PhD is a Performance Psychologist and Consultant at Loughborough University in the United Kingdom. His experience of consulting with high-level performers includes working closely with Olympic and world champions from a variety of sports, special forces and emergency services, and senior leaders and their teams in FTSE 100 and Fortune 500 companies. David has published widely in performance psychology and consulting, including ground-breaking research studies in scientific journals and practical articles that demystify complex human phenomena. He is currently an Associate Editor (Social and Behavioural Sciences section) of the Journal of Sports Sciences, a Consulting Editor for Sport, Exercise and Performance Psychology, and sits on the editorial board of five other international peer-reviewed journals. David has won multiple awards for his professional practice and research from organisations such as the British Association of Sport and Exercise Sciences, the American Psychological Association, the Association for Applied Sport Psychology, and most recently FindAUniversity's inaugural British Postgrad PhD Supervisor of the Year Award. He is regularly interviewed about performance psychology-related topics on British national television, radio, and newspapers.



Davetli Konuşmacı Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 2. Oturum

We are performers too, aren't we? – Performance and recovery for sport psychologists.
Bizler performans da sergiliyoruz, değil mi? Spor Psikologları için Performans ve Toparlanma

Michala Bednarikova
Slovakya Spor Psikolojisi Derneği Başkanı

ABSTRACT

When we look at performance from a wide perspective, we can safely say that most all people are performers in their areas of expertise: teachers in education, medical doctors in medicine, athletes in sport, and applied sport psychologists in working with athletes. Performance in sport is a result of many factors. In general, for athletes to perform well, they need to have adequate preparation - training balanced with corresponding recovery, and being in the right state of mind on the day of performance. In sport psychology practice, there are parallels with athletes with one significant difference. In contrast to athletes, the ratio of our training and actual performance, once we complete our sport psychology specialization, flips over and we spend much more time by providing our services rather than by training for them. Even though the preparation and training parts, which include further professional development of our skills and our recovery (self-care), occupy smaller parts of our working time, it does not mean that they are less important than other aspects of our jobs. Sufficient recovery and self-care of sport psychology practitioners can have a substantial impact on the quality of their service delivery. First, we need to keep in mind that our personalities are central factors in influencing the quality of our service delivery (Andersen, 2000). Whether we aim at performance enhancement or improvements in the area of personal issues, it is always our personalities, knowledge, interpersonal skills, and the state of our well-being that are playing central roles in our service delivery. Second, the life of an applied sport psychologist might look, at first glance, as a dream job full of positive moments, a job without many downsides and work-related stresses. Nevertheless, in reality we operate in highly demanding environments that are often over-focused on performance, and not on athlete and sport psychologist well-being. To be able to successfully navigate these high pressure environments, we need to access and nurture our mental, physical, and social resources (Tod, 2017). Finally, we usually love our jobs, and we are often heartfully engaged in them. That deep engagement we experience, however, can serve as a double-edged sword, and blind us to the toll our jobs are taking on us where we become at risk for burning out from the work-related stress that exists in our field. These are some of the reasons why our self-care is so important, as it can make us more resilient and therefore better equipped for helping our clients.

During this presentation, I will talk about the bright, as well as the dark, sides of our profession, with an intention to broaden awareness of the challenges that applied practitioners can face throughout their professional journeys. I will also share my experiences (both the successes and failures) of coping with these demands, as well as the lessons I learned along the way. Finally, I will share several strategies of how we can approach our self-care, some of those inspired by work with my clients, by my own self-care, and my use of supervision to ground me along with the experiences of other professionals in the sport psychology field (Quartioli, Etzel, Knight & Zakrajsek, 2019).



Davetli Konuşmacı Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 7. Oturum

Sporda Yeniden Çerçeveleme Becerileri ve Zihinsel Toparlanma

**Dr. Turgay BİÇER, Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi.*

ÖZET

“İyi veya kötü olan bir şey yoktur, bir şeyi iyi veya kötü yapan bizim düşüncelerimizdir” der İngiliz Şair William Shakespeare. Bu nedenle sporcuların; özellikle duygusal zorlanmalar veya sorunlar yaşadığı zamanlarda yaşadıkları duygusal durumları anlatan ifadelere ve bu durumların zihinsel arka yapısına bakınca, sporcunun içinde bulunduğu düşünce ve algı sistemlerin yattığı görülür.

Dil bilimciler ve davranış bilimciler, hiçbir şeyin kendi, başına bir anlamı olmadığı sadece onları belirli bağlam ve kapsam içinde değerlendirildiği zaman bir anlamı olduğunu öne sürerler. Örneğin, palyaçolara benzer garip kılıklara girmiş insanları gördüğümüzde buranın bir sirk veya oyun alanı olduğunu kavrayabiliriz. Yine, bir stadyumdan gelen seslere irkildiğimizde burada bir maçın olduğunu biliriz ve bu içerikte düşünmeye ve olayları yorumlamaya başlarız.

Özellikle sporcular bir takım üzüntülü durumlar yaşadıkları zaman örneğin bunlar kaçırılan bir penaltı, gol, madalya veya bir şampiyonluk olabilir- bu durumlarda olayların tesiriyle bir takım olumsuz ifade kullanabilir veya kendilerini kötü hissettirecek duygu durumlarına girebilirler. Bu durumlarda sporcuların tekrar yeniden başlaması ve toparlanması yaşanan çöküntü veya üzüntüye bağlı olarak zaman alabilir veya sporcu sporculuk yaşamayı bırakabilir. İşte bu durumlarda sporcunun çabuk ve hızlı toparlanmasını sağlamak ve/veya yaşanan soruna bir çözüm bulabilmek için olayları ve durumları farklı açılardan algılayabilecek ve yorumlayacak düşünce becerilerine sahip olmak stratejik üstünlük sağlayacaktır. Bunun içinde yeniden çerçeveleme becerileri öğrenilmesi gereken psikolojik becerilerin başında gelir. Birçok kişi bu beceriyi doğal yünden geliştirmiş olabilir ama daha geniş açıdan olaylara bakabilmeyi alışkanlık haline getirdiğinde sporcu olumsuz durumlarda etkilemeyecek, etkilense bile çabuk toparlanabilecektir.

Yeniden çerçeveleme becerileri birçok alanda etkili biçimde kullanılmaktadır. Sporda kullanımı ise düşünce yapılarını değiştirmek ve sporcuların amacına bağlı kalmaları için özellikle gereklidir. Yeniden çerçeveleme becerileri bağlam ve içerik çerçevelemesi olarak iki türlü yapılmaktadır. Bağlamı yeniden çerçevelemek kıyas ifadelerinde kendini gösterir. İçerik çerçevelemeleri ise bireyin olaylar ve olaylara verdiği tepkilerdeki duygu durumunda kullanılır. Her iki durumda da yeniden çerçeveleme önemlidir.

Bu çalışma, bağlam ve içerik çerçevelerime becerilerinin uygulamalı olarak nasıl yapılacağını göstermek ve sporcuların veya diğer bireylerin daha olumlu bir zihinsel kafa yapısına sahip olabilmeleri için öğrenilmesi gereken bir düşünce ve iletişim becerisi olarak önerilmektedir.

Anahtar Sözcükler: Yeniden çerçeveleme, zihinsel tavır, psikolojik toparlanma.



Davetli Konuşmacı Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 7. Oturum

Reframing Skills for Recovery in Sport

**Dr. Turgay BİÇER, Marmara University, Faculty of Sport Sciences*

ABSTRACT

"There is nothing good or bad, it is our thoughts that make something good or bad," says English poet William Shakespeare. Therefore, athletes; When we look at the expressions describing the emotional states they experience especially when they have emotional difficulties or problems, and the mental background of these situations, it is seen that the thinking and perception systems in which the athlete is located.

Linguists and behaviorists argue that nothing has meaning in itself, only meaning when it is considered within a certain context and scope. For example, when we see people in strange disguises like clowns, we can realize that this is a circus or a playground. Again, when we are startled by the sounds coming from a stadium, we know that there is a match here and we start to think and interpret events in this context.

Especially when athletes have some distressing situations, such as a missed penalty, goal, medal or a championship - in these situations they may use some negative expressions or enter into a state of emotion that makes them feel bad. In these cases, the resumption and recovery of the athletes may take time depending on the depression or sadness experienced, or the athlete may stop playing sports. In these situations, having the thinking skills to perceive and interpret events and situations from different angles will provide strategic superiority in order to ensure quick and rapid recovery of the athlete and / or to find a solution to the problem. In this context, reframing skills are the primary psychological skills to be learned. Many people may have developed this skill naturally, but when it becomes a habit of looking at events from a broader perspective, the athlete will not affect it in adverse situations, and even if affected, it will recover quickly.

Reframing skills are used effectively in many areas. Its use in sports, on the other hand, is especially necessary to change their mindset and for my athletes to stick to their goals. Reframing skills are done in two ways as context and content framing. Reframing the context manifests itself in the benchmarks. Content framing is used in the emotional state of the individual's reactions to events and events. In either case, reframing is important.

This study is suggested as a thought and communication skill that should be learned in order to show how to do skills in context and content frameworks in a practical way, and for athletes or other individuals to have a more positive mental mindset.

Key Words: Reframing, mental recovery, athletes, positive attitudes.



5.

Uluslararası
**Egzersiz ve Spor
Psikolojisi Kongresi**
25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



**ATÖLYE ÇALIŞMASI
KONUŞMACI ÖZETLERİ**



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com

Atölye Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 7. Oturum

Starting a center: Extending the practical teaching of sport and exercise psychology
Spor ve Egzersiz Psikolojisinin Uygulamalı Öğretimini Geliştirmek

Selen Razon, PhD
West Chester University, USA

Lindsey Keenan, PhD
West Chester University, USA

ABSTRACT

Learning and teaching sport and exercise psychology (SEP) requires work beyond the conventional classroom setting. Practical and experiential settings can allow more effective teaching and learning of SEP. SEP labs/centers designed to offer students hands-on learning opportunities can facilitate learning SEP and expose students' skills to the community at large. The purpose of this workshop is to provide SEP students and instructors with a foundational knowledge in SEP center start-up and development. After completing this workshop, participants will be able to implement tips and strategies for initiating dialogue to create an SEP center in their college/university and plan on how to get started. In the course of this interactive workshop, three experienced SEP faculty will share their experiences starting SEP centers during their graduate studies and/or time serving as faculty. Participants will explore different examples of SEP centers, distinct needs that these centers can address, and best practices for using these centers toward the applied teaching of SEP. Specifically, what distinguishes an SEP center from other forms of experiential learning will be discussed. Technological considerations in these centers and their benefits for applied learning experiences and sustainable partnership between SEP programs and the athletic community at large will be highlighted. From a scientist-practitioner standpoint, the use of these centers for research opportunities will also be reviewed. Group activities will include participants: 1) exploring uses of an SEP center, 2) identifying the needs of the center and potential funding sources toward these centers, 3) defining ways in which the SEP center can benefit students, instructors, athletics, and the community at large, and 4) designing an initial action plan. Participants will participate in several group activities during the workshop. Participants will also receive a summary review sheet at the completion of the workshop.



5.

Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi 25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



Atölye Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 4. Oturum

Professional approach in Sports Psychology
Spor Psikolojisinde Profesyonel Yaklaşım

Cengiz Karagözoğlu, PhD
Marmara University, Faculty of Sport Sciences

ÖZET

Bu atölye çalışmasında uygulamada çalışan spor psikologlarının seçebilecekleri ana yönlendirme yaklaşımlarının, etik ve profesyonel sınırların ve bilimsel altyapı ve deneyimlerden yararlanmanın yaşanmış örnekler ekseninde tartışılması amaçlanmaktadır.

ABSTRACT

This workshop aimed to evaluate the main intervention approaches, ethical and professional boundaries, scientific background and experience on focusing in the light of lived cases for the sport psychologists who works on the field.



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com

Atölye Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 3. Oturum

Nefes Alan Beden: Performans, Toparlanma, Farkındalık

Çiğdem Öner, PhD

¹*İstanbul Gelişim University, Faculty of Sport Sciences*

ÖZET

Derin nefesler yavaşlamaya, duygu, düşünce ve duylara uyum sağlamaya davet eder. Ve daha da ileriye uzanarak, beyne ve bedene yönelen kanın akışını, oksijenin dağıtımını iyileştirerek yorgunluğu azaltır, sempatik “savaş ya da kaç” döngüsünden parasempatik iyilik haline geçişi kolaylaştırır. Böylelikle, bedenin onarımını en üst düzeye çıkarmak ve denge haline geri dönmek olarak tanımlanan toparlanma güç ve ivme kazanır, enerjetik bir yenilenme gerçekleşir. Bununla birlikte, toparlanmayı, toparlanma için gerekli farkındalığı, toparlanma sonrası ortaya konacak performansı yönetmek üzere nefes alan bedeni farklı teknikler ile desteklemek gerekli. Kimi zaman ağrı duyularını azaltmak, kimi zaman odaklanmayı artırmak, kimi zaman da kaygı ile başa çıkabilmek için. Derin nefeslerle, sığ nefeslerle, hızlandırılmış/yavaşlatılmış nefeslerle, ritmik/aritmik nefeslerle. Hatta nefesin yolunu seçerek. Nefesi izleyerek, nefesin içine dalarak.

Anahtar kelimeler: Body Performance, Recovery, Awareness.

ABSTRACT

Deep breaths invite to slow down and adapt to feelings, thoughts, and sensations. Moreover, by going further, it improves the flow of blood to the brain and body, the distribution of oxygen, reduces fatigue, facilitates the transition from the sympathetic "fight or flight" cycle to parasympathetic well-being. Thus, recovery, defined as maximizing the body's repair and returning to a state of balance, gains strength and momentum, and an active regeneration occurs. However, it is necessary to support the breathing body with different techniques to manage recovery, the awareness required for recovery, and the performance to be demonstrated after recovery. Sometimes to reduce pain sensations, sometimes to increase focus, sometimes to cope with anxiety. Through deep breaths, shallow breaths, accelerated/slowed breaths, rhythmic/arrhythmic breaths. Even choosing the path of the breath... By watching the breath, diving into the breath.

Keywords: Body Performance, Recovery, Awareness.



5.

Uluslararası
**Egzersiz ve Spor
Psikolojisi Kongresi**
25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



PANEL KONUŞMACI ÖZETLERİ



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com

Panel Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 4. Oturum

**Sporcularda Nöral Verimlilik Konusunda Beyindeki
Anatomik ve Fizyolojik Biyo-Belirteçler**

Dr. Adil Deniz Duru

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Nöral verimlilik hipotezi bilişsel süreçlerin icrası sırasında daha az enerji harcanması olarak ifade edilmektedir. Özellikle bir konuda elit seviyeye ulaşan kişilerin, uzmanlık alanlarında gerçekleştirdikleri görevlerde en iyi performansı göstermeleri sadece fiziksel değil, mental süreçleride başarılı kurguladıklarını düşündürmektedir. Bu bağlamda, elit sporcular sedanter bireylerle merkezi sinir sistemi özelinde karşılaştırıldığında çeşitli farklılıklar gözlenmektedir. Bu farklılığın temeli nöroplastisite ile açıklanabilir. Gelişkin nörogörüntüleme teknikleri ile anatomik ve fizyolojik değişiklikler ölçülebilmekte ve elit sporcular ile sedanterler arasında ayırtıma izlenebilmektedir. Girişimsel olmayan teknikler olarak Manyetik Rezonans görüntüleme (MRG) hem yapıya hemde fonksiyona dair bilgiler sunabilmekte iken, Elektroensafalogram ise elektriksel aktiviteyi yüksek zamansal çözünürlükle kayıt edebilmektedir. MR görüntüleme ile beyin dokusundaki morfolojik çeşitlilik milimetre hassasiyetinde ölçülebilmektedir. Ayrıca, beyin yolaklarının tespitide gerçekleştirilmektedir. Buna karşın kortekse dik piramidal hücrelerin oluşturduğu post-sinaptik elektriksel aktivitede, kafa derisine yerleştirilen elektrotlar ile milisaniyeden daha hızlı bir şekilde kayıt altına alınabilmektedir. Bu teknolojilerin yardımı ile, nöral aktivite sayısallaştırılarak katılımcı grupları arasındaki nöral dinamikler incelenebilmektedir. Bu konuşma kapsamında, bahsi geçen teknolojilerin tanıtımı yapıldıktan sonra elit sporcular üzerinden gerçekleştirilmiş olan çalışmalar hakkında bilgi sunulacaktır. Nöral etkinlik bağlamında merkezi sinir sisteminde gözlenen yapısal ve fonksiyonel işaret çeşitlilikleri irdelenecektir.



Panel Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 4. Oturum

**Anatomical and Physiological Biomarkers about the
Neural Efficiency of the Athletes**

Adil Deniz Duru, PhD

¹Marmara University, Faculty of Sport Sciences

ABSTRACT

Neural efficiency hypothesis is defined as the optimized energy consumption during the processing of a cognitive task. It is thought that especially elite participants who can gözdeachieve the best performance during the processing of their tasks have not only adequate physical ability but also have enhanced mental planning capacity. In this regard, we can observe several differences between sedentary participants and elite athletes through the central nervous system. This differentiation can be explained by neuroplasticity. With the advanced neuroimaging techniques, we can monitor the differences in anatomy as well as physiology between elite athletes and sedentary people. Among the non-invasive techniques, Magnetic Resonance Imaging (MRI) is used to record both functional and anatomical information, while Electroencephalogram enables us to monitor the electrical activity with a high temporal resolution. MRI is used to identify the morphological differences in the brain within a spatial resolution of a milimeter. Moreover, brain tracts can be monitored. On the other hand, the summation of the post-synaptic electrical activity occurred in the cortical pyramidal neurons can be measured using the electrodes placed on the scalp tissue more than once in a millisecond. By the help of these technologies, neural activity is quantified to identify the differences of neural dynamics between groups. In the concept of this talk, studies covering the neural activity of elite athletes are going to be summarized after introducing the underlying mechanisms of the imaging technologies. Anatomical and physiological differences of the central nervous system are going to be introduced as signatures of neural efficiency.



Panel Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 4. Oturum

Application of psychophysiological techniques in sport psychology: Myths and truths.

Serdar TOK

¹Celal Bayar Üniversitesi

ABSTRACT

This scientific panel aims to present theoretical and practical suggestions concerning the implementation of psychophysiological techniques in sports psychology research. This panel also aims to highlight several concerns that can be a threat to the scientific quality of the psychophysiological research in sport psychology. Detailed descriptions concerning the psychophysiological parameters are beyond the scope of this panel.

Although psychophysiology is a relatively new scientific area, the idea for the link between mind and body is not new, and its proximal roots can be traced back to ancient Greek. In this respect, Hippocrates (460 - 370 BC) claimed that the brain is the site of emotion. More recently, German neuroanatomist Joseph Franz Gall offered a new scientific discipline called phrenology. Gall briefly suggested that an individuals' personality and mental features can be determined based on the scalp's external shape. Today, phrenology is regarded as a pseudoscience. However, Galls' ideas contributed to psychology and anthropology. The Pineal Gage case in 1848 has become a milestone for the association between human behavior and biological processes.

Modern psychophysiology is based on the assumptions that human perception, thought, emotion, and action are embodied phenomena; and that measures of physical (e.g., neural, hormonal) processes can therefore shed light on the human mind (Cacioppo, Tassinary, Berntson, 2007).

Psychophysiology has its unique techniques to examine the physiological activity that can reflect individuals' cognitive, emotional, and behavioral states. To date, researchers in sport psychology preferred mostly to use Electromyography (EMG), Elektro dermal activity (EDA), electrocardiography (ECG), or electroencephalography (EEG) methods to make inferences regarding athletes' mental and emotional states. The aforementioned psychophysiological methods rely on the measurement of bioelectrical signals from the surface of the body.

As a result of technological advancements, some of these psychophysiological methods and related devices are available through smartphones. However, the utilization of these smartphone bases devices is highly controversial.

Early, psychophysiological research in sport psychology found only a weak correlation between psychophysiological and psychometric measures. In light of these weak correlations, sport psychology research focused mainly on psychometric devices to understand athletes' emotional and even physical responses. The somatic anxiety component of CSAI-2 is one of the most salient examples of the perspectives that aim to understand athletes' physiological responses induced by anxiety or stress. Interestingly, Martens' definition of somatic anxiety emphasizes individuals' perceptions of physical responses, but not real physical responses.



Today, more and more sport psychology researchers started to use psychophysiological methods to understand athletes' mental, emotional, and behavioral responses. However, despite the scientific contributions of psychophysiological methods, researchers should be aware of some factors concerning psychophysiological methods that can be severe threats to the experimental validity and control. In the rest of this panel, I will present some basic recommendations to design more valid and reliable psychophysiological research experiments in sports.

PLANING PSYCHOPHYSIOLOGICAL RESEARCH in SPORT PSYCHOLOGY

Any researchers wishing to use psychophysiological methods should direct some questions to him/her self for a feasible research design. The first even most crucial question is which biological system may represent the psychological variable under investigation. The next question maybe if I have the appropriate equipment and laboratory conditions to measure the biological system's activity. The other critical question is do I know to record and analyze the biological system's activity under investigation.

SELECTING a THEORETICAL GROUND for PSYCHOPHYSIOLOGICAL RESEARCH in SPORT PSYCHOLOGY

Psychophysiological methods offer opportunities to test the predictions of well established theoretical frameworks such as Catastrophe or Multidimensional Anxiety Theory. Researchers should conduct their studies within a theoretical perspective, test existing predictions, and offer new predictions through psychophysiological methods.

Therefore, researchers should avoid comparing one psychophysiological parameter between two or more groups. Similarly, researchers should also avoid the "examination of psychophysiological data in terms of several variables."

Researchers should also know that different individuals may respond by activating different major physiological response systems (Lacey, 1967). In other words, skin conductance as an indicator of the sympathetic nervous system may represent one's precompetitive anxiety but not for others. Hence, the examination of multiple response systems is highly recommended. Physiological responses to emotional stimuli may show large inter-individual differences.

Research designs should include specific individual differences that can lead to these inter-individual differences. In this regard, well-established personality traits or narrower psychological characteristics might be the most important psychological factors that psychophysiological research may include.

Most psychophysiological (e.g., EEG, HRV frequency parameters) data can range on an immense scale. For this reason, psychophysiological data is not suitable for between-group comparisons without normalization.

Therefore, psychophysiological data should be normalized and expressed in relation to a reference value (Burden, 2010; Burden & Bartlett, 1999; De Luca, 1997). Reference values may be the data recorded in resting conditions. The data recorded in a neutral condition where the subject receives no psychological intervention may also serve as a reference value.



Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi

25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



The concept of directional fractionation offered by Lacey (1974) is another critical point that researchers should consider to understand better athletes' physiological responses to stress and anxiety. In this respect, the same stimuli may lead to both sympathetic and parasympathetic responses. For example, Kahneman and Beatty (1966) demonstrated that seeing interesting pictures may give rise to pupil dilation (sympathetic response) and heart rate deceleration (parasympathetic response) simultaneously.

Lifestyles and habits of individuals participating in a psychophysiological experiment may present another vital issue that researchers should deal with. Sleep patterns, intense physical activity, alcohol use, tea, and caffeinated drink consumption may have a vital influence on the biological systems under investigation.

As stated earlier, psychophysiological data is not suitable for between-subject comparisons. Therefore, researchers may prefer to use a within-subject experimental design if it is possible. Within-subject design may include resting, intervention, and recovery periods. In this way, researchers may have the opportunity to understand whether physiological activity variations are due to the psychological or experimental intervention.

Statistical analysis of the data obtained in the psychophysiological experiment is another concern that must be carefully addressed. Most psychophysiological data does not fit the normal distribution; therefore, it is not suitable for a linear statistical model. Log transformation may be a solution to use psychophysiological data as an independent variable in a linear statistical model.

Consequently, psychophysiological methods offer plenty of opportunities to understand better athletes' mental, emotional, and behavioral responses. However, researchers should be aware of the factors that can be severe threats to psychophysiological research accuracy.



5.

Uluslararası
**Egzersiz ve Spor
Psikolojisi Kongresi**
25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



SÖZEL BİLDİRİ ÖZETLERİ



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com

Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 5. Oturum

S01 - Üniversite Adaylarının Spor Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

Gökhan Arıkan¹, Erkan Çimen²

¹Harran Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ²Süleyman Demirel Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Çalışmanın amacı, özel yetenek sınavı ile üniversite başvuran adayların yaralanma kaygısının demografik değişkenler açısından incelenmesidir. Şanlıurfa Harran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokuluna başvuruda bulunan farklı illerde ikamet eden ve farklı branşı sahip 209'si erkek, 112'si kadın olmak üzere toplam 321 aday sporcudan oluşmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak "Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği" ile ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır; Ölçek 6 alt boyutu sahiptir ve toplam 19 maddeden oluşmaktadır. Spor yaralanma kaygısının adayların değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için bağımsız örneklem T-testi ve Tek yönlü varyans analizi sonucunda ortaya çıkan istatistiksel farkın hangi gruplardan kaynaklandığını saptamak için ise; Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır.

Araştırma sonucunda, ölçek puanları değerlendirmesinde elde edilen sonuçlara göre, sigara kullanma değişkeni açısından, incelendiğinde Spor Yaralanması Kaygı ölçeğinin "Yeteneğini Kaybetme Kaygısı", "Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı" ve "Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı", "Zayıf Algılama Kaygısı" alt boyutu ile istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Yaş değişkeni açısından, "Yeteneğini Kaybetme Kaygısı" alt boyutu ile istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Cinsiyet değişkeni açısından, "Acı Çekme Kaygısı", "Hayal Kırıklığı Kaygısı", "Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı" ile istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Fiziksel aktivite değişkeni çoklu karşılaştırma sonucuna göre, "Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı" ve "Yeniden Yaralanma Kaygısı" boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ölçek toplam puan boyutu açısından değerlendirildiği zaman, araştırma sonuçlarına göre, spor yaralanma kaygı düzeyi ortalama puanının üniversiteye hazırlanan adaylar için düşük olduğunu göstermektedir. Bu düşük kaygı düzeyinin sınava hazırlanma ve üniversiteye girmeyi arzu etme güdüsü ile ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite, Kaygı, Sporcu, Yaralanma, Aday, Özel yetenek.

Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 5. Oturum

S01- Investigation of Sports Injury Anxiety Levels of University Candidates

Gökhan Arıkan, Erkan Çimen

¹Harran Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ²Süleyman Demirel Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi

ABSTRACT

The aim of the study is to examine the demographic variables of candidates who apply to university with a special talent exam. Şanlıurfa Harran University consists of 321 candidate athletes, 209 male and 112 female, residing in different provinces and having different branches, who applied to the School of Physical Education and Sports. "Sports Injury Anxiety Scale" and "Personal Information Form" were used as data collection tools in the study; The scale consists of 6 sub-dimensions and a total of 19 items. Independent sample T-test and Single variable variance analysis to determine whether sports competition candidates differentiate according to their variables. In order to determine from which groups the difference arises; Tukey HSD multiple comparison test was conducted. As a result of the research, according to the results obtained in the evaluation of the scale scores, in terms of the smoking variable, the Sports Injury Anxiety scale is statistically Significant differences were determined ($p < 0.05$). In terms of the age variable, statistically significant differences were found with the "Anxiety about Loss of Ability" sub-dimension ($p < 0.05$). In terms of gender variable, statistically significant differences were found with "Suffering Anxiety", "Disappointing Anxiety", "Anxiety of Losing Social Support" ($p < 0.05$). According to the results of multiple comparisons of the physical activity variable, statistically significant differences were found in the "Anxiety of Losing Social Support" and "Re-Injury Anxiety" dimensions ($p < 0.05$). When the scale is evaluated in terms of total score dimension, according to the results of the research, it shows that the average score of sports injury anxiety level is low for the candidates preparing for university. It is thought that this low anxiety level may be related to the motivation to prepare for the exam and desire to enter the university.

Keywords : University, Anxiety, Athlete, Injury, Candidate, Special Ability.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 5. Oturum

S02 - Voleybolcularda Cinsiyetin Öz-Yeterlik ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerine Etkisi

Buse Sulu, Erdem Çakaloğlu, Onur Akyüz, Perican Bayar
¹Ankara Üniversitesi

ÖZET

Voleybolcularda Cinsiyetin Öz-Yeterlik ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerine Etkisi

Amaç: Öz-yeterlik, kontrol edilebilir stres tepkilerini etkileyen bilişsel bir mekanizma olarak işlev görmektedir. Bu araştırmada, voleybolcuların öz-yeterlikleri ile stresle başa çıkma stratejilerinin cinsiyet değişkeni açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmaya en az 3 yıldır aktif olarak voleybol branşında yer alan 289 sporcu (140 kadın ve 149 erkek) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara Genel Öz-yeterlik Ölçeği ve Sporda Stresle Başa Çıkma Stratejileri Envanteri kullanılmıştır. Bu çalışmada Sporda Stresle Başa Çıkma Stratejileri Envanteri 3 alt boyutlu (1- Görev yönelimli başa çıkma, 2- Dikkati başka tarafa çekmeye yönelik başa çıkma ve 3- Çekilme yönelimli başa çıkma) yapısı ile ele alınmıştır. Veriler tanımlayıcı istatistikler, Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu ve t testi kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Öz-yeterlik ile görev yönelimi ($r=.34$) ve çekilme yönelimi ($r=.12$) alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunurken ($p<.05$); dikkati başka tarafa çekme alt boyutu arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>.05$). Kadın ve erkek sporcuların öz-yeterlik puanları arasında ($t=3.319$; $p<.05$) anlamlı fark ortaya çıkmıştır. Kadın ve erkek sporcuların görev yönelimli başa çıkma ($t=4.619$; $p<.05$), dikkati başka tarafa çekmeye yönelik başa çıkma ($t=3.633$; $p>.05$) ve çekilme yönelimli başa çıkma ($t=3.766$; $p<.05$) stratejileri arasında anlamlı farklar ortaya çıkmıştır.

Sonuç: Bu çalışma öz-yeterliğin stresle başa çıkma stratejileri üzerinde belirleyici olabileceğini, ayrıca kadın ve erkek voleybolcuların farklı başa çıkma stratejileri kullandıklarını ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Öz-yeterlik, Stresle Başa Çıkma Stratejileri, Voleybol.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 5. Oturum

S02 - The Effect of Gender on Self-Efficacy and Stress Coping Strategies in Volleyball Players

Buse Sulu, Erdem Çakaloğlu, Onur Akyüz, Perican Bayar
¹Ankara Üniversitesi

ABSTRACT

Purpose: Self-efficacy functions as a cognitive mechanism that affects controllable stress responses. In this study, it was aimed to examine the self-sufficiency and stress coping strategies of volleyball players in terms of gender variable.

Method: 289 athletes (140 women and 149 men), who have been active in the volleyball branch for at least 3 years, have participated in the study voluntarily. Participants' General Self-Efficacy Scale and Sport Stress Coping Strategies Inventory was used. In this study, the Strategies for Coping with Stress in Sports Inventory was handled with its 3 sub-dimensional structure (1- Task-oriented coping, 2- Distraction-oriented coping and 3- Disengagement-oriented coping coping). Data were analyzed using descriptive statistics, Pearson Product Moments Correlation and t test.

Results: While there was a significant relationship between self-efficacy and task orientation ($r=.34$) and disengagement-oriented($r=.12$) sub-dimensions ($p<.05$); there wasn't significant correlation between the distraction-oriented sub-dimension ($p>.05$). There was a significant difference between the self-efficacy scores of male and female athletes ($t=3.319$; $p<.05$). There was significant differences between male and female athletes' task oriented coping ($t=4.619$; $p<.05$), distraction oriented coping strategies($t=3.633$; $p>.05$) and disengagement-oriented coping strategies ($t=3.766$; $p<.05$).

Conclusion: This study demonstrated that self-efficacy is a determinant of coping strategies for coping with stress and that male and female volleyball players use different coping strategies.

Keywords: Self-efficacy, Stress Coping Strategies, Volleyball.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 5. Oturum

S03 - Düzenli Egzersiz Yapma ve Cinsiyetin Stresle Başa Çıkma Stillere Etkisi

Buse Sulu, Erdem Çakaloğlu, Onur Akyüz, Perican Bayar
¹Ankara Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Her yaştan insan stresi yaşar. Stresin neden olduğu duygusal ve fiziksel baskılar istenmeyen ve can sıkıcı olduğu için, insanlar streslerini azaltmaya yönelik faaliyetler yapmaya yönelirler. Stresi azaltmak için yapılan tüm bu faaliyetlere başa çıkma denir. Psikolojinin farklı kuramları egzersizi, öz-güveni artırma, esneklik ve problemler karşısında daha güçlü kalabilme açısından önemli bir araç olarak ele almaktadır. Bu araştırma, egzersiz yapan ve yapmayan bireylerin, cinsiyet değişkenine göre stresle başa çıkma stillerine etkisini belirlemeyi amaçlamıştır.

Yöntem: Çalışmada düzenli egzersiz kavramı en az 1 yıldır, haftada 3 gün ve günlük 30 dakika yapılan egzersiz olarak kabul edilmiştir. Bu araştırmaya 122 kadın (%53) ve 110 erkek (%47) olan 232 kişi {119 (%51) egzersiz yapan, 113 (%49) egzersiz yapmayan} gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara 23 madde ve 3 boyuttan oluşan Stresle Başa Çıkma Ölçeği uygulanmış ve veriler tanımlayıcı istatistikler ile t testi kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Kadın ve erkek katılımcıların, Stresle Başa Çıkma Ölçeğinin, sorunla uğraşmaktan kaçınma ($t=-2.514;p<.05$) ve soruna yönelme ($t=-2.910;p<.05$) alt boyutları arasında anlamlı fark bulunurken; sosyal destek arama alt boyutu arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>.05$). Egzersiz yapan ve yapmayan bireyler arasında ise sosyal destek arama ($t=-2.169;p<.05$) ve soruna yönelme ($t=2.588;p<.05$) alt boyutlarında anlamlı fark bulunurken; sorunla uğraşmaktan kaçınma alt boyutu arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>.05$). Egzersiz yapan kadın ve egzersiz yapmayan kadınların soruna yönelme ($t=2.364;p<.05$) alt boyutu arasında anlamlı fark bulunurken; egzersiz yapan erkek ve egzersiz yapmayan erkeklerin soruna yönelme ($t=2.280;p<.05$) alt boyutu arasında anlamlı fark olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Bu çalışma hem cinsiyet hem de egzersiz yapmanın bireylerin stresle başa çıkma stilleri üzerinde etkili olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Cinsiyet, Egzersiz, Stresle Başa Çıkma Stilleri.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 5. Oturum

S03 - The Effects of Regular Exercise and Gender on Stress Coping Styles

Buse Sulu, Erdem Çakaloğlu, Onur Akyüz, Perican Bayar
¹Ankara Üniversitesi

ABSTRACT

Purpose: People of all ages experience stress. Because the emotional and physical pressures caused by stress are unwanted and annoying, people turn to activities aimed at reducing their stress. All these activities to reduce stress are called coping. Different theories of psychology consider exercise as an important tool in terms of increasing self-confidence, flexibility and staying strong against problems. This study aimed to determine the effects of exercising and non-exercising individuals on their coping styles according to the gender variable.

Method: In the study, the concept of regular exercise was accepted as exercise done 3 days a week for 30 minutes per day for at least 1 year. This study of 122 women (53%) and 110 men (47%) of the 232 people {119 (51%) exercising, 113 (49%) not exercising} participated voluntarily. The Coping With Stress Scale consisting of 23 items and 3 dimensions was applied to the participants. Data were analyzed using descriptive statistics and t test.

Results: While there is a significant difference between the sub-dimensions of avoiding dealing with problems ($t=-2.514;p<.05$) and addressing the problem ($t=-2.910;p<.05$) of female and male participants, there is no significant difference between the sub-dimensions of seeking social support ($p>.05$). Among individuals who exercise and don't exercise, there is a significant difference in the sub-dimensions of social support search ($t=-2.169;p<.05$) and addressing the problem ($t=2.588;p<.05$); there is no significant difference between the subscale of avoidance with the problem ($p>.05$). While there is a significant difference between women who do exercise and women who don't exercise addressing the problem sub-dimension ($t=2.364;p<.05$); It was determined that there is a significant difference between addressing the problem sub-dimension of exercising men and non-exercising men ($t=2.280;p<.05$).

Conclusion: This study revealed that both gender and exercise have an effect on individuals' coping styles.

Keywords: Gender, Exercise, Stress Coping Styles.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 5. Oturum

S04 - Boks Hakemlerinin Mesleki Haz Düzeylerinin İncelenmesi

Aydın Karaçam, Merve Uca, Kenan Sivrikaya
¹ İstanbul Aydın Üniversitesi

ÖZET

Araştırmanın amacı boks hakemlerinin mesleki haz düzeylerini bazı değişkenler açısından ele almaktır. Araştırma ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini, uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 2019-2020 yılında Türkiye boks federasyonunda görev alan ring ve yan hakemlerinden oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan hakem grubunu %50’u (n = 27) kadın ve %50’i (n = 27) erkek olmak üzere 54 hakem oluşturmuştur. Araştırmaya katılan hakemlerin yaş ortalaması 34,75, hakemlik tecrübeleri ortalama 8 yıldır. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve Karaçam ve Pulur tarafından geliştirilen “ Hakemler için Mesleki Haz Ölçeği” (HİMHÖ) kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesi SPSS 21 programı kullanılarak yapılmıştır. Değişkenler arası ilişkilerin belirlenmesi için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı, hakemlerin cinsiyete ve spor yapma değişkenine göre karşılaştırılmasında t testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak alınmıştır. Boks hakemlerinin mesleki haz düzeyleri ile hakemlerin yaşları ve hakemlik yılları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Boks hakemlerinin mesleki haz düzeyleri ile hakemlerin cinsiyetleri arasında erkek hakemler lehine anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Boks hakemlerinin mesleki haz düzeyleri ile hakemlerin spor yapma durumları arasında yapmayanlar lehine anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Sonuç olarak hakemlerin yaş, hakemlik yılı, cinsiyeti ve spor yapma durumları hakemlerin mesleki haz düzeyleri üzerinde önemli bir değişken olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Boks Hakemleri, Mesleki Haz.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 5. Oturum

S04 -Examining Boxing Referees' Of Zest For Work

Aydın Karaçam, Merve Uca, Kenan Sivrikaya
¹ İstanbul Aydın Üniversitesi

ABSTRACT

The aim of the study is to consider the professional zest for work of boxing referees in terms of some variables. The research is a descriptive study in relational survey model. Employing the convenience sampling method, the study sample was composed of referees who actively engaged boxing refereeing in boxing federation for Turkey in 2019-2020 years. The referee group in the research consists of a total of 54 referees, 50% (n = 27) females and 50% (n = 27) males, who participated in the study. The average age of the referees who participating in the study is 34.75, and the average of refereeing experience is 8 years. The demographic information form and 'The Zest for Work Scale (ZWSR), which was adapted in Turkish by Karaçam and Pular, were used as data collection tools in the study. Data analysis of data was conducted using SPSS 21 package program. The Pearson Product Moments-Correlation Coefficient was used to determine the relationships between variables, and a t-test was used to compare referees by gender. The level of significance was taken as $p < .05$. Accordingly, it was observed that there was a positive and significant relationship between the zest for work of the boxing referees and the referees ages and years of refereeing. It was observed that there was a significant difference in favor of male referees between the zest for work of boxing referees and the referee's gender. It was observed that there was a significant difference between the zest for work of the boxing referees and the referees doing different sports activity situations in favor of those who do not. As a result, it can be suggested that boxing referee's ages, referees experience, gender and their participation on sports activity are critical variables on their pleasure levels.

Keywords: Boxing Referees, Zest for Work.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 5. Oturum

S05 - Öz Şefkat ve Spora Bağlılığın Sporda Akış İle İlişkinin İncelenmesi

Ela Arı, Hacer Gül, Sinem Güzel, Elif Oğuz

¹İstanbul Medipol Üniversitesi ²İstanbul Ticaret Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Akış kavramının sporcuların performansları üzerinde önemli etkileri olduğu son yıllarda ortaya konmuştur. Sporcuların performansını arttıran akış deneyiminin belirleyicilerinin ampirik çalışmalarla incelenmesi uygulama ve teoride değerli bilgiler sunacaktır. Dolayısıyla mevcut çalışmanın amacı maç sırasındaki akışı öz-şefkat ve spora bağlılığın ne derece yordadığını belirlemektir. **Yöntem:** Online anket yöntemi ile futbol, basketbol, voleybol yüzme, tenis, atletizm branşlarından yaş ortalaması 22.86 (SS=5.07) olan, 133 erkek ve 74 kadın sporcudan veri toplanmıştır. Demografik bilgi formu, Öz Şefkat Ölçeği Kısa Form (ÖŞÖ), Spora Bağlılık Ölçeği (SBÖ) ve İsveç Akış Eğilimi Ölçeği (İAÖ) uygulanmıştır. Spor branşları bireysel ve takım olarak gruplandıktan sonra bağımsız gruplar t-testi, korelasyon ve hiyerarşik regresyon uygulanmıştır. **Bulgular:** T-test sonucuna göre bireysel spor yapanların SBÖ puanları ile ($\chi = 4.63$, $SD = .35$) ile takım sporu yapanların SBÖ puanları ($\chi = 4.77$, $SD = .31$) arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($t(205) = -2.86$, $p < .01$). ÖŞÖ ve İAÖ'nün toplam puanları ($r = .16$, $p < .05$) ve SBÖ adanma alt boyutu ($r = .25$, $p < .01$) ve SBÖ'nün içselleştirme alt boyutu ile İAÖ toplam puanı ($r = .18$, $p < .05$) arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur. İlişkili değişkenlere maç akışı yordamak amacıyla hiyerarşik regresyon uygulanmıştır. Birinci adımda öz-şefkatın maç sırasındaki akışı ($\beta = .16$, $p < .05$ $R^2 = .03$, $F(1,205) = 5.56$ $p < .05$), ikinci adımda ise SBÖ'nün alt boyutlarından adanmanın ($\beta = .23$, $p < .01$) yordadığı görülmüştür ($R^2 = .10$, $F(4, 202) = 5.31$ $p < .01$).

Sonuç: Yapılan analizler sonucunda sporcunun öncelikle öz-şefkatinin ve daha sonra spora adanmasının maç sırasında akışı arttırdığı sonucu elde edilmiştir. Ayrıca takım sporu yapan sporcuların bireysel spor yapan sporculara göre spora bağlılıklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada ilk defa sporcuların maç esnasındaki akış deneyimleri öz şefkat ve spora bağlılık değişkenleri ile incelenmiştir. Elde edilen bulgular sporculara yapılan öz şefkat müdahalelerinin önemini ortaya koymakla birlikte spora adanmanın arttırılmasının da akış ve dolayısıyla performans üzerinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sporda Akış, Öz Şefkat, Spora Bağlılık, Bireysel Spor, Takım Sporları.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 5. Oturum

S05 - Self-Compassion and Sport's Engagement Relation with Flow in Sports

Ela Arı, Hacer Gül, Sinem Güzel, Elif Oğuz
¹İstanbul Medipol Üniversitesi ²İstanbul Ticaret Üniversitesi

ABSTRACT

Aim: Recently, it has been demonstrated that the concept of flow has significant effect on the sport's performance. Therefore, examining the determinants of the flow experience that increase the sport's performance with empirical studies will provide valuable information in practice and theory. Thus, the aim of the present study is to determine to what extent self-compassion and sport's engagement predict flow during the match.

Method: Data is collected online. The participants are from different sport branches as football, basketball, volleyball, swimming, tennis, athleticis. In total 133 male and 74 female (MAge=22.86 SD= 5.07) participants have conducted the survey. Demographic information form, the short form of Self-Compassion Scale (SCS), the Sports Engagement Scale (SES) and The Flow Proneness Questionnaire (SFPQ) were used to collect data. After the sports branches were grouped as individual and team sports, independent groups t-test, correlation and hierarchical regression were applied.

Results: T-test revealed that there is a significant difference in terms of sport engagement between the individuals sports ($\chi^2 = 4.63$, SD = .35) and team sports ($\chi^2 = 4.77$, SD = .31; $t(205) = -2.86$, $p < .01$). Total scores of SCS and SFPQ ($r = .16$, $p < .05$) the engagement factor of SCS ($r = .25$, $p < .01$) and the internalization factor of SCS and the total SFPQ ($r = .18$, $p < .05$) are significantly correlated. All the correlated variables entered into a hierarchical regression. In the first step, self-compassion positively predicted the flow during the match ($\beta = .16$, $p < .05$ $R^2 = .03$, $F(1,205) = 5,56$ $p < .05$). In the second step, only devotion factor of SCS ($\beta = .23$, $p < .01$) significantly predicted flow during the match ($R^2 = .10$, $F(4, 202) = 5,31$ $p < .01$).

Conclusion: As a result of the analysis, it was concluded that first self-compassion and then sport's engagement increased the flow during the match. In addition, it was found that individuals playing in team sports had higher sport's engagement than individual sportsmen and women. In this study, the flow experiences of the athletes during the match was examined with the variables of self-compassion and sports engagement for the first time. The findings reveal the importance of self-compassion-based interventions, as well as sport's engagement effect on flow experience.

Keywords: Flow İn Sports, Self-Compassion, Sport Engagement, İndividual Sports, Team Sports.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 6. Oturum

S06 - Gençlerde 12 Haftalık Hafif-orta Şiddetli Aerobik Egzersizin Engelleyici Bilişsel Kontrol Üzerindeki Kronik Etkisi

Yasin Altın

¹Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Amaç: Egzersize düzenli katılımın fiziksel ve metabolik açıdan sağladığı faydalar uzun süredir bilinmektedir. Son zamanlarda karmaşık bilişsel süreçleri içeren yönetici işlevler ve egzersiz ilişkisi ilgi çeken bir konu olmuştur. Yapılan araştırmalar aerobik egzersizin yönetici işlevler üzerinde olumlu katkılar sağladığını göstermektedir (Bayar & Çakaloğlu, 2018; Soga ve ark., 2015; Chang ve ark., 2012). Ancak araştırmaların çoğu egzersizin akut etkisini incelemektedir, egzersizin kronik etkisini inceleyen sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu araştırmanın amacı, gençlerde hafif-orta şiddetli aerobik egzersizin engelleyici bilişsel kontrol üzerinde kronik etkisini incelemektir. **Yöntem:** Araştırma 20-22 yaşları arasında 13 kız, 17 erkek (15 kontrol grubu, 15 deney grubu) olmak üzere uygun örneklem yöntemi ile belirlenen 30 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Deneysel araştırma modellerinden ön test – son test kontrol gruplu seçkisiz desen ile yürütülen araştırmada belirlenen denek havuzundan seçkisiz atama ile gruplar oluşturulmuştur. Araştırmada, kişisel bilgi formu ve eriksen flanker task testi uygulanmıştır. Katılımcıların demografik verileri alındıktan sonra eriksen flanker task testinde eğitim oturumu gerçekleştirildi. Deney öncesi oturum, öğrenme etkisinin önüne geçmek için farklı deneme blokları uygulanmıştır. Her katılımcıya, 50 blok içeren en az 2 test uygulanmıştır. Daha sonra 12 haftalık (haftada 3 gün, her seans 30-45 dk) hafif-orta şiddetli bir aerobik egzersiz programı hazırlanmış ve deney grubunun uygulaması istenmiştir. 12 haftalık deney sonrası aşamada deney ve kontrol grubundaki katılımcılara 50 blok içeren en az 2 eriksen flanker task testi uygulanmıştır. Araştırmada elde edilen veriler SPSS 23.0 programı ile analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesi aşamasında, betimleyici istatistikler ve tekrarlanan ölçümler ANOVA testi uygulanmıştır. **Bulgular:** Deney ve kontrol grupları karşılaştırıldığında 12 haftalık hafif-orta şiddetli aerobik egzersizin yönetici işlevlerden engelleyici bilişsel kontrol üzerinde kronik etkisi olduğu görülmüştür. **Sonuç:** Egzersize düzenli katılımın, genç bireylerde, yönetici işlevlerin önemli bir parçası olan engelleyici bilişsel kontrol üzerinde kronik anlamda olumlu katkılar sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Aerobik Egzersiz, Bilişsel Kontrol, Yürütücü İşlevler, Bilişsel İnhibisyon.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 6. Oturum

S06 - The Chronic Effect of 12-week Mild-moderate Aerobic Exercise on Inhibitory Cognitive Control In Youth

Yasin Altın

¹Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ABSTRACT

Aim: The physical and metabolic benefits of regular exercise have long been recognized. Recently, the relationship between exercise, and executive functions including complex cognitive processes, has been a subject of interest. Studies show that aerobic exercise has positive effects on executive functions (Bayar & Çakaloğlu, 2018; Soga et al., 2015; Chang et al., 2012). However, most of the studies examine the acute effect of exercise, there are a limited number of studies examining its chronic effect. The aim of the study is to examine the chronic effect of mild-moderate aerobic exercise on inhibitory cognitive control in young people. **Method:** Thirty university students, 13 girls and 17 boys (15 control group, 15 experimental group) between the ages of 20-22, determined by the appropriate sampling method, participated in the study. In the study conducted with the pretest-posttest control group design, one of the experimental research design, groups were formed by random assignment from the determined sampling pool. In the study, the personal information form and eriksen flanker task test were applied. Personal information form and eriksen flanker task tests were used in the study. After the demographic data of the participants were taken, a training session was held in the eriksen flanker task test. During the pre-experimental session, different trial blocks were applied to prevent the learning effect in eriksen flanker task. Each participant completed at least two blocks of 50 trials. Later, a 12-week (3 days a week, 30-45 minutes each session) mild-moderate aerobic exercise program was prepared and the experimental group was asked to apply. In the 12-week post-experimental session, each participant in the experimental and control groups completed at least two blocks of 50 trials. The data obtained in the research were analyzed with SPSS 23.0 program. Descriptive statistics and repeated measures ANOVA were used in the analysis of the data. **Findings:** In the study, when the experimental and control groups were compared, it was seen that 12-week mild-moderate aerobic exercise has a chronic effect on the inhibitory cognitive control from executive functions. **Conclusion:** It has been concluded that regular participation in exercise has chronic positive contributions to inhibitory cognitive control, which is an important part of executive functions, in young individuals.

Keywords: Aerobic Exercise, Cognitive Control, Executive Functions, Cognitive Inhibition.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 6. Oturum

S07 - Açık ve Kapalı Beceri Sporlarının Bilişsel İşlevler Üzerine Etkisi

Serkan Pancar
¹Mili Eğitim Bakanlığı

ÖZET

Giriş ve Amaç: Bu çalışmanın amacı, yüksek dikkat ve bilişsel işlev gerektiren açık beceri sporu olan masa tenisi ve çevre uyaranlarının değişmediği kapalı beceri sporu olan atletizm branşlarında, amatör sporcu olan gençlerin bilişsel işlev performanslarının karşılaştırmaktır.

Yöntem: Bu araştırma, amatör seviyede müsabakalara katılan 28 masa tenisi (ort. yaş: 19.82 3.90 yıl, ort. boy: 175.10 7.04 cm), 23 atletizm sporu yapan (ort. yaş: 20.60 .03 yıl, ort. boy: 171.30 8.37 cm) ve 22 sedanter (ort. yaş: 18.86 4.16 yıl, ort. boy: 174.91 7.62 cm) toplam da 73 gönüllünün katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların bilişsel işlev düzeylerini belirlemek için iz sürme testleri (A ve B) uygulanmıştır. A bölümü motor işlem hızı, numara sıralama, B bölümü ise dikkat, set değiştirme becerisi, bilişsel esneklik gibi bilişsel özellikleri ölçmektedir. Uygulama, sadece araştırmacı ve katılımcının olduğu gürültüsüz bir ortamda yapılmıştır. Testin tamamlama süreleri, saniye türünden kaydedilmiştir. Verilerin analizinde “SPSS22.0” istatistik paket programı kullanılmıştır. Kategorik verinin analizinde bağımsız gruplar arasında istatistiksel farkın incelenmesinde, Kruskal Wallis testi kullanıldı. Gruplar arası farkı belirlemek için Tamhane post hoc test uygulandı. Anlamlılık düzeyi <0,05 seçildi.

Bulgular: Yapılan Kruskal Wallis testi karşılaştırmalarında, iz sürme testi A sürelerinde gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken ($p>0,05$), iz sürme testi B sürelerinde gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edildi ($p<0,05$). Gruplar arasında yapılan post hoc karşılaştırmalarında, iz sürme testi B bölümünde masa tenisi-atletizm ve masa tenisi-kontrol grupları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ancak atletizm ile kontrol grupları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0.05$).

Sonuç: Çalışmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, açık beceri egzersizi yapan genç bireylerin bilişsel performanslarının, kapalı beceri ve kontrol grubuna göre daha iyi olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Açık Beceri, Kapalı Beceri, Bilişsel Performans, Mental Peformans.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 6. Oturum

S07 - The Effect of Open and Closed-Skill Sports on Cognitive Functions

Serkan Pancar
¹Mili Eğitim Bakanlığı

ABSTRACT

Introduction and Aim: The aim of this study was to compare the cognitive function performances of amateur athletes in table tennis, an open-skill sport that requires high attention and cognitive function, and athletics, which is a closed-skill sport where environmental stimuli do not change. **Method:** This study included 28 table tennis players (mean age: 19.82 3.90 years, mean height: 175.10 7.04 cm), 23 athletes (mean age: 20.60 .03 years, mean height: 171.30 8.37 cm), 22 Sedentary (mean age: 18.86 4.16 years, mean height: 174.91 7.62 cm), a total of 73 volunteers participated. Trail Making Tests (A and B) were applied to determine the cognitive function levels of the participants. Part A measures cognitive characteristics such as motor processing speed, number sequencing (A time), and part B measures cognitive characteristics such as attention, set changing ability, cognitive flexibility (B time). The application was conducted in a quiet, noiseless environment with only the researcher and the participant. The completion times of the test were recorded in seconds. "SPSS22.0" statistical package program was used in the analysis of the data. In examining the statistical difference between independent groups in the analysis of categorical data; Kruskal Wallis test was used. Tamhane post hoc test was applied to determine the difference between groups. Significance level <.05 was selected. **Results:** In the comparisons of the Kruskal Wallis test, no significant difference was found between the groups in terms of Trail Making Test A times ($p > 0.05$), while a statistically significant difference was found between the groups in terms of trail making test B times ($p < 0.05$). In the post hoc comparisons, a statistically significant difference was found between the table tennis-athletics and table tennis-control groups in the B part of the trail making test ($p < 0.05$). However, there was no significant difference between athletics and control groups ($p > 0.05$).

Conclusion: In line with the findings obtained from the study, it was determined that the executive function performances of young individuals who do open-skill exercises were better than the closed-skill and control groups.

Keywords: Open Skill, Closed Skill, Executive Function, Mental Performance.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 6. Oturum

S08 - Profesyonel Futbolculara Uygulanan Psikolojik Beceri Antrenmanlarının Sportif Performansa Etkisi Üzerine Bir Araştırma

Selman ORHAN, Melih Nuri SALMA

¹Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Doktora Programı

ÖZET

Sportif performansta psikolojik beceriler önemli olup bu araştırmanın amacı, profesyonel futbolculara uygulanan 8 haftalık psikolojik beceri antrenmanlarının (PBA) etkisini tespit etmektir. Araştırmada profesyonel erkek futbolcuların denetim odağı, içsel konuşma, sportif güven, zihinsel dayanıklılık ve hedef yönelimi düzeyleri üzerinde PBA programının etkisini incelemek amacıyla deneysel desenlerden “ön test – son test kontrol gruplu desen” kullanılmıştır.

2019-2020 sezonu 2. Lig’de bulunan Elazığspor’dan 15 futbolcu deney grubunu (\bar{x} yaş=23.53±6.86), Amedspor’dan 17 futbolcu ise kontrol grubunu (\bar{x} yaş=26.88±6.21) oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve ilgili ölçekler kullanılmıştır. Verilerin analizinde Mann Whitney U testi ve deney ve kontrol gruplarının son test puanlarını karşılaştırmak için tek faktörlü Kovaryans Analizi (ANCOVA) kullanılmıştır.

Deney ve kontrol grubuna ait değişkenlerin son testlerine ilişkin olarak Mann Whitney U testi sonucunda, içsel konuşmanın motivasyonel işlev ($U=72.000$, $z=-2.104$, $p<.05$, $r=0.371$) ve bilişsel işlev ($U=72.500$, $z=-2.093$, $p<.05$, $r=0.369$) alt boyutlarında anlamlı bir fark bulunmuştur. Deney grubunun içsel konuşma, motivasyonel işlev (Sıra Ortalama=20.20) ve bilişsel işlev (Sıra Ortalama=20.17) alt boyutlarının sıra ortalama puanı kontrol grubu motivasyonel işlev (Sıra Ortalama=13.24) ve bilişsel işlev alt boyutlarından (Sıra Ortalama=13.26) daha yüksektir.

Ön test puanlarının ortak değişken olarak alındığı ANCOVA testi sonucunda ise değişkenlerden içsel konuşmanın motivasyonel işlev ($F(1,29)=6.35$; $p<.05$) ve bilişsel işlev ($F(1,29)=6.25$; $p<.05$) alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Deney grubunda içsel konuşma, motivasyonel işlev ($\bar{x}=3.97\pm 0.72$) ve bilişsel işlev alt boyutlarının ortalamasının ($\bar{x}=3.95\pm 0.86$) kontrol grubu motivasyonel işlev ($\bar{x}=3.35\pm 0.93$) ve bilişsel işlev ($\bar{x}=3.28\pm 0.93$) ortalamalarına göre yüksek olduğu saptanmıştır.

Profesyonel futbolculara uygulanan 8 haftalık PBA’nın sporcuların sadece içsel konuşma düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yükselme oluşturmuştur.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Beceri Antrenmanı, Yetişkin Futbolcular, İçsel Konuşma, Sportif Performans.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 6. Oturum

S08 - A Study on the Impact of Psychological Skill Training Applied to Professional Footballers on Sportive Performance

Selman ORHAN, Melih Nuri SALMA

¹Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Doktora Programı

ABSTRACT

Introduction: Psychological skills had a significant effect on sportive performance. The purpose of this paper is to ascertain the influences of psychological skill training (PST) on professional footballers, which has been applied to them for 8 weeks.

Method: In the research, "pre-test - post-test control group design", one of the experimental designs, was employed to investigate the effect of the psychological skill training (PST) program on the levels of locus of control, self-talk, self-confidence, mental toughness and goal orientation of professional male football players.

In the 2019-2020 season, 15 players from Elazığspor football team in the 2nd League constituted the experimental group (age = 23.53 ± 6.86), and 17 players from Amedspor constituted the control group (age = 26.88 ± 6.21). Personal information questionnaire and related scales were used as data collection method. Mann Whitney U test and single factor Analysis of Covariance (ANCOVA) were used to compare the posttest scores of the experimental and control groups in the analysis of the data.

Findings: As a result of the Mann Whitney U test regarding the posttests of the variables belonging to the experimental and control groups, a significant differences were observed in sub-dimensions of the self-talks scale, the motivational function ($U = 72.000, z = -2.104, p < .05, r = 0.371$) and cognitive function ($U = 72.500, z = -2.093, p < .05, r = 0.369$). From this data, it can be concluded that the mean rank of the motivational function (Mean rank = 20.20) and cognitive function (Mean rank = 20.17), the sub-dimensions of the self-talk scale, in the experimental group is significantly higher than the mean rank of the motivational function (Mean rank = 13.24) and cognitive function (Mean rank = 13.26), the sub-dimensions of the self-talk scale in the control group. Also, the mean value of the motivational function ($= 3.97 \pm 0.72$) and cognitive function ($= 3.95 \pm 0.86$), the sub-dimensions of the self-talk scale, in the experimental group is significantly higher than the mean value of the motivational function ($= 3.35 \pm 0.93$) and cognitive function ($= 3.28 \pm 0.93$), the sub-dimensions of the self-talk scale in the control group.

Conclusion: It is observed that the 8-week psychological skill training (PST) tested on professional football players created a significant increase only in the dimension of self-talk of the footballers.

Keywords: Psychological Skills Training, Adult Football Players, Self-talk, Sportive Performance.



Giriş

Günümüzde bilim ve bilimin ışığında teknolojinin gelişmesi spor dünyasına da yansımıştır. Elit performansa ulaşmak ve bu performansı korumak amacıyla her geçen gün daha fazla yeni teknik, taktik vb. uygulamalar geliştirilmektedir. Artık sporda elit performans gösterebilmek için fiziksel, teknik ve taktik kadar psikolojik boyutta önemlidir (Ercan, 2013). Çünkü Bompa, (2011)'ya göre "sportif performans kondisyon, beceri, fiziksel özellik ve psikolojik (davranışsal) boyutlarından oluşur. Bu dört boyut, arzulanan son performansı belirler" tanımından hareketle, psikolojik boyutta ise sportif başarıyı etkileyebilecek kişilik özelliklerinden sporcunun psikolojik yapısını belirleyen zihinsel, duygusal, bilişsel ve davranışsal süreçlere kadar pek çok özellikten bahsedilmektedir (Tokdemir, 2011). Psikolojik boyuttaki beceriler ise stres yönetimi, zihinsel dayanıklılık, hedef belirleme, dikkat, konsantrasyon, gevşeme, hedef yönelimi, özgüven, imgeleme ve motivasyon gibi konulan içermektedir (Ercan, 2013). Psikolojik faktörlerle ilgili bir başka kavramda zihinsel antrenmandır. Zihinsel antrenman sporcuların performansına etki eden psikolojik faktörlerin kontrol altına alınması ve üst düzey performans sergilemek için uygun seviyelerde tutulması amacıyla gerekli olan zihinsel tekniklerin uygulanması olarak tanımlanabilir (Urfa, 2017). Psikolojik becerilerin uygun tekniklerle planlı ve programlı eylem, antrenman, aktivite ve egzersiz ile geliştirilmesi ise psikolojik beceri antrenmanlarının konusu olmaktadır (Konter, 1998).

Eklund ve Tenenbaum (2014)'a göre psikolojik beceri antrenmanı (PBA) sporcuların psikolojik becerilerini geliştirerek performanslarını artırmalarını sağlayan eğitimler olup psikolojik beceri antrenmanının amacı ise bireylere yüksek performans sağlama ve yeteneklerini etkili bir biçimde kullanmaları için gerekli olan becerilerini geliştirmede yardımcı olmaktır (Gardner ve Moore, 2004). Çünkü Akandere, Aktaş ve Er (2018)'e göre özellikle büyük müsabaka olarak tanımlanan, üstün fizik kondisyon ve mükemmel tekniğe sahip en iyi sporcular arasında yapılan müsabakalar aslında "psikolojik" müsabakalardır. Bu psikolojiyi bilen ve uygulayabilen ve zorlukların üstesinden gelen sporcu ile antrenör başarılı olabilmektedir (Şahin ve Mehmet, 2018). Bu çerçevede yapılan çalışma ile PBA'nın profesyonel erkek futbolcuların denetim odağı, içsel konuşma, sportif güven, zihinsel dayanıklılık ve hedef yönelimi düzeylerine etkisi incelenmiştir. Bu çalışmanın PBA konusunda literatürde uygulamalı spor psikolojisi araştırmalarına yol gösterici bir etkisi olabileceği düşünülmektedir.

Yöntem: Araştırmada profesyonel erkek futbolcuların denetim odağı, içsel konuşma, sportif güven, zihinsel dayanıklılık ve hedef yönelimi düzeyleri üzerinde PBA programının etkisini incelemek amacıyla deneysel desenlerden "ön test – son test kontrol gruplu desen" kullanılmıştır.



Araştırma deseni Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1 Araştırma Deseni			
	Ön test	İşlem	Son test
Kontrol Grubu	RİDKOÖ		RİDKOÖ
	KKA	Herhangi bir	KKA
	SSGE	çalışma	SSGE
	SZDE	yapılmayacaktır.	SZDE
	SGEYÖ:		SGEYÖ:
Deney Grubu	RİDKOÖ	RİDKOÖ	RİDKOÖ
	KKA	KKA	KKA
	SSGE	SSGE	SSGE
	SZDE	SZDE	SZDE
	SGEYÖ	SGEYÖ	SGEYÖ

RİDKOÖ: Rotter İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği (Dağ, 1991)
 KKA: Kendinle Konuşma Anketi (Engür, 2011)
 SSGE: Sürekli Sportif Güven Envanteri (Engür, Tok, & Tatar, 2005)
 SZDE: Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri (Altıntaş, 2015)
 SGEYÖ: Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği (Toros, 2004)

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmaya katılan sporcular olasılıksız örneklem yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların gönüllü olmaları temel ölçüt olarak alınmıştır. Bu bağlamda araştırmanın örneklemini 2019-2020 sezonu 2. Lig’de bulunan Elazığspor’da profesyonel erkek futbol oyuncularını oluşturmaktadır. 2019-2020 sezonu 2. Lig’de bulunan Elazığspor’dan 15 futbolcu deney grubunu (\bar{x} yaş=23.53±6.86), Amedspor’dan 17 futbolcu ise kontrol grubunu (\bar{x} yaş=26.88±6.21) oluşturmuştur.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve aşağıda belirtilen ölçekler kullanılmıştır.

Rotter İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği (RİDKOÖ): İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği (Rotter, 1966) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlanması ise (Dağ, 1991) tarafından yapılmıştır. RİDKOÖ bireylerin genellenmiş kontrol beklentileri ve pekiştiricilerin bireyin kendi içindeki ya da dışındaki güçlerin (şans, kader vb.) kontrolünde olduğuna dair sahip olduğu genel beklenti ya da inancı ölçmektedir. Yüksek puanlar, dış kontrol odağı inancında artışı göstermektedir.

Kendinle Konuşma Anketi (KKA): Kendinle Konuşma Anketi Zervas, Stavrou ve Psychountaki, (2007) tarafından geliştirilmiş ve Engür (2011), tarafından Türk sporcularına uyarlanmıştır. Ölçek 11 maddeden oluşmaktadır.

Sportif Sürekli Kendine Güven Envanteri (SSGE): Bu envanter Vealey (1986) tarafından 1986 yılında (State Sport Confidence-SSGÖ) spora özgü olarak geliştirilmiştir. Ölçeğin tek alt boyutu ve toplam 13 soru maddesi bulunmaktadır. Sportif Sürekli Kendine Güven Envanteri’nin Türkçe’ye uyarlanması Engür, Tok ve Tatar (2005), tarafından yapılmıştır.

Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri (SZDE): Sporcuların zihinsel dayanıklılık seviyelerini tespit etmek amacıyla Sheard, Golby ve Van Wersch (2009) tarafından geliştirilen SZDE toplam tarafından yapılmıştır.



Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği (SGEYÖ): Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği, Duda (1989; 1995) tarafından hedef belirlemede ego ve görev yönelimi olarak bireysel farklılıkları belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. SGEYÖ, Türk sporcuları için geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır (Toros, 2004).

Psikolojik Beceri Antrenman Programı

PBA programı 8 hafta boyunca art arda haftada 2 oturum ve 20-25 dakika olacak şekilde uygulanmıştır. Sporcuların denetim odağı, içsel konuşma, sportif güven, zihinsel dayanıklılık ve hedef yönelimi gibi becerilerinde gelişme sağlamak amacıyla zihinsel antrenman tekniklerinden hedef belirleme, gevşeme, diyafram nefes egzersizi, imgeleme, denetim odağı, motivasyon, sportif güven, zihinsel dayanıklılık ve içsel konuşma çalışmaları Weinberg & Gould, (2015)'un PBA eğitim, kazandırma ve uygulama aşamalarına göre yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde; tanımlayıcı istatistikler, Mann Whitney U testi ve deney ve kontrol gruplarının son test puanlarını karşılaştırmak için tek faktörlü Kovaryans Analizi (ANCOVA) kullanılmıştır.

Bulgular:

Tablo 2: Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler		Deney			Kontrol		
		r	[S	□	Ss	
İçsel Konuşma Motivasyonel İşlev	Ön test	15	3.70	1.01	7	3.55	1.05
	Son test	5	3.97	0.72	7	3.35	0.94
İçsel Konuşma Bilişsel İşlev	Ön test	5	3.62	1.02	7	3.57	1.08
	Son test	5	3.95	0.86	7	3.28	0.93

Tablo 2'de görüldüğü gibi İçsel Konuşmada kontrol grubuna ait en yüksek ortalama ön test'te (3.57 ± 1.08) iken deney grubuna ait en yüksek ortalama ise son testtedir (3.97 ± 0.72).

Tablo 3: İçsel Konuşma Değişkeni Alt Boyutlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Tablosu

Değişkenler		Deney		Kontrol		Mann Whitney U	Z	p
		n	Sıra Ort.	n	Sıra Ort.			
İçsel Konuşma Motivasyonel İşlev	Ön test	15	16.67	17	16.35	125.000	-,095	,924
	Son test	15	20.20	17	13.24	72.000	-2.104	,035*
İçsel Konuşma Bilişsel İşlev	Ön test	15	15.73	17	17.18	116.000	-,438	,661
	Son test	15	20.17	17	13.26	72.500	-2.093	,036*

* $p < .05$



Tablo 3’de görüldüğü gibi İçsel Konuşma değişkeni deney ve kontrol grubu son testlerine ilişkin Mann Whitney U Testi sonucunda; içsel konuşmanın motivasyonel işlev ($U=72.000$, $z=-2.104$, $p<.05$, $r=0.371$) ve bilişsel işlev ($U=72.500$, $z=-2.093$, $p<.05$, $r=0.369$) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Deney grubunun içsel konuşma, motivasyonel işlev (Sıra Ortalama=20.20) ve bilişsel işlev (Sıra Ortalama=20.17) alt boyutlarının sıra ortalaması puanı kontrol grubu motivasyonel işlev (Sıra Ortalama=13.24) ve bilişsel işlev alt boyutlarından (Sıra Ortalama=13.26) daha yüksektir.

İçsel konuşma değişkeni deney ve kontrol grubuna ait aritmetik ortalamalar ve düzeltilmiş ortalamalar Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4: Deney ve Kontrol Grubuna Ait İçsel Konuşma Alt Boyutlarının Ön Test Puanlarına Göre Düzeltilmiş Son Test Puanlarının Ortalaması

	Grup	n	□	Düzeltilmiş Ortalama
İçsel Konuşma Motivasyonel İşlev	Deney	15	3.97	3.99
	Kontrol	17	3.35	3.33
İçsel Konuşma Bilişsel İşlev	Deney	15	3.95	3.99
	Kontrol	17	3.28	3.25

Tablo 4’te görüldüğü gibi son test İçsel Konuşmanın Motivasyonel İşlev alt boyut puanına ait deney grubunun düzeltilmiş ortalaması 3.99, kontrol grubunun düzeltilmiş ortalaması 3.33’tür. İçsel Konuşma Bilişsel İşlev alt boyutuna ait deney grubunun son test düzeltilmiş ortalaması 3.99, kontrol grubunun düzeltilmiş ortalaması 3.25’tir. 8 haftalık Psikolojik Beceri Antrenman programının sporcuların içsel konuşmanın alt boyutları olan Motivasyonel İşlev ve Bilişsel İşlev seviyelerine etkisini test etmek üzere ayrı ayrı yapılan Kovaryans Analizi (ANCOVA) sonuçları Tablo 5 ve Tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 5. Deney ve Kontrol Gruplarındaki Sporcuların Düzeltilmiş Ön Test Puanlarına Göre Son Test İçsel Konuşma Motivasyonel İşlev Alt Boyut Puanlarının ANCOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	2
Motivasyonel İşlev Ön Test	5.779	1	5.779	10.699	0.003	.27
Grup	,3.428	1	3.428	6.35	.018	.18
Hata	15.663	29	.540			
Düzeltilmiş Toplam	24.490	31				

Tablo 5'te deney ve kontrol gruplarının motivasyonel işlev düzeltilmiş ön test puanlarına göre motivasyonel işlev son test puanlarının ANCOVA sonuçları yer almaktadır. Ön test puanlarının ortak değişken olarak alındığı ANCOVA sonucunda deney ve kontrol grubundaki sporcuların son test motivasyonel işlev puanları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($F_{(1,29)}=6.35$; $p<.05$). Bu verilere göre deney grubunun son test motivasyonel işlev ortalaması ($\bar{x}=3.97\pm 0.72$), kontrol grubunun son test motivasyonel işlev ortalamasından ($\bar{x}=3.35\pm 0.93$) anlamlı olarak daha yüksek çıkmıştır. 8 haftalık Psikolojik Beceri Antrenman programının sporcularda İçsel Konuşma Bilişsel İşlev alt boyutuna etkisini test etmek üzere yapılan Kovaryans Analizi (ANCOVA) sonuçları Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6. Deney ve Kontrol Gruplarındaki Sporcuların Düzeltilmiş Ön Test Puanlarına Göre Son Test İçsel Konuşma Bilişsel İşlev Alt Boyut Puanlarının ANCOVA Sonuçları

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Bilişsel İşlev Ön Test	3,837	1	3,837	5,03	0,16	0,0
Grup	4,345	1	4,345	6,25	0,18	0,0
Hata	20,17	9	,696			
Düzeltilmiş Toplam	27,59	3				
	4	1				

Tablo 6'da deney ve kontrol gruplarının bilişsel işlev düzeltilmiş ön test puanlarına göre bilişsel işlev son test puanlarının ANCOVA sonuçları yer almaktadır. Ön test puanlarının ortak değişken olarak alındığı ANCOVA sonucunda deney ve kontrol grubundaki sporcuların son test bilişsel işlev puanları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($F_{(1,29)}=6.25$; $p<.05$). Bu verilere göre deney grubunun son test bilişsel işlev ortalaması ($\bar{x}=3.95\pm 0.86$), kontrol grubunun son test bilişsel işlev ortalamasından ($\bar{x}=3.28\pm 0.93$) anlamlı olarak daha yüksek çıkmıştır.

TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı 8 haftalık psikolojik beceri antrenman programının futbolcuların denetim odağı, içsel konuşma, sportif güven, zihinsel dayanıklılık ve hedef yönelimi üzerinde etkisini araştırmaktır. Verilerin analizi sonucunda; PBA'ya katılan deney grubu sporcularının içsel konuşma puanları kontrol grubu sporcularının içsel konuşma puanlarına göre yüksek çıkmıştır.

PBA ile ilgili literatür incelendiğinde; Thelwell, Greenlees ve Weston (2006)'ın futbolcularda imgeleme, içsel konuşma ve gevşeme egzersizleri kullanarak yaptığı PBA sonucunda sporcuların performansında artış gözlenmiştir. Blakeslee ve Goff (2007) ise binicilerle yaptığı çalışmada imgeleme, içsel konuşma ve gevşeme egzersizlerine ilaveten hedef belirleme tekniklerini kullanmış ve bu çalışma sonunda binicilerin performansının arttığı saptanmıştır. Miçooğulları (2013)'nın yaptığı araştırmada basketbolcularda 6 haftalık psikolojik beceri antrenman programının sporcuların takım bütünlüğü ve sportif güven becerileri üzerine olumlu katkıları olduğu fakat sporcuların kaygı düzeyleri üzerinde herhangi anlamlı bir etkisi olmadığı saptanmıştır.

Urfa (2017)'nin yaptığı PBA'da ise içsel konuşma. performans öncesi rutin. hedef belirleme. imgeleme. kendini izleme (self monitoring) ve konsantrasyon teknikleri kullanılarak yaptığı deneysel çalışma sonunda genç sporcuların özgüven. dikkat düzeyleri ve toplam kaygıda anlamlı farklılık görülürken şut isabet puanları ve güdülenmede farklılık görülmemiştir. İçsel konuşma ile yapılan çalışmalara bakıldığında ise Hoccoğlu, (2019)'na göre zihinsel antrenman stratejileri yapılan sporun doğasına, amacına ve bireysel özelliklerden cinsiyet, spor deneyimi gibi faktörlerden etkilenmekte olup içsel konuşma sporculardan tarafından sıklıkla kullanılmaktadır. Yine benzer şekilde Hatzigeorgiadis ve ark. (2014) tarafından yapılan deneysel çalışmada; toplam 41 genç yüzücüye 10 haftalık içsel konuşma tekniğinin etkililiği araştırılmış ve çalışma sonunda içsel konuşma programının uygulandığı deney grubu, kontrol grubundan daha fazla performans göstermiştir. Sonuç olarak profesyonel futbolculara uygulanan 8 haftalık psikolojik beceri antrenman programı sporcuların sadece içsel konuşma düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yükselme oluşturmuştur.

KAYNAKÇA

- Akandere, M., Aktaş, S., & Er, Y. (2018). *Zihinsel Antrenman ve Spor*.
- Altıntaş, A. (2015). *Sporcuların Zihinsel Dayanıklılıklarının Belirlenmesinde Optimal Performans Duygu Durumu, Güdülenme Düzeyi ve Hedef Yöneliminin Rolü*. Ankara Üniversitesi,.
- Altıntaş, Atahan, & Koruç, B. P. (2017). Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri'nin Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi (SZDE). *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe Üniversitesi*, 27(4), 163–171. <https://doi.org/10.17644/sbd.311985>
- Blakeslee, M. L., & Goff, D. M. (2007). The Effects of a Mental Skills Training Package on Equestrians. *The Sport Psychologist*, 21, 288–301.
- Bompa, O. (2011). *Dönemleme Antrenman Kuramı ve Yöntemi*. Spor Yayınevi ve Kitabevi.
- Dağ, İ. (1991). Rotter'in İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği (RİDKOÖ)'nin üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği. *Psikoloji Dergisi*.
- Duda, J L. (1989). Goal perspectives, participation and persistence in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 20, 42–56.
- Duda, Joan L. (1995). *Motivation in sport settings: A goal perspective approach*. Human Kinetics Books.
- Eklund, R., & Tenenbaum, G. (2014). *Encyclopedia of Sport and Exercise Psychology*. Sage Publications;
- Engür, M, Tok, S., & Tatar, A. (2005). Durumluk ve Sürekli Sportif Sürekli Güven Envanterlerinin Türkçeye Uyarlanması. *ge Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Performans Dergisi*, 11, 7-12.
- Engür, Mustafa. (2011). *Performans başarısızlığı değerlendirme envanteri ve kendinle konuşma anketi'nin Türk sporcu popülasyonu'na uyarlanması ve uygulanması*. Ege Üniversitesi.
- Ercan, H. Y. (2013). *Spor ve Egzersiz Psikolojisi* (2. Basım). Tarihinde adresinden erişildi <https://www.idefix.com/Kitap/Spor-ve-Egzersiz-Psikolojisi/Hulya-Yeltepe-Ercan/Hobi/Spor-ve-Sporcular/Spor/urunno=0000000543361>
- Gardner, F. L., & Moore, Z. E. (2004). A mindfulness-acceptance-commitment-based approach to athletic performance enhancement: Theoretical considerations. *Behavior Therapy*, 35(4), 707–723. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(04\)80016-9](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(04)80016-9)

Hall, C. R. (1998). *Measuring Imagery Abilities and Imagery Use*. (E. J. . Duda, Ed.). In

Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi

25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement, Morgantown, WV: Fitness Information Technology. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

Hatzigeorgiadis, A., Galanis, E., Zourbanos, N., & Theodorakis, Y. (2014). Self-talk and Competitive Sport Performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(1), 82–95. <https://doi.org/10.1080/10413200.2013.790095>

Hocaoğlu, S. G. (2019). *Sporcuların Algılanan Sportif Yeterlik Ve Hedef Yönelimlerinin İçsel Konuşma Ve İmgeleme Biçimlerini Belirlemedeki Rolü*. Marmara Üniversitesi.

Konter, E. (1998). *Psikolojik Hazırlığın Teori ve Pratiği*. Bağırhan Yayınevi, Ankara.

Miçooğulları, B. (2013). *Effects of 6 Weeks Psychological Skill Training on Team Cohesion, Self-Confidence and Anxiety: A Case Of Youth Basketball Players*. Middle East Technical University, The Graduate School Of Social Sciences.

Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological monographs*. <https://doi.org/10.1037/h0092976>

Şahin, T., & Mehmet, G. (2018). Sporcularda Psikolojik Dayanıklılığın Duygu Düzenleme Becerilerine Etkisi: Türkiye Korumalı Futbol 1. Ligi Oyuncuları Örneği. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(3), 204–216.

Sheard, M., Golby, J., & Van Wersch, A. (2009). Progress Toward Construct Validation Of The Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). *European Journal of Psychological Assessment*, 25(3), 186–193. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.3.186>

Thelwell, R. C., Greenlees, I. A., & Weston, N. J. V. (2006). Using psychological skills training to develop soccer performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18(3), 254–270. <https://doi.org/10.1080/10413200600830323>

Tokdemir, C. (2011). *Sportif Başarıyı Etkileyen Psikolojik Faktörler Ve Kişilik Özellikleri: Türk Futbol Tarihinin Başarılı Milli Futbolcularının Görüşleri*. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor.

Toros, T. (2004). Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği-“SGEYÖ”- nin Türk Sporcuları İçin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi.*, 15(3), 155.

Urfa, O. (2017). *10 Haftalık Psikolojik Beceri Antrenman Programının Genç Futbolcuların Kaygı, Özgüven, Güdülenme, Dikkat Ve Şut İsabet Oranı Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Vealey, R. (1986). Conceptualization of Sport-Confidence and Competitive Orientation. *Journal of Sport Psychology*, 8:221-246.

Weinberg, R., & Gould, D. (2015). *Spor ve Egzersiz Psikolojisinin Temelleri (Foundation of Sport Exercise Psychology)* (M. Şahin & Z. Koroç, Ed.). Nobel Yayınevi.

Zervas, Y., Stavrou, N. A., & Psychountaki, M. (2007). Development and validation of the self-talk questionnaire (S-TQ) for sports. *Journal of Applied Sport Psychology*. <https://doi.org/10.1080/10413200601185156>



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 6. Oturum

S09 – Carlstedt Protokolü – Performansın Kritik Anlarındaki Zihin-Beden Modeli

Özge Karagöz, Cengiz Karagözoğlu

¹Marmara Üniversitesi Egzersiz ve Spor Psikolojisi Yüksek Lisans öğrencisi, ²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü

ÖZET

Carlstedt modelinde performansın kritik anlarına odaklanılmıştır. Kritik anlar, yarışmanın başarılı sonuçlanmasını asıl oluşturan durumlardır. O durumlar, sporcunun en üst seviyede zihin ve beden sürecini yönetip, becerilerini en üst seviyede sergileyebilmesi gerektirmektedir. Carlstedt Modelinde, zirve performansın içeriğindeki odaklanma, bilişsel süreçler ve fizyolojik reaktivitenin belirleyicisi olarak kişisel özelliklerin ve davranışların birbiriyle olan ilişkisini tanımlamaktadır. Bununla birlikte sporcular üzerinde nörofizyolojik ölçümler de yapılarak özellikle kritik anlarda odaklanmanın nasıl devam ettiğini veya yıkıcı olan olumsuz düşüncelerle nasıl engellendiğini ortaya koymaktadır. Yarışma sürecinin mikro ve makro aşamalarla çok boyutlu, bütüncül ve boylamsal olarak incelendiği süreçte, sporcunun zihinsel dayanıklılık seviyesi ile ilgili belirleyici etmenleri göstermektedir. Carlstedt Protokolünde sporcunun yarışma performansı sırasında ve dışında alınan veriler değerlendirilerek, hipnotik beceri, nörotisizm ve önleyici baş etme becerisinden oluşan ‘Birincil Sıralamadaki Faktörler (PHO)’ olarak adlandırılan gruptaki kişisel özellikler ve davranışlar belirlenir. Kritik anlar teorisinin hipotezine göre sporcu, performansın kritik zamanlarında PHO içerisindeki etkenlerin fonksiyonelliğine bağlı olarak psikolojik olarak daha fazla ya da daha az bir şekilde düşüş yaşar. Yarışma sırasındaki analiz, saha içi ve saha dışındaki fizyolojik ve psikolojik ölçümlerle beraber değerlendirilen PHO faktörleri sonucu sporcu için kişiselleştirilmiş müdahale metodu ile çalışılmaya başlanmaktadır ve gözlem süreci devam etmektedir.

Bu sununun amacı, sporcunun zirve performansını çok boyutlu ve bütüncül yaklaşım ile ele alan Carlstedt Protokolünün teorik ve müdahale yapısı hakkında bilgi vermektir.

Anahtar Kelimeler: Zirve Performans, Zihin-Beden Modeli, Zihinsel Dayanıklılık.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 6. Oturum

S09 – The Carlstedt Protocol – A Mind- Body Model of Critical Moments

Özge Karagöz, Cengiz Karagözoğlu

¹Marmara Üniversitesi Egzersiz ve Spor Psikolojisi Yüksek Lisans öğrencisi, ²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü

ABSTRACT

Carlstedt Model focuses on the critical moments of the performance. Critical moments are the essential mediators for the successful performance. These moments require the athlete to be able to manage the mind and body process and show their skills at the highest level. Carlstedt's model contains constellation of personality traits and behaviors as mediators of key elements of peak performance including attention, certain cognitive process and physiological reactivity. In addition to this, the model identifies neurophysiological concomitants of these measures that demonstrate the interaction how they create a sustain focus or allow disruptive and negative thoughts that inhibit required focus for peak performance. Performances divide into micro and macro levels and athletes' mental toughness ability can be evaluated clearly depending on multidimensional, integrative and longitudinal measurement approaches of these levels. In Carlstedt Protocol, personality traits and behaviors in the Primary Higher Order (PHO) consisting of hypnotic ability,neurotizizm, and repressive coping are determined by evaluating the data obtained during and after the competition. Hypothesis of this theory is that depending on functionality of PHO factors, athletes can experience the failure more or less. Data analysis during competition, physiological and psychological assessments in field and outside the field and PHO levels can be considered systematically. After all of these, the process continues with the individualized intervention methods for athlete and observation part. The aim is to give information about the theory and assessments of Carlstedt Protocol that is multidimensional and integrative approach towards the peak performance.

Keywords: Peak Performance, Mind-Body Model, Mental Toughness.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 6. Oturum

S10 - Oryantiring Sporcularında Submaksimal Yorgunluk Düzeyinin Rota Seçimine Etkisinin İncelenmesi

İlknur Can, Adil Deniz Duru
¹Marmara Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Oryantiring, zihni olduğu kadar fiziği de harekete geçiren son derece sağlıklı bir spordur. Fiziksel güç ve düşünmenin yanı sıra strateji ve hızlı karar verme de oryantiringde önemli bir role sahiptir (Breckle et al., 1989; Douglas, 1990). Oryantiringin zamana karşı yapılması, kişinin bir hedeften diğerine gitmek için belirlediği rotanın mesafesinin ve karar verme hızının önemini arttırmaktadır. Bu nedenle, çalışmada deneyimli oryantiring sporcularının, farklı zorluk seviyelerindeki hedefler üzerinde seçtikleri rotaların, submaksimal ve dinlenik nabız durumlarında incelenmesi amaçlanmıştır. Gereç ve Yöntem: Çalışmaya katılan kişiler aktif oryantiringçi ve en az üç yıl oryantiring yapmış, yaş ortalama 21.8 beş kadın ve yaş ortalaması 21.3 olan altı erkek olmak üzere toplamdan 11 oryantiring sporcusu katılmıştır. Ölçümden önce her katılımcının dinlenik nabız değerleri akıllı saatle ölçülüp kaydedilmiştir. Daha sonra bilgisayarda karışık sırayla olacak şekilde beş kolay, beş orta, beş zor seviye, toplamda 15 harita üzerinde Mouse ile rota çizmişlerdir. Sonrasında kişiler mekik koşusu koşarak maksimum nabız değerleri bulunmuştur ve ardından her katılımcı kendi dinlenik nabız değerine inene kadar yaklaşık bir saat dinlenmiştir. Dinlenen sporcular bu sefer teker teker yeni bir mekik koşusu koşarak, nabız değeri kendisinin hesaplanan submaksimal nabız değerine getirilmiştir. Mekik koşusu bitiren kişi, bu sefer farklı beş kolay, beş orta, beş zor seviye olacak şekilde toplamda 15 harita üzerinde Mouse yardımıyla rota çizmişlerdir. Bulgular: Submaksimal yorgunluk düzeyi farklı zorluk seviyesindeki haritalar üzerinde verilen kararın süre değeri, kolay ve orta seviye hedeflerde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur fakat zor seviye hedeflerde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Submaksimal yorgunluk düzeyinin farklı zorluk seviyesindeki haritalarda verilen kararın mesafe değerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Harita zorluk seviyeleri gözardı edildiğinde, submaksimal yorgunluk düzeyinin süre üzerinde pozitif anlamda bir etkisi olduğu bulunmuştur fakat mesafe değerleri üzerinde herhangi bir etkisi bulunmamıştır. Sonuç: Submaksimal yorgunluk düzeyinin rota seçimi sırasındaki süre değerini pozitif yönde etkilediği görülmüştür. Submaksimal yorgunluk düzeyinin mesafe değerinde üzerinde ise pozitif veya negatif anlamda bir etki görülmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Görsel Uyarı, Oryantiring, Planlama.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 6. Oturum

S10 - The Study Of Orienteers' Submaximal Fatigue Level Effect On Route Choice

İlknur Can, Adil Deniz Duru
¹Marmara Üniversitesi

ABSTRACT

Objective: Orienteering is an extremely healthy sport that activates the mind as well as the physics. Along with physical strength and thinking, strategy and quick decision making also play an important role in orienteering (Breckle et al., 1989; Douglas, 1990). Orienteering against time increases the importance of the distance and decision-making speed of the route determined by the person to go from one target to another. For this reason, it was aimed to examine the routes that experienced orienteering athletes chose on targets of different difficulty levels in submaximal and resting heart rate conditions. **Materials and Methods:** Participants in the study were active orienteers and orienteers for at least three years, a total of 11 orienteering athletes, five females with an average age of 21.8 and six males with an average age of 21.3 years. Before measurement, resting heart rate values of each participant were measured and recorded with a smart watch. Then, they drew a route with the mouse on five easy, five medium, five difficult levels, 15 maps in total, in mixed order on the computer. Afterwards, the subjects found their maximum heart rate by running the shuttle run, and then each participant rested for about an hour until his resting heart rate was reduced. The resting athletes ran a new shuttle run this time one by one and the heart rate value was brought to its calculated submaximal heart rate. The person who finished the shuttle run drew a route with the mouse on a total of 15 maps, this time with five different easy, five medium and five hard levels. **Results:** The time value of the decision made on maps with different difficulty levels of submaximal fatigue, and a statistically significant difference was found in easy and medium level targets, but no statistically significant difference was found in difficult level targets. No statistically significant difference was found in the distance value of the decision made in maps of different difficulty levels of submaximal fatigue. Ignoring the map difficulty levels, submaximal fatigue level was found to have a positive effect on duration, but no effect on distance values.

Conclusion: It was observed that the level of submaximal fatigue positively affected the time value during route selection. If the submaximal fatigue level is above the distance value, there was no positive or negative effect.

Keywords: Visual Stimulus, Orienteering, Planning.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 8. Oturum

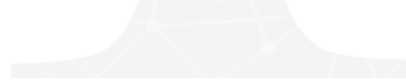
S11 - A campus wide effort to promote exercise: Lessons learned and implications

Selen Razon, Annie O'Brien, Umit Tokac, Katelyn Koser, Scott Heinerichs, Melissa Reed
¹West Chester University, ²University of Missouri

ABSTRACT

One way to improve exercise behaviors is through the community-based interventions. However, the effectiveness of these for true behavior change is debated (Wilson, Strayer, Davis, & Harden, 2018). The purpose of this study was to evaluate opinions and attitudes related to a first-time Exercise is Medicine (EIM) day at a college campus in Northeast USA. A community event was hosted. Forty participants (11 males, 29 females) ($M_{age}= 27.5$, $SD=12.16$) who joined the event responded to an exit program evaluation survey to determine the effectiveness of the intervention for improving exercise behaviors. Descriptive analysis from Likert scale data (1=not at all - 5=very much) indicated that participants highly enjoyed the event ($M_{enjoyment}=4.6$, $SD=0.78$). They also reported that they found the event beneficial for improving exercise behaviors ($M_{helpfulPA}=4.4$, $SD=0.97$; $M_{helpfulNutrition}=4.3$, $SD=0.99$). Participants also expressed strong intentions to revisit the event in the future ($M_{future\ visit}=4.7$, $SD=0.75$). Additional Bayesian analysis suggested that in comparison to their male counterparts ($M= 3.75$, $SD=1.28$), female participants ($M=4.67$, $SD=0.51$) found the event significantly ($p < .05$) more beneficial for behavior change. Of the motives for participating in event, 87.5% of the participants reported that they participated because they expected it to be fun. Results from the qualitative analysis revealed two recommendations for improving future events: (1) opportunities for exercising during the event and, (2) healthy food and beverage options offered throughout the event. These results suggest that community interventions that are carefully tailored to community's needs can help increase awareness and facilitate exercise behavior change. Recommendations for designing similar interventions to promote behavior change will be offered. Lessons learned and implications for exercise psychology consultants will be outlined.

Keywords: Exercise, Intervention, Opinions, Attitudes.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 8. Oturum

S12 - Egzersiz Kimliği Ölçeği'nin Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Ayça Aygün , Cengiz Karagözoğlu

¹Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Egzersiz ve Spor Psikolojisi Yüksek Lisans Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, İstanbul, Türkiye.

ÖZET

Bu çalışmanın amacı Anderson ve Cychosz (1994) tarafından geliştirilen Egzersiz Kimliği Ölçeği'nin (EKÖ) Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlüğünün düzenli egzersiz yapan bireylerde test edilmesidir. Çalışmada yapılan analizler doğrultusunda iki farklı örneklem kullanılmıştır. İlk örnekleme 18 yaş ve üstündeki en az 1 senedir düzenli egzersiz yapan 43 kadın 47 erkek olmak üzere 88 kişi ($X_{yaş}=29.63 \pm 7.45$), ikinci örnekleme 18 yaş ve üstündeki en az 1 senedir düzenli egzersiz yapan 45 kadın ve 45 erkek olmak üzere 90 kişi ($X_{yaş}=29.47 \pm 9.08$) oluşturmaktadır. Egzersiz Kimliği Ölçeği 9 madde ve tek faktörden oluşan 7'li likert tipi bir ölçektir. Çalışmada yapı geçerliği için ilk örnekleme açımlayıcı faktör analizi, ikinci örnekleme doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Egzersiz Kimliği Ölçeği ile Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla pearson momentler çarpımı korelasyonu analizi kullanılmıştır. Ölçeğin güvenirligi için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır.

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda tek faktör yapısı desteklenmekte olup, faktör yükleri 0.57 ile 0.86 arasında değişmektedir. Cronbach alfa katsayısı 0.88 olarak belirlenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin Türkçe formunun orijinal tek faktörlü yapıyı desteklediği bulunmuştur ($\chi^2/df= 1.712$, GFI= 0.895, CFI= 0.964, NFI= 0.919, RMSEA= 0.089). Madde faktör yükleri 0.67 ile 0.83 arasında değişmektedir. Ölçüt geçerliği için yapılan pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonucunda; Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi sonucunda elde edilen fiziksel aktiflik düzeyi ile Egzersiz Kimliği Ölçeğinden alınan toplam puanlar arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Egzersiz Kimliği Ölçeği Türkçe formunun egzersiz yapan bireylerin egzersizle özdeşleşmesini ve ayrılmaz bir parçası olarak değerlendirilmesini ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz Kimliği Ölçeği, Egzersiz Kimliği, Geçerlik, Güvenirlik.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 8. Oturum

S12 - Reliability and Validity Study of the Turkish Version of Exercise Identity Scale

Ayça Aygün , Cengiz Karagözoğlu

¹Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Egzersiz ve Spor Psikolojisi Yüksek Lisans Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, İstanbul, Türkiye.

ABSTRACT

The aim of this study is to test the validity and reliability of the Turkish form of Exercise Identity Scale (EIS) developed by Anderson and Cychosz (1994) in individuals who exercise regularly. Two different samples were used in line with the analysis in the study. The first sample was 88 (Mage = 29.63 ± 7.45), including 43 women and 47 men, who were 18 years of age or older who regularly exercised for at least 1 year, the second sample was 90 (Mage = 29.47 ± 9.08), including 45 women and 45 men aged 18 years and over regularly exercising for at least 1 year. Exercise Identity Scale is a 7-point Likert-type scale consisting of 9 items and a single factor. In the study, exploratory factor analysis was applied to the first sample, and confirmatory factor analysis was applied to the second sample for construct validity. Pearson moments correlation analysis was used to test the relationship between Exercise Identity Scale and International Physical Activity Questionnaire. Cronbach alpha internal consistency coefficient was calculated for the reliability of the scale. The results of the exploratory factor analysis, single factor structure is supported, and factor loadings of items ranged from 0.57 to 0.86. Cronbach alpha coefficient was determined as 0.88. Confirmatory factor analysis revealed that the Turkish form of the scale is consistent with the original one-factor structure ($\chi^2 / df = 1.712$, GFI = 0.895, CFI = 0.964, NFI = 0.919, RMSEA = 0.089). Item factor loadings ranged from 0.67 to 0.83. As a result of the correlation analysis of Pearson moments for criterion validity; A positive significant relationship was found between the physical activity level obtained as a result of the International Physical Activity Questionnaire and the total scores obtained from the Exercise Identity Scale.

It can be said that the Turkish version of Exercise Identity Scale is a valid and reliable measurement tool to measure the identification of individuals with exercise and its evaluation as an integral part.

Keywords: Exercise Identity Scale, Exercise Identity, Validity, Reliability.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 8. Oturum

S13 - Özel Yeteneklilerin Fiziksel Aktivite Durumlarıyla Duygu Düzenleme Becerilerinin İlişkinin İncelenmesi

Seyit KARABURÇAK, Sezen GÜLEÇ, Seren TURHAN

¹Yusuf Demir Bilim ve Sanat Merkezi, ²Sivas Bilim ve Sanat Merkezi, ³Ankara Şehir Hastanesi

ÖZET

Amaç: Fiziksel aktivitenin her yaş düzeyinde sağladığı yararlar önemlidir. Fiziksel aktiviteye önem vermeden, saat sınırı tanımsız teknolojik cihazlarla geçirilen zaman, çocukların ve gençlerin obeziteye yatkınlığını artırmaktadır. Ayrıca fiziksel etkilerinin yanısıra sosyal, duygusal, ruhsal, akademik alanlarda da olumsuz yansımaları bilinmektedir. Ergenlik döneminde fiziksel büyüme ve gelişme belirgin bir hızlanma gösterir ve bu dönemin sonunda erişkin hayattaki antropometrik ölçüm değerlerine ulaşılır. Genel büyüme ile birlikte, iç organ ve salgı bezlerinin büyüklüklerinde; kemik, yağ ve kas kitlelerinde belirgin artış olur (hsgm.saglik.gov.tr adresinden alınmıştır). Buna karşın, ergenlik dönemindeki bireylerin fiziksel aktiviteye ayırdığı zaman istenilen düzeyde değildir. Fiziksel aktivitenin, beden üzerinde olduğu gibi, zihinsel süreçler ve duygular üzerinde de etkisi olduğu bilinmektedir. Duygular organizmayı çevresel uyaranlara ve zorluklara karşı hazırlamakta olan karmaşık sistemler olarak ifade edilebilmektedir. Duyguların düzenleme ise ruh hali (mood), zorlanma (stres) ve olumlu veya olumsuz duyguyu da içeren duygu yüklü tüm durumların düzenlenmesini içermektedir (Duy ve Yıldız, 2014). Ayrıca duygu düzenleme, duygularımızı nasıl yaşadığımızı ve bu duyguları nasıl ifade ettiğimizi ve bu duyguları nasıl etkilemeye çalıştığımızı da ifade etmektedir (Yumuşak, 2019). Ergenlik döneminde duyguları düzenleme ayrı bir öneme sahiptir. Ergenlik döneminin duygular konusundaki önemine ek olarak, özel yetenekli bireylerin stresle baş etme, problem çözme gibi birçok beceride normal gelişim gösteren akranlarından farklılaştığı bilinmektedir. Özel yetenekli bireyler, yaşlarına göre daha hızlı öğrenen, yaratıcılık, sanat, liderliğe ilişkin kapasitede önde olan, özel akademik yeteneğe sahip, soyut fikirleri anlayabilen, ilgi alanlarında bağımsız hareket etmeyi seven ve yüksek düzeyde performans gösteren birey olarak tanımlanmaktadır (MEBb, 2018). Özel yetenekli tanısı olan ergen bireylerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları ve duygu düzenleme becerilerine ilişkin çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda bu çalışmada, özel yetenekli ergen bireylerin hem fiziksel aktivite durumlarını tespit etmek hem de bu durumun duygu düzenleme becerileri üzerindeki etkisini incelemek amaçlanmıştır. Yöntem: Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama (survey) kullanılmıştır. Bu kapsamda öğrencilere GoogleForm yoluyla hazırlanan form iletilmiştir. Çalışmaya özel yetenekli tanısı almış 50 lise öğrencisi katılmıştır (20E, 30K). Gönüllülük esasına dayalı doldurulan form, 3 bölümden oluşmuştur. 1. bölümde Kişisel Bilgi Formu, 2. Bölümde Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (Kısa) ve 3. Bölümde Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği yer almıştır. Değerlendirme aşamasında her iki ölçeğin ilgili kriterleri kullanılmıştır.



Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi 25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi

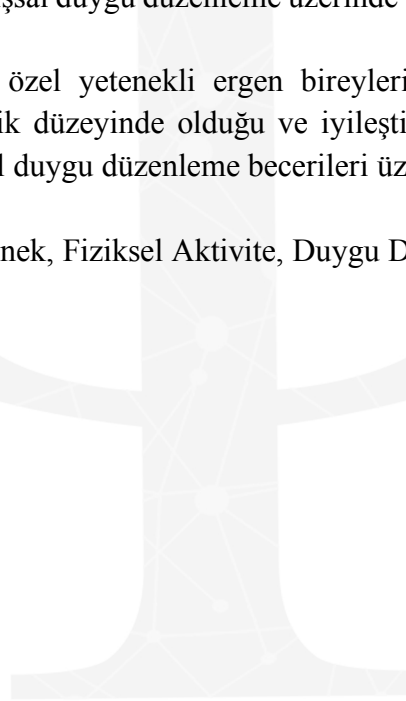


Bu kapsamda Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi için MET değeri: vücudumuzun gerçekleştirdiği fiziksel aktivite sırasında yakılan oksijen değerini ifade eden metabolik eşdeğer terimidir. Ortalama olarak her bir birey için bir aktivite sırasında gerçekleşen metabolizma hızının istirahat anında olan metabolizma hızına bölümüyle bulunur 1 met istirahat anında kişilerin tükettiği oksijen miktarına eşittir. 1 MET=3.5mL/kg/dk'dır (Aksu, 2018). Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği ise içsel işlevsel/işlevsel olmayan ve dışsal işlevsel/işlevsel olmayan olmak üzere 4 boyuttan oluşmaktadır. Toplanan verilerin analizinde, betimsel istatistikler, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ve regresyon analizi yöntemleri kullanılmıştır. Söz konusu analizler, SPSS 22.0 paket programından yararlanılarak yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmada yapılan analizlerin sonucunda elde edilen bulgulara göre; özel yetenekli ergen bireylerin fiziksel aktivite MET/hafta ortalama değeri = 2052 dir. Korelasyon analizi bulgularına göre, MET değeri ile içsel işlevsel duygu düzenleme arasındaki ilişki .21, dışsal işlevsel duygu düzenleme arasındaki ilişki ise .42'dir. Son olarak, regresyon analizi bulgularına göre MET değerindeki bir birimlik artış, dışsal duygu düzenleme üzerinde .37 ($t= 6.43, p=.00$) birimlik bir artışa neden olmaktadır.

Sonuç: Araştırma sonucunda, özel yetenekli ergen bireylerin fiziksel aktivite ortalamasınının 2. Kategorisi olan minimal aktiflik düzeyinde olduğu ve iyileştirilebileceği, fiziksel aktivitenin özel yetenekli ergen bireylerin dışsal duygu düzenleme becerileri üzerinde pozitif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Özel Yetenek, Fiziksel Aktivite, Duygu Düzenleme, Spor.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 8. Oturum

S13 - Investigation of the Relationship between Physical Activity and Emotion Regulation Skills of Special Skilleds'

Seyit KARABURÇAK, Sezen GÜLEÇ, Seren TURHAN

¹Yusuf Demir Bilim ve Sanat Merkezi, ²Sivas Bilim ve Sanat Merkezi, ³Ankara Şehir Hastanesi

ABSTRACT

Aim: The benefits of physical activity at all age levels are important. Spending time with technological devices, without paying attention to physical activity and regardless of time limits, increases the experience and susceptibility of youth to obesity. In addition to its physical effects, social, emotional, spiritual and academic publication negative reflections are known. Growth and development show a marked acceleration during adolescence and at the end of this period, anthropometric measurement values in adult life are reached. Along with the general growth, in the size of the internal organs and glands; There is a significant increase in bone, fat and muscle mass (taken from hsgm.saglik.gov.tr). Accordingly, it is not to see the time devotes to the activity of adolescent activities. Physical activity is known to have an effect on the body as well as on mental processes and emotions. It is possible to find solutions to the difficulties encountered in complex systems. Regulation of emotions includes the regulation of all emotion-laden situations, including mood, strain (stress), and positive or negative emotion (Duy & Yıldız, 2014). In addition, emotion regulation refers to how we experience our emotions and how we express these emotions and how we try to influence these emotions (Yumusak, 2019). Emotion regulation is of particular importance during adolescence. In addition to the importance of adolescence on emotions, it is known that individuals with special skilleds' differ from their peers who show normal development in many skills such as coping with stress and problem solving. Special skilled individuals are defined as individuals who learn faster than their peers, who are ahead of their creativity, art and leadership capacity, have special academic ability, can understand abstract ideas, like to act independently in their interests, and show high performance (MEBb, 2018). No study has been found on the attitudes towards physical activity and emotion regulation skills of adolescents with a diagnosis of giftedness. In this direction, this study aimed to determine both the physical activity status of special skilled adolescents and to examine the effect of this situation on emotion regulation skills. Methods: Survey, one of the quantitative research methods was used in the study. In this context, the form prepared via GoogleForm was delivered to the students. Fifty high school students diagnosed as gifted participated in the study (20M, 30W). The form filled on the basis of volunteering consists of 3 parts. In the first part, the Personal Information Form, in the 2. Part the International Physical Activity Assessment Questionnaire (Short), and in the 3. Part, the Emotion Regulation Scale for Adolescents are included. In the evaluation phase, the relevant criteria of both scales were used.



Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi

25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



In this context, MET value for the International Physical Activity Assessment Questionnaire: is the metabolic equivalent term that expresses the oxygen value burned during physical activity our body performs. On average, the metabolic rate during an activity for each individual is divided by the metabolic rate at rest. 1 meter is equal to the amount of oxygen consumed by the person at rest. 1 MET = 3.5mL / kg / min (Aksu, 2018). Emotion Regulation Scale for Adolescents consists of 4 dimensions: internal functional / non-functional and external functional / non-functional. Descriptive statistics, Pearson Product Moment Correlation Analysis and regression analysis methods were used to analyze the collected data. The said analyzes were made using the SPSS 22.0 package program. Results: According to the findings obtained as a result of the analysis made in the research; The average value of physical activity MET / week of adolescents with special skills is 2052. According to correlation analysis findings, the relationship between MET value and internal functional emotion regulation is .21, and the relationship between external functional emotion regulation is .42. Finally, according to the regression analysis findings, one unit increase in MET value causes an increase of .37 ($t = 6.43$, $p = .00$) on external emotion regulation.

Conclusions: As a result of the research, it is seen that the physical activity average of special skilled adolescents is at the level of minimal activity, which is Category 2, and can be improved, and that physical activity has a positive effect on the external emotion regulation skills of special skilled adolescents.

Keywords: Special Skilled, Physical Activity, Sport, Emotion Regulation.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 8. Oturum

S14 - Egzersiz Yapan ve Yapmayan Kadınların Kaslılık Dürtülerini Belirlemede Beden Hakkında Olumsuz Konuşmanın Rolü

Hande Sena Yılmaz, Ezgi Canıbek, Nazmi Bayköse
¹Akdeniz Üniversitesi

ÖZET

Giriş-Amaç: Kadınların bedenleri hakkında yaptıkları olumsuz konuşmaların kaslılık dürtülerinde belirleyici olup olmadığının incelenmesi araştırmanın genel amacı olarak belirlenmiştir. Araştırma kapsamında olumlu ve olumsuz konuşmanın performans üzerine etkilerinin literatürde yer aldığı görülmüş ancak kaslılık dürtüsü hakkındaki etkileri üzerine herhangi bir araştırmanın olmadığı belirlenmiştir. Literatürdeki bu eksikliğin yol açtığı boşluğu doldurma isteği, araştırmanın amacına yön vermiştir. **Gereç-Yöntem:** Araştırmaya 289 kadın katılımcı dahil edilmiştir. Araştırmaya katılan kadın katılımcılar araştırmaya gönüllü olarak katılım göstermişlerdir. Araştırma amacına ulaşmak için Esin & Bayköse (2019) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Kadınlar için Kaslılık Dürtüsü Ölçeği'nin yanı sıra Bayköse & Yazıcı (2019) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği ve Kişisel Bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin çözümünde, betimsel istatistik yöntemleri ve basit doğrusal regresyon analiz yöntemlerinden yararlanılmıştır. **Bulgular:** Araştırma bulguları incelendiğinde araştırmaya katılan kadın katılımcıların kaslılık dürtülerine ilişkin tutum ve davranışlarının beden hakkında olumsuz konuşma alt boyutlarından olan beden endişesi ve beden karşılaştırma alt boyutları ile pozitif ilişkili olduğu görülmektedir. Ayrıca araştırma bulgularına göre kadınların kaslılık dürtüsü tutum ve davranışlarını açıklamaya ilişkin beden hakkında olumsuz konuşma alt boyutlarından beden endişesi ve beden kıyaslama düzeylerinin rolü olduğu belirlenmiştir. **Sonuç:** Sonuç olarak, vücut karşılaştırmasının egzersiz yapan ve yapmayan kadınların kaslılık dürtülerini belirlemede birincil rol oynadığı görülmüştür. Bu araştırma sonuçlarının Sosyal Karşılaştırma Kuramı çerçevesinde egzersiz psikolojisi alanında yapılacak gelecek araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir. Olumsuz kendi kendine konuşmanın kaslılık dürtüsü üzerindeki rolü hakkında elde edilen veriler, egzersiz psikolojisinin farklı araştırma konularındaki boşlukları doldurabilmekle birlikte spor psikolojisi alanındaki araştırma konularına da katkı sağlayabileceği öngörülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden, Beden İmajı, Egzersiz, Kaslılık Dürtüsü, Olumsuz Kendi Kendine Konuşma.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 8. Oturum

S14 - The Role of Talking Negatively About the Body in Determining the Muscular Impulses of Women Who Do and Do Not Exercise

Hande Sena Yılmaz, Ezgi Canıbek, Nazmi Bayköse
¹Akdeniz Üniversitesi

ABSTRACT

Objectives: The general aim of the study is to examine whether the negative speeches women make about their bodies are determinative in their drive for muscularity. Within the scope of the research, it was seen that the effects of positive and negative speech on performance were found in the literature, but it was determined that there was no research on the effects on the drive for muscularity. The desire to fill the gap caused by this deficiency in the literature guided the purpose of the study. **Methods:** 289 women participants were included in the study. Female participants participated voluntarily in the study. Female Muscularity Scale, adapted into Turkish by Esin & Bayköse (2019), was used to achieve the purpose of the research. Also, Negative Body Talk Scale, adapted into Turkish by Bayköse & Yazıcı (2019), and Personal Information form was used. Descriptive statistical methods and simple linear regression analysis methods were used to analyze the data. **Results:** When the findings of the research are examined, it is seen that the attitudes and behaviors of the female participants in the study regarding female muscularity scale are positively associated with body anxiety and body comparison sub-dimensions, which are sub-dimensions of negative body talk. Also, according to the findings of the research, it was determined that body anxiety and body comparison levels, which are sub-dimensions of negative body talk related to explaining female muscularity scale attitudes and behaviors of women, played a role.

Conclusions: As a result, body comparison has been shown to play a primary role in determining the drive for muscularity of women who exercise and those who do not. It is thought that these research results will shed light on future research in the field of exercise psychology within the framework of Social Comparison Theory. The data obtained on the role of negative self-talk on the drive for muscularity is predicted that exercise psychology can fill the gaps in different research topics, as well as contribute to research topics in the field of sports psychology.

Keywords: Body, Body Image, Exercise, Drive For Muscularity, Negative Self-Talk.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 8. Oturum

S15 - Türk Sporcuların Değerleri, Tutumları ve Davranışları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Bahri Gürpınar, Maria Kavussanu, Christopher Ring

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Sporda Psikososyal Alanlar Anabilim Dalı

²University of Birmingham School of Sport, Exercise and Rehabilitation Sciences

ÖZET

Bu araştırma, İngiliz ve Türk sporcu öğrencilerin verilerini içeren bir kültürler arası çalışmanın ikinci kısmıdır. Bu araştırmanın amacı, Türk sporcu öğrencilerin değerleri, tutumları ve davranışları arasındaki ilişkilerin araştırılmasıdır. Altyapı Sporlarında Değerler Ölçeği-2 (YSVQ-2), Altyapı Sporlarında Ahlaki Karar Alma Tutumları Ölçeği (AMDYSQ), Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği (PABSS) ve Sporda Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeği Kısa Formu (MDSS- S) veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Ölçekler farklı sporlardan 233 (104 kadın 129 erkek) sporcuya uygulanmıştır. Sporcuların yaşları 16-22 arasındadır. Yaş ortalaması ise $18,20 \pm 1,90$ yıldır. Ortalama spor deneyimi $8,11 \pm 3,12$ yıldır. Veriler Antalya, Alanya, Isparta ve Burdur'da yaşayan sporculardan toplanmıştır. Sporcu öğrencilerin ahlak (4,31) ve yetkinlik (4,69) değerleri puanları daha yüksek ortalamalara sahip iken statü (2,79) değeri puanının ortalama bir değere sahip olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca paralel olarak, sporcuların Adilce Kazanmayı Koruma Tutum puanları yüksek iken (4,46), hile tutumları düşüktür (1,91). Aynı zamanda takım arkadaşlarına ve rakiplere karşı olumlu davranışlar, antisosyal davranışlardan daha yüksek olarak ortaya çıkmıştır. 8 ahlaktan uzaklaşma mekanizması arasında, sporcular en çok sorumluluğun dağılması mekanizmasını (3,83) ve en az olarak da sonuçların saptırılması (2,00) mekanizmasını kullanmaktadırlar. Sonuç olarak, Türk sporcuların olumlu değer, tutum ve davranış puanlarının olumsuz olanlardan daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca sporcuların değerleri, tutumları ve davranışları arasında pozitif ve negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Değerler, Tutumlar, Davranışlar, Ahlaktan Uzaklaşma, Spor.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 8. Oturum

S15 - Investigation of the Relationships between values, attitudes and behaviors of Turkish Athletes

Bahri Gürpınar, Maria Kavussanu, Christopher Ring

¹Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Sporda Psikososyal Alanlar Anabilim Dalı

²University of Birmingham School of Sport, Exercise and Rehabilitation Sciences

ABSTRACT

This research is the second part of a cross-cultural study that includes data of English and Turkish student athletes. The aim of this research is the investigation of the relationships between values, attitudes and behaviors of Turkish student athletes. The Youth Sport Values Questionnaire-2 (YSVQ-2), Attitudes to Moral Decision-making in Youth Sport Questionnaire (AMDYSQ), The prosocial and antisocial behavior in sport scale (PABSS) and the moral disengagement in sport scale–short (MDSS-S) used as data collection tools. The questionnaires were administered to 233 (104 female 129 male) athletes from different types of sports. The athletes were aged between 16-22 years old. The mean age was $18,20 \pm 1,90$. The mean sport experience was $8,11 \pm 3,12$. Data were collected from the athletes who live in Antalya, Alanya, Isparta ve Burdur. It was determined that the moral (4,31) and competence (4,69) values of the students athletes had higher averages whereas status (2,79) values were found to be average. Parallel to this result, the Keep Winning in Proportion attitude of the athletes received a high average (4,46), while the cheating were low (1,91). At the same time, prosocial behaviors to team mates and opponnets were higher than antisocial behaviors. Between the 8 moral disengagement mechanisms athletes mostly use diffusion of responsibility (3,83) and lessly use distortion of consequences (2,00). As a result, it has been concluded that the positive value, attitude and behavior scores of Turkish athletes are higher than the negative ones. Also there are some positive and negative significant correlations found between the values, attitudes and behaviors of the athletes.

Keywords: Values, Attitudes, Behaviors, Moral Disengagement, Sport.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 9. Oturum

**S16 - Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Özel Yetenek Sınavına Başvuran Adayların
Algılanan Stres Düzeylerinin Araştırılması**

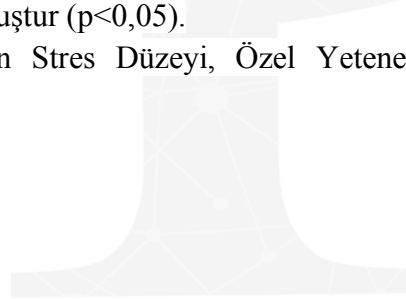
Serkan AYDIN, İlker ÖZMUTLU

¹Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

ÖZET

Çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor yüksekokulu özel yetenek sınavına başvuran adayların algılanan stres düzeylerinin araştırılmasıdır. Araştırma grubunu Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi 2020 yılı özel yetenek sınavına başvuran 1292 erkek, 370 kadın sporcu olmak üzere toplamda 1662 aday oluşturmaktadır. Çalışma ilişkisel tarama metoduna göre yapılmıştır. Adayların algılanan stres düzeylerini belirlemek için “Kişisel Bilgi Formu” ve Cohen ve ark. (1983) tarafından geliştirilen, Eskin ve ark. (2013) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Algılanan Stres Düzeyi Ölçeği”nden yararlanılmıştır. Ölçeğin tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) 0,75 olarak bulunmuştur. İstatistiksel yöntemde verilere uygun olarak t testi ve tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. Yapılan istatistiksel değerlendirmede cinsiyet, yaş, antrenman geçmişi, bireysel veya takım sporu yapma, lisans durumu, millilik ve savunma sporu yapma değişkenleri ile algılanan stres düzey puanları karşılaştırdığında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$). Adayların cinsiyet, yaş, bireysel veya takım sporu yapma, lisans durumu, değişkenlerine göre algılanan stres düzeyleri arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p > 0,05$). Katılımcıların antrenman geçmişi değişkenine göre algılanan stres düzeyleri puanında 7-8 yıl ve 9 yıl lehine, millilik değişkenine göre milliler lehine, savunma sporu yapma değişkenine göre savunma sporu yapanlar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$).

Anahtar Kelimeler: Algılanan Stres Düzeyi, Özel Yetenek Sınavı, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 9. Oturum

S16 - Investigating The Perceived Stress Levels of the Candidates who Applied for Special Ability Exam

Serkan AYDIN, İlker ÖZMUTLU

¹- Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

ABSTRACT

The aim of the study is to investigate the perceived stress levels of the candidates who applied for special ability exam in terms of some variables. The research group consists of 1662 candidates in total (1292 of them are male and 370 of them are female) who applied for Tekirdağ Namık Kemal University 2020 special ability exam. The study was designed according to relational screening method. As a data collection tool demographical features form and “Perceived Stress Level Scale” which was developed by Cohen et al. (1983) and adapted to Turkish by Eskin et al. (2013) were used. The scale’s cronbach’s alpha index was calculated as 0.75. In the statistical method, Independent Sample T test and One Way Anova test was applied in accordance with the data. Significance level was accepted as $p < 0.05$. There were no significant differences in terms of the variables of gender, age, to do individual or team sports, license status between perceived stress level scores of the participants ($p > 0,05$). There were significant differences in terms of the training history variable in favor of 7-8 year and 9 year, to be a national athlete variable in favor of national athletes, to do defensive sports variable in favor of defensive sports athletes participants ($p < 0,05$).

Keywords: Perceived Stress Levels, Special Ability Test Course, School Of Physical Education And Sports.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 9. Oturum

S17 - Özel Eğitim Öğretmenlerinin Oyun, Spor ve Fiziksel Etkinlikler Dersine Yönelik Motivasyonları

Rukiye Çivril Kara, Erman Öncü, Vildan Akbulut

¹Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon, Türkiye

²Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon, Türkiye

ÖZET

Amaç: Özel gereksinimli çocukların diğer çocuklardan farklı olarak yaşama ayak uydurabilmeleri daha zor olmakta ve ihtiyaçlarının giderilebilmesi noktasında genellikle bir yardımcıya ihtiyaç duymaktadırlar. Bu nedenle de onların hareket becerilerinin geliştirilmesinin ve okullarda onlara öncülük eden öğretmenlerin derse yönelik motivasyonlarının araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Buradan hareketle bu araştırmanın amacı özel eğitim öğretmenlerinin oyun, spor ve fiziki etkinlikler dersine yönelik motivasyonlarının incelenmesidir.

Yöntem: Nitel araştırma yaklaşımı çerçevesinde özel durum çalışması yönteminin kullanılmış olduğu araştırmanın verileri görüşme tekniği ile toplanmıştır. Araştırmaya 1'i kadın, 1'i erkek 2 özel eğitim öğretmeni katılmıştır. Veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formunun kullanıldığı araştırmanın verileri içerik analizi metodu kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Yapılan içerik analizi sonucunda oyun, spor ve fiziki etkinlikler dersine öğrencilerin katılımını sağlama durumu, katılımın nasıl sağlandığı, katılımı sağlayabilmenin/ sağlayamamanın motivasyona etkisi, dersin verimli geçmesini sağlayan/sağlayacak durumlar ve motivasyona etkisi, sınıf yönetiminde karşılaşılan sorunlar ve motivasyona etkisi, okul idaresinin, meslektaşların ve velilerin derse bakışı, öğretim materyallerinin, ders kaynaklarının ve okulun fiziki donanım durumu ve motivasyona etkisi, derste öğrenciye kazandırılan beceriler ve öğrencinin kazandırılan becerileri yapamamasının/unutmasının motivasyona etkisi, öğretmenlerin aldıkları ücretin yeterlilik durumu ve motivasyona etkisi olmak üzere 7 tema elde edilmiştir.

Sonuç: Çalışma sonuçları incelendiğinde öğrencilerin daha çok birebir çalışma ile derse katılım sağladığı, ders materyallerinin varlığı ve oyun odası/spor salonunun bulunmasının dersin verimli geçmesini sağladığı ve bu durumda motivasyonu arttırdığı, sınıf yönetiminde en çok karşılaşılan sorunun dikkat eksikliği olduğu ve bu durumun motivasyonu etkilemediği tespit edilmiştir. Diğer taraftan okul idaresinin derse bakış açısının olumlu olduğu, fakat velilerin derse bakışının hem olumsuz hem de ilgisiz olduğu, okul içerisinde ders amaçlarına uygun materyal bulunmadığı ve basılı ders kaynaklarının olmadığı ifade edilmiştir. Ders içerisinde öğrenciye en çok el göz koordinasyonu ve denge hareketi gibi becerilerin kazandırıldığı belirtilmiştir. Ayrıca öğretmenler aldıkları ücretin yetersiz olduğunu belirtmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Özel Eğitim Öğretmeni - Oyun, Spor Ve Fiziki Etkinlikler Dersi – Motivasyon.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 9. Oturum

S17 - Special Education Teachers' Motivations for Play, Sports and Physical Activities Lessons

Rukiye Çivril Kara, Erman Öncü, Vildan Akbulut

¹Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon, Türkiye

²Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon, Türkiye

ABSTRACT

Aim: Unlike other children, it is more difficult for children with special needs to adapt to life and they usually need an assistant to meet their requirements. For this reason, it is thought that it is important to develop their movement skills and to investigate the motivation of the teachers who lead them in schools. From this point of view, the aim of this study is to examine the motivations of special education teachers towards game, sports and physical activities lesson.

Methods: The data of the research, in which the case study method was used within the framework of qualitative research approach, was collected by interview technique. The research group of the study 2 special education teachers (1 female, 1 male). The data of the research, in which the semi-structured interview form was used as the data collection tool, was analyzed using the content analysis method.

Results: As a result of the content analysis, seven themes were obtained as the status of ensuring students' participation in the game, sports and physical activities lesson, how participation was achieved, the effect of ensuring / not ensuring them to participate in the course on motivation, the situations that make / will make the lesson efficient and its effect on motivation, the problems encountered in classroom management and its effect on motivation, the perspective of school administration, colleagues and parents, the effect of teaching materials, lesson resources and the physical equipment status of the school on motivation, the skills acquired in the course and the effect of the student's inability / forgetting the skills gained on motivation and the effect of teachers' wages on qualification and motivation.

Conclusions: When the results of the study were examined, it was found out that the students participated in the lesson with more one-to-one work, the presence of course materials and the presence of a game room / gym made the course more efficient and increased motivation in this situation, the most common problem in classroom management was attention deficit and this situation did not affect motivation. On the other hand, it was stated that the point of view of the school administration is positive, but the parents' view of the lesson is both negative and unrelated, there are no materials suitable for the lesson purposes in the school and there are no printed course resources. It was stated that the students gained skills such as hand-eye coordination and balance movement during the course. In addition, teachers stated that their wages were insufficient.

Keywords: Special Education Teacher - Play, Sports And Physical Activities Lesson – Motivation.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 9. Oturum

S18 - Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi ve Oyun Dersine Yönelik Öz-yeterlikleri

Rukiye Çivril Kara, Vildan Akbulut, Erman Öncü, Fatih Koca

¹Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon, Türkiye, ²Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon, Türkiye ³Trabzon Üniversitesi, Fatih Eğitim Fakültesi, Türkiye

ÖZET

Amaç: Eğitim hayatının ilk basamaklarından biri olarak görülen ilkökul çağındaki çocukların sağlıklı birer fert olarak yetiştirilebilmeleri ve henüz oyun çağında olmalarından dolayı okul içerisinde oyun oynama ihtiyaçlarının giderilebilmesi açısından beden eğitimi ve oyun derslerine katılımın onlar için büyük önem arz ettiği düşünülmektedir. Buradan hareketle bu araştırmanın amacı sınıf öğretmenlerinin beden eğitimi ve oyun dersi öz-yeterliklerine ilişkin görüşlerinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden özel durum çalışması kullanılmış olup, çalışmanın verileri mülakat tekniği ile toplanmıştır. Çalışmanın araştırma grubunu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir durum örnekleme yöntemi kullanılarak seçilmiş olan 5'i kadın, 3'ü erkek toplamda 8 sınıf öğretmeni oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise içerik analizi metodu kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan analiz sonucunda öğretmenlerin beden eğitimi ve oyun dersinde yeterli/yetersiz olma nedenleri, dersi tam olarak gerçekleştirememeye nedenleri, öğrencinin derse katılımının sağlanabilmesinin/sağlanamamasının nedenleri, dersin öğretiminde kullanılan yöntem, teknik ve öğrencinin değerlendirilmesi, derste karşılaşılan güçlükler, dersin verimli bir şekilde geçmesini sağlayan faktörler, okul idaresi, meslektaş ve velilerinin derse yaklaşımı ve ders içerisinde öğretmenlerin öğrencilere katkıları olmak üzere 8 tema elde edilmiştir.

Sonuç: Araştırma sonucunda sınıf öğretmenlerinin beden eğitimi ve oyun dersinde sınıf yönetimi ve derse katılımı sağlama noktasında kendilerini yeterli gördükleri, genel anlamda bilgi eksikliği, oyun bilmeme ve fiziksel uygunluk açısından kendilerini yeterli görmedikleri tespit edilmiştir. Diğer yandan öğretmenler okulun fiziki donanım yetersizliği ve materyal eksikliğinden dolayı dersin tam olarak gerçekleştirilemediğini ifade etmişlerdir. Genel anlamda öğrencilerin derslere katılımının sağlanamamasının nedeni olarak gelişimsel farklılıkların olması gösterilirken, derse katılımlarının sağlanabilmesinde ise çocukların oyunu sevmelerinin etkili olduğu ifade edilmiştir. Öğretmenlerin derste en çok kullandıkları yöntemin gösterip yaptırma olduğu, öğrencilerin değerlendirilmesinde ise en çok gözleme dayalı değerlendirme yaptıkları tespit edilmiştir. Ders içerisinde en çok karşılaşılan güçlüklerin öğrencilerin uygun kıyafet getirmemesi ve velilerin derse müdahalesinin olduğu, dersin verimli geçmesini sağlayan en önemli faktörün ise sınıf mevcudu olduğu belirtilmiştir. Ayrıca okul idaresi, meslektaşlar ve velilerin derse yaklaşımlarının genel anlamda olumsuz olduğu ifade edilmiştir. Son olarak sınıf öğretmenleri derste öğrenciye en çok kurallara uyma konusunda katkı sağladıklarını ifade etmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Sınıf Öğretmeni - Beden Eğitimi ve Oyun Dersi - Öz-Yeterli.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 9. Oturum

S18 - Self-Efficacy of Classroom Teachers for Physical Education and Game Lessons

Rukiye Çivril Kara, Vildan Akbulut, Erman Öncü, Fatih Koca

¹Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon, Türkiye, ²Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon, Türkiye ³Trabzon Üniversitesi, Fatih Eğitim Fakültesi, Trabzon, Türkiye

ABSTRACT

Aim: Participation in physical education and game lessons is considered to be of great importance for children of primary school age, which are considered as one of the first steps of education, to be raised as healthy individuals and to meet their need to play in school as they are still in play age. Hence, the aim of this study is to examine the opinions of classroom teachers on physical education and game lesson self-efficacy.

Method: A case study, one of the qualitative research methods, was used in the study, and the data were gathered by interview technique. The research group of the study consisted of 8 classroom teachers, 5 females and 3 males, who are selected using easily accessible situation sampling method. Semi-structured interview form was used as data collection tool in the study. Content analysis method was used in the analysis of the data.

Results: As a result of the analysis, eight themes were obtained as the reasons for teachers to be sufficient / inadequate in physical education and game lessons, the reasons for not being able to complete the lesson, the reasons for the student's participation in the lesson, the method used in teaching the lesson, the technique and the evaluation of the student, the difficulties encountered in the lesson, the efficient teaching of the lesson, the approaches of the school administration, colleagues and parents to the lesson, and the teachers' contribution to the students

Conclusions: As a result of the research, it was found out that classroom teachers consider themselves sufficient in terms of classroom management and participation in class in physical education and game lessons, and they do not regard themselves competent in terms of general lack of knowledge, physical fitness and not knowing how to play. On the other hand, the teachers stated that the lesson could not be carried out exactly due to the lack of physical equipment and materials of the school. In general, it was stated that there are developmental differences as the reason why students cannot participate in the lessons, and the fact that children love the game is effective in ensuring their participation in the lessons. It was also determined that the most common method used by teachers in the lessons was to show and have them do, and they mostly made observational evaluations in the assessment of students. It was stated that the most common difficulties faced during the course were students 'not bringing appropriate clothes and parents' intervention to the lesson, and the most important factor that made the lesson go efficiently was the class size. It was also stated that the approach of the school administration, colleagues and parents to the lesson was generally negative. Finally, the classroom teachers stated that they mostly contributed to the students in obeying the rules.

Keywords : Classroom Teacher - Physical Education And Game Lesson - Self-Efficacy.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 9. Oturum

S19 - Zihinsel Beceri ve Teknikler ile Spor Yaralanmaları Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Taekwondo Sporcuları Örneği

Çiğdem Öner, Zübeyde Cankurtaran

¹İstanbul Gelişim Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü, İstanbul, Türkiye. ²İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yönetimi Yüksek Lisans Öğrencisi, İstanbul, Türkiye.

ÖZET

Amaç: Müsabakalar ve yoğun antrenman sürecinde alınan sert darbelerin yanı sıra optimal ısınma sağlanmaksızın sergilenen performanslar sporcuları yaralanma riskine açık hale getirmektedir. Bu risk dolayısıyla, özellikle taekwondo gibi yoğun temas ve bedensel mücadeleye dayalı sporlarda, sporcuların yaralanma kaygısının arttığı gözlemlenmektedir. Sporcuların yaralanma kaygılarını yönetmelerinde önemli rol oynayan yöntemlerden birinin zihinsel antrenman beceri ve tekniklerini etkin kullanmaları olduğu düşünülmektedir. Açıklananlardan hareketle, bu çalışmada taekwondo sporcularının zihinsel antrenman beceri ve teknikleri ile spor yaralanma kaygıları arasındaki ilişkinin ortaya konması amaçlanmıştır.

Yöntem: İlişkisel tarama modelinde tasarlanan araştırmanın çalışma grubunu 49'u kadın 49'u erkek olmak üzere toplam 98 gönüllü müsabık taekwondo sporcusu oluşturmaktadır. Katılımcılara, veri toplama araçları olarak, müsabaka hazırlık antrenmanı öncesinde Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği, Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri ve Kişisel Bilgi Formu sunulmuştur. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, bağımsız gruplar için t-testi, Kruskal Wallis testi, Pearson korelasyon analizi ve regresyon analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Bulgular, taekwondo sporcularının yarışma kaygı düzeyleri ile zihinsel antrenman beceri ve teknikleri arasında negatif yönlü istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Buna ek olarak yaş ve spor deneyimi değişkenlerinin spor yaralanmaları kaygı düzeyi ile negatif, sporda zihinsel antrenman beceri ve teknikleri ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki gösterdiği tespit edilmiştir. Araştırma bulguları, erkeklerin kadınlardan, millilerin diğer müsabık sporculardan, büyükler kategorisinde yarışanların gençler ve yıldızlardan, siyah kuşaklıların tüm diğer kuşaklardan zihinsel antrenman puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu, spor yaralanma kaygı düzeylerinin ise daha düşük seyrettiğini göstermiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda, zihinsel antrenman beceri ve tekniklerinin spor yaralanmalarının negatif belirleyicisi olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Sonuç olarak, zihinsel antrenman beceri ve tekniklerini daha fazla kullanan sporcuların spor yaralanma kaygı düzeylerinin daha düşük olduğu, büyükler kategorisinde performans gösteren siyah kemer taekwondo sporcularının zihinsel beceri ve tekniklerindeki artışın spor yaralanma kaygılarını azaltıcı yönde etki yarattığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor Yaralanmaları Kaygısı, Zihinsel Beceriler, Taekwondo Sporcuları.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 9. Oturum

S19 - Investigation of the Relationship Between Mental Skills and Techniques and Sports Injury Anxiety: The Case of Taekwondo Athletes

Çiğdem Öner, Zübeyde Cankurtaran

¹İstanbul Gelişim Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü, İstanbul, Türkiye. ²İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yönetimi Yüksek Lisans Öğrencisi, İstanbul, Türkiye.

ABSTRACT

Aim: Hard blows received during the competitions, intense training processes, and performances presented without optimal warm-up make the athletes open to injury risk. Due to this risk, it is observed that athletes' injury anxiety increases, especially in sports based on contact and physical struggle such as taekwondo. It is thought that one of the methods that play an essential role in managing athletes' injury anxiety is their effective use of mental training skills and techniques. Based on the preceding, this study aims to reveal the relationship between taekwondo athletes' mental training skills and techniques and their sports injury anxieties. **Methods:** The working group of the research designed in the relational screening model covers 49 male and 49 female, a sum of 360 volunteer taekwondo athletes. As data collection tools Sports Injury Anxiety Scale, Mental Training Questionnaire, and Personal Information Form were presented to the participants before the competition preparation training. In Analyzing the data, descriptive statistics, independent t-test, Kruskal Wallis test, Pearson correlation analysis, and regression analysis were used. **Results:** The findings revealed a statistically significant negative correlation between taekwondo athletes' competition anxiety levels and their mental training skills and techniques. Besides, age and sports experience variables were found to negatively correlate with sports injury anxiety level and a significant positive relationship with mental training skills and techniques in sports. The research findings showed that the mental training score averages of men were higher than women, nationals than other competing athletes, seniors than those competing in the youth and stars categories, and black belts than all other colored belts, and their sports injury anxiety levels were lower. As a result of regression analysis, it was determined that mental training skills and techniques were negative predictors of sports injuries. **Conclusions:** In conclusion, it can be said that athletes who use mental training skills and techniques more have low sports injury anxiety, and the increase in mental skills and techniques of black belt taekwondo athletes performing in the senior category has a reducing effect on their sports injury concerns.

Keywords: Sports Injuries Anxiety, Mental Skills, Taekwondo Athletes.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S20 - Profesyonel Futbolcularda Dopamin Reseptörü 2 DRD2 (rs1800497) Polimorfizm Dağılımının Belirlenmesi

Özlem Özge Yılmaz, Tolga Polat, Korkut Ulucan,

¹Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye

ÖZET

Giriş: Yapılan çalışmalar, sporcuların genetik yapılarının atletik performanslarına olan katkılarını göstermiştir. Atletik performans, sporcuların genetik ve çevresel faktörlerine bağlıdır. Spor genetiği çalışmaları, atletik performansı etkileyen genlerin tanımlanmasına yönelik kapsamlı bir araştırmayı içerir. Psikolojik faktörler atletik performansı etkiler. Bu nedenle dopamine atletik performansı belirlemede katkı sağlar. Dopamin, dopaminerjik sistemin nörotransmitterlerinden biridir. Dopamin reseptörü 2 *DRD2* (rs1800497) polimorfizmi beyin dopaminerjik sistemi ve atletik performans üzerinde etkilidir. Bu çalışmada, futbolcularda *DRD2* (rs1800497) polimorfizminin dağılımını incelemeyi amaçladık.

Materyal-Metot: Çalışmamıza 21 profesyonel futbolcu katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan svap örneklerinden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) ticari kiti kullanılarak tamamlanmıştır. *DRD2* genotiplenmeleri için gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (Real-Time PCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: *DRD2* analizinde 21 futbolcudan 16'sı (%76) GG, 5'i (%24) AG genotipinde olduğu belirlenmiştir. *DRD2* için AA genotipine rastlanmamıştır. Allel dağılımları incelendiğinde G Allelinin %88 oranında, A Allelinin ise %12 oranında olduğu gözlemlenmiştir.

Tartışma: Çalışma kohortumuzda *DRD2* (rs1800497) polimorfizminde GG genotipi ve G allelinin baskın olduğu saptanmıştır. *DRD2* A allelinin bağımlılıkla ilişkili olduğunu ve bu şekilde atletik performansla ilişkili olduğunu düşünmekteyiz. Aynı zamanda *DRD2* rs1800497 polimorfizminin sporcu performansı üzerindeki etkisini ortaya koyabilmek için daha fazla sayıda ve farklı branşlardaki sporcular ile yapılacak araştırmalara da ihtiyaç bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Genetik, Polimorfizm, Drd2, Futbol.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S20 - Distribution Of Dopamine Receptor 2 Drd2 (rs1800497) Polymorphisms in Professional Football Players

Özlem Özge Yılmaz, Tolga Polat, Korkut Ulucan,

¹Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye

ABSTRACT

Introduction: Studies have shown the contribution of athletes' genetic makeup to their athletic performance. Athletic performance depends on athletes' genetic and environmental factors. Sports genetics studies include extensive research into identifying genes that affect athletic performance. Psychological factors affect athletic performance. Therefore, dopamine contributes to determining athletic performance. Dopamine is one of the neurotransmitters of the dopaminergic system. The dopamine receptor 2 *DRD2* (rs1800497) polymorphism has an effect on the brain dopaminergic system and athletic performance. In this study, we aimed to examine the distribution of *DRD2* (rs1800497) polymorphism in soccer players.

Materials-methods: 21 professional football players participated in our study. DNA isolation from swap samples collected by signing consent forms; It was completed using the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. For *DRD2* genotyping, real-time polymerase chain reaction (Real-Time PCR) protocol was performed.

Results: In the *DRD2* analysis, it was determined that 16 (76%) of 21 football players were GG and 5 (24%) of them were GA genotype. No AA genotype was found for *DRD2*. When allele distributions were examined, it was observed that the G Allele was 88% and the A Allele was 12%.

Discussion: In our study cohort, the *DRD2* (rs1800497) polymorphism was found to be dominated by the GG genotype and the G allele. We think that the *DRD2* A allele is associated with addiction and thus with athletic performance. At the same time, more studies with athletes from different branches are needed to reveal the effect of *DRD2* rs1800497 polymorphism on athlete performance.

Keywords: Sports, Genetics, Polymorphism, Drd2, Football.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S21 - Profesyonel Futbolcularda Katekol-O-Metiltransferaz (COMT) rs4680 Polimorfizminin Belirlenmesi

Başak Funda EKEN, Tolga Polat , Canan Sercan Doğan , Gözdem KARAPINAR , Veysel KÜÇÜK, Korkut ULUCAN

¹Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi, Mühendislik ve Doğa Bilimleri Fakültesi, Moleküler Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ³Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

ÖZET

Amaç: Atletik performans, bireyin doğuştan sahip olduğu genetik yetenekler ve sonradan kazandığı çevresel faktörlerin ortak birleşiminin sonucudur. Atletik performansa etki eden genlerin stres, duygusal kontrol, rekabet ve saldırganlık direnci gibi psikolojik faktörlerin oluşmasında ve ilerlemesinde önemli bir etkisi vardır. Atletik performansı sadece fizyolojik özellikler değil, psikolojik faktörler de etkilemektedir. Bu faktörlerden başlıcaları serotonerjik ve dopaminerjik sistemlerdir. Özellikle serotonin ve dopamin gibi nörotransmitterlerin metabolizması oldukça önemlidir. Katekol COMT genindeki bu fonksiyonel polimorfizm dopamin degregasyonun düzenlenmesinden sorumlu COMT enzim aktivitesinin değişmesine neden olarak psikiyatrik hastalıklar, agresif ve anti sosyal davranışların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Çalışmamızda, COMT geninin Val(108/158) Met rs4680 polimorfizmi profesyonel futbolcularda incelenmiş ve COMT rs4680 polimorfizminin futbolcularda genotip ve allel dağılımlarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmamıza 34 profesyonel futbolcu katılmıştır. Çalışmaya gönüllü katılan sporculara, çalışma öncesi yapılan analizler ve çıktıları hakkında detaylı bilgi verilmiş, kendilerinden imzalı bilgilendirme formları alınmıştır. Periferik kandan DNA izolasyonu İnvitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA,USA) kiti kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Tüm polimorfizmlerin genotipleme gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (RT-PCR) metodu ile belirlenmiştir.

Bulgular: COMT (rs4680) polimorfizminin GG, AA, AG genotiplerinin sayı ve yüzdeleri sırasıyla 12(%35,3), 10(%29,4), 12(%35,3) olarak bulunurken, G ve A allelleri ise 36 (%52,9), 32 (%47,1) olarak bulunmuştur.

Sonuç: Çalışma kohortumuzda COMT rs4680 polimorfizmleri incelendiğinde GG ve AG genotipleri eşit oranda ve baskın olarak bulunurken, G alleli de yüksek oranda saptanmıştır. Çalışma kohortumuzda G allelinin yüksek oranda bulunmasıyla, A alleleline sahip sporculara göre rekabet, risk alma, beklenti endişesi gibi psikolojik faktörlerin görülme olasılığı daha yüksektir.

Sportif aktiviteye etki eden genlerin ve serotoenerjik, dopaminenerjik ve androjenik sistemlerin işleyişine bağlı olduğu düşünülen stres, duygusal kontrol, rekabet ve saldırganlık direnci gibi psikolojik faktörlere etki eden gen varyasyonlarını belirleyerek, sporcuların atletik performansının düzenlenmesinde önemli bir katkısının olacağını düşünmekteyiz. Bu çalışma ayrıca, bu aday genler hakkında toplumumuz için veri kaynağı oluşturulmasına öncülük etmesi beklenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Genetik, COMT, Polimorfizm, Anksiyete, Futbol.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S21 - Determination of Catechol-O-Methyltransferase (COMT) rs4680 Polymorphism In Professional Soccer Players

Başak Funda EKEN, Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Gözdem KARAPINAR, Veysel KÜÇÜK, Korkut ULUCAN

¹Marmara Üniversitesi, Dış Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi, Mühendislik ve Doğa Bilimleri Fakültesi, Moleküler Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ³Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

ABSTRACT

Aim: Athletic performance is the result of the common combination of genetic abilities and environmental factors acquired later. Genes that affect athletic performance have an important effect on the formation and progression of psychological factors such as stress, emotional control, competition and resistance to aggression. Not only physiological characteristics but also psychological factors affect athletic performance. Major of these factors are serotonergic and dopaminergic systems. Metabolism of neurotransmitters such as serotonin and dopamine is very important. This functional polymorphism in the catechol COMT gene can cause changes in the COMT enzyme activity responsible for the regulation of dopamine degradation, leading to psychiatric diseases, aggressive and antisocial behaviors. In our study, the Val (108/158) Met rs4680 polymorphism of the COMT gene was examined in professional soccer players and it was aimed to determine the genotype and allele distributions of COMT rs4680 polymorphism in soccer players.

Method: 34 professional soccer players participated in our study. The volunteer athletes who participated in the study were given detailed information about the analyzes made before the study and their outcomes, and signed information forms were obtained from them. DNA isolation from peripheral blood was performed using Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) kit. Genotyping of all polymorphisms was determined by real-time polymerase chain reaction (RT-PCR) method.

Results: The numbers and percentages of COMT (rs4680) polymorphism for GG, AA, AG genotypes were found to be as 12 (35.3%), 10 (29.4%), 12 (35.3%), respectively, while G and A alleles were as 36 (52,9%) and 32 (47,1%).

Conclusion: When the COMT rs4680 polymorphisms examined in our cohort GG and AG genotype were found to be equal and dominant G allele was also found to be high. With the high rate of the G allele in our study cohort, psychological factors such as competition, risk-taking, and anxiety are more likely to be seen than athletes with the A allele. Sporting activities affecting genes and serotoenerjik, dopaminergic and is thought to be due to the operation of androgenic system stress, emotional control, competition and identifying psychological factors affecting gene variations, such as aggression resistance, we believe important would be a contribution to the regulation of athletes' athletic performance. This study is also expected to lead in the creation of a data source for our society on these candidate genes.

Keywords: COMT, Polymorphism, Genetics, Anxiety, Football.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S22 - Profesyonel Futbolcularda Anksiyete ile İlişkili SLC6A4 Geni Promotor “S” ve “L” Allellerinin Belirlenmesi

Başak Funda EKEN, Tolga POLAT, Canan SERCAN DOĞAN, Özlem Özge YILMAZ, Korkut ULUCAN

¹Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi, Moleküler Biyoloji ve Genetik Tanı Laboratuvarı, İstanbul, Türkiye

ÖZET

Amaç: İnsan psikolojisini etkileyen önemli sistemlerden olan serotonerjik sistem, duygu-durum ve stresi kontrol etmektedir. Azalmış serotonin düzeyleri psikolojik faktörleri etkileyerek, sporcunun atletik performansı üzerinde de olumsuz yönde etkiye sahiptir. Serotonin metabolizmasının en önemli üyelerinden biri olan serotonini sinaptik boşluktan presinaptik nörona geri alan serotonin taşıyıcı proteindir (5HTT). Bu protein SLC6A4 geni tarafından kodlanır ve bu genin promotor bölgesinde ki fonksiyonel delesyon/ insersiyon mutasyonu, genin transkripsiyon hızına etki eder. “S” alleli genin kısa formu olarak adlandırılır ve günümüze kadar yapılan çalışmalarda kaygı ile ilişkisi gösterilmiştir. Sporcuların antrenmanlarda; başarıma gerekliliği hissi, takımında kalamama ihtimali, bireyler arası rekabet hisleri ve hayatlarındaki sıkı kontrol ve kısıtlılıklarla başa çıkmak zorunluluklarından dolayı sürekli stresle karşı karşıya kalmaktadırlar. Çalışmamızda sağlıklı profesyonel futbolcularda anksiyete ile ilişkili SLC6A4 geni promotor bölgesinin “S” ve “L” allellerinin belirlenmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem: Çalışmamıza 19 profesyonel futbolcu katılmıştır. Çalışmaya gönüllü katılan sporculara, çalışma öncesi yapılan analizler ve çıktıları hakkında detaylı bilgi verilmiş, kendilerinden imzalı bilgilendirme formları alınmıştır. Periferik kandan DNA izolasyonu İnvitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) kiti kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Tüm polimorfizmlerin genotiplemesi polimeraz zincir reaksiyonu (PCR) metodu ile belirlenmiştir.

Bulgular: Çalışmamıza katılan futbolcularda SLC6A4 geninin LL, LS, SS genotiplerinin sayı ve yüzdeleri sırasıyla 11(%57,8), 4(%21,1), 4(%21,1) olduğu belirlenmiştir. Çalışma kohortumuzda L alleli 26 (%68,4), S alleli ise 12 (%31,6) oranında olduğu gözlemlenmiştir.

Sonuç: Çalışma kohortumuzda SLC6A4 geninin promotor bölgesi incelendiğinde LL genotipi baskın olarak bulunurken, L alleli de S allele oranla daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Çalışma kohortumuzda L allelinin yüksek oranda bulunmasıyla, S allele sahip sporculara göre genetik faktörler açısından strese karşı daha dirençli ve başarılı olma olasılıkları daha yüksektir. Sonuç olarak SLC6A4 gen polimorfizmlerinin belirlenmesinin, sporcularda oluşan anksiyete ve bilişsel kaygı düzeyinin erkenden önlenmesine yardımcı olabileceği sonucuna varılmıştır. Aynı zamanda SLC6A4 promotor bölgesinin sporcu performansı üzerindeki etkisini ortaya koyabilmek için daha fazla sayıda ve farklı branşlardaki sporcular ile yapılacak araştırmalara da ihtiyaç bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Genetik, Polimorfizm, SLC6A4, Anksiyete.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S22 - Determination of the Promoter "S" and "L" Alleles of the SLC6A4 Gene

Başak Funda EKEN, Tolga POLAT, Canan SERCAN DOĞAN, Özlem Özge YILMAZ, Korkut ULUCAN

¹Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi, Moleküler Biyoloji ve Genetik Tanı Laboratuvarı, İstanbul, Türkiye

ABSTRACT

Aim: The serotonergic system, which is one of the important systems affecting human psychology, controls mood and stress. Decreased serotonin levels have a negative effect on the athlete's athletic performance by affecting psychological factors. It is the serotonin transporter protein (5HTT) that takes back serotonin, one of the most important members of serotonin metabolism, from the synaptic cavity to the presynaptic neuron. This protein is encoded by the SLC6A4 gene and the functional deletion/insertion mutation in the promoter region of this gene affects the transcription rate. "S" allele are referred to as short form of the gene and studies carried out to date is shown in association with anxiety. Athletes in training; they are faced with constant stress due to the feeling of need to succeed, the possibility of not being in the team, the feeling of competition between individuals, and the necessity to cope with tight control and limitations in their lives. In our study, it is aimed to determine the "S" and "L" alleles of the promoter region of the SLC6A4 gene associated with anxiety in healthy professional football players.

Method: 19 professional soccer players participated in our study. The volunteer athletes who participated in the study were given detailed information about the analyzes made before the study and their outcomes, and signed information forms were obtained from them. DNA isolation from peripheral blood was performed using Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) kit. The genotyping of all polymorphisms was determined by the polymerase chain reaction (PCR) method.

Results: The numbers and percentages of LL, LS, SS genotypes of the SLC6A4 gene were determined to be 11 (57.8%), 4 (21.1%), 4 (21.1%), respectively, in the football players participating in our study. In our study cohort, the L allele 26 (68.4%) and the S allele 12 (31.6%) were observed.

Conclusions: When the promoter region of the SLC6A4 gene was examined in our study cohort, LL genotype was found to be dominant, while the L allele was found to be higher than the S allele. With the high percentage of the L allele in our study cohort, athletes with the S allele are more likely to be more resistant to stress and successful in terms of genetic factors. As a result of determining the SLC6A4 gene polymorphism it was concluded anxiety and cognitive anxiety that occurs in athletes results may be help to prevent early. At the same time, more studies with athletes from different branches are needed to reveal the effect of the SLC6A4 promoter region on athlete performance.

Keywords: Sport, Genetics, Polymorphism, SLC6A4, Anxiety.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S23 - Dört Stil 50 Metre Yüzme Performansına Antropometrik ve Motorik Özelliklerin Etkisi

Furkan ÇAMIÇI, Emrah CERİT
¹Hitit Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Antropometrik ve motorik özellikler, spor branşlarının performans kriterlerinde belirleyici olması açısından önem arz etmektedir. Bu çalışma; 12 -13 yaş grubu yüzücülerin antropometrik ve motorik özelliklerinin 4 farklı stil 50 metre yüzme performansına etkisinin incelenmesi amacıyla yapıldı.

Yöntem: Çalışma, Çorum Yıldızları Eğitim Kurumları Yüzme Kulübü'ndeki 20'si erkek (yaş 12,50±0,51 yıl, boy 163,65±10,00 cm, vücut ağırlığı 53,49±7,31 kg.) ve 20'si kız (yaş 12,55±0,51 yıl, boy 156,55±6,56 cm, vücut ağırlığı 48,06±7,13 kg.) toplam 40 lisanslı sporcunun gönüllü katılımlarıyla yapıldı. Araştırmaya katılan sporcuların vücut ağırlığı, antropometrik ve motorik ölçümleri ve çap-çevre ölçümleri ile 50 metre serbest, sırtüstü, kelebek, kurbağalama yüzme dereceleri alındı. Çalışmamızda elde edilen verilerin istatistiksel analizleri SPSS (Versiyon 22.0, SPSS Inc., Chicago, IL, USA, Lisans: Hitit Üniversitesi) paket programı ile yapıldı. Spearman Korelasyon analizi ile değerlendirilerek $p<0,005$ anlamlılık düzeyinde incelendi.

Bulgular: Araştırma sonucunda; kız yüzücülerin 50 metre serbest stil yüzme dereceleri ile T2000 yüzme; kelebek stilde yaş, boy uzunluğu, üst gövde uzunluğu, bacak uzunluğu, dirsek çapı, T2000 yüzme ve kurbağalama stilde yaş, tek kol uzunluğu, biceps fleksiyon çevre, pelvis çapı, dirsek çapı, ankle dorsi flexion sağ, değerleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edildi.

Erkek yüzücülerin 50 metre serbest stil dereceleri ile kilo, boy uzunluğu, üst gövde uzunluğu, bacak uzunluğu, tek kol uzunluğu, omuz çapı, pelvis çapı, dirsek çapı, el kavrama kuvveti, T2000 yüzme; sırtüstü stilde kilo, üst gövde uzunluğu, bacak uzunluğu, omuz çapı, pelvis çapı, el kavrama kuvveti, T2000 yüzme; kelebek stilde, kilo, boy uzunluğu, üst gövde uzunluğu, bacak uzunluğu, tek kol uzunluğu, omuz çapı, pelvis çapı, dirsek çapı, diz çapı, el kavrama kuvveti, T2000 yüzme; kurbağalama stilde, bacak uzunluğu, omuz çapı, pelvis çapı, el kavrama kuvveti, el boyunda esneklik ve T2000 yüzme değerleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edildi.

Sonuç: Sonuç olarak; 12-13 yaş grubu kız ve erkek yüzücülerde antropometrik ve motorik özelliklerin 4 farklı stil yüzme performansına etki ettiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Antropometri, Motorik, Performans, Yüzme.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S23 - The Effect of Anthropometric and Motoric Properties on Four Styles 50 Meters Swimming Performance

Furkan ÇAMIÇI, Emrah CERİT
¹Hitit Üniversitesi

ABSTRACT

Aim: Anthropometric and motoric features are important in terms of determining the performance criteria of sports branches. This work was conducted to examine the effects of anthropometric and motoric characteristics of 12 -13 age group swimmers on 4 different Styles of 50 meters swimming performance.

Methods: The study was conducted with the voluntary participation of 40 licensed athletes, 20 of whom are men (12,50±0,51 years, 163,65±10,00 cm and 53,49±7,31 kg,) and 20 of whom are women (12,55±0,51 years, 156,55±6,56 cm and 48,06±7,13 kg.), in the Swimming Club of Çorum Stars Educational Institutions. Body weight, anthropometric and motoric measurements and diameter-circumference measurements of the athletes participating in the study and 50 meters freestyle, backstroke, butterfly, breaststroke degrees were taken. Statistical analysis of the data obtained in our study was performed with the SPSS (Version 22.0, SPSS Inc., Chicago, IL, USA, Undergraduate: Hitit University) package program. It was evaluated by Spearman Correlation analysis and analyzed at a significance level of $p < 0.005$.

Results: As a result of the research; It was determined that there was a statistically significant difference between 50 meters freestyle swimming degrees and T2000 swimming in butterfly style; age, height, upper body length, leg length, elbow diameter and T2000 swim breaststroke style; age, single arm length, biceps flexion circumference, pelvis diameter, elbow diameter, ankle dorsi flexion right swimming values of female swimmers. It was determined that there was a statistically significant difference between the values of 50 m of male swimmers: With freestyle degrees, "weight, height, upper body length, leg length, single arm length, shoulder diameter, pelvis diameter, elbow diameter, hand grip strength, swimming T2000"; with supine style, "weight, upper body length, leg length, shoulder diameter, pelvis diameter, hand grip strength, swimming T2000" ; with butterfly style degrees, "weight, height, upper body length, leg length, single arm length, shoulder diameter, pelvis diameter, elbow diameter, knee diameter, hand grip strength, swimming T2000; and With breaststroke style degrees, "leg, length, shoulder diameter, pelvis diameter, hand grip strength, hand length flexibility and swimming T200 ".

Conclusions: As a result; It can be said that anthropometric and motoric features affect 4 different styles of swimming performance in 12-13 age group male and female swimmers.

Keywords: Anthropometry, Motoric, Performance, Swimming.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

**S24 - Profesyonel Kayakçılarda Katekol-O-Metil Transferaz (COMT) (rs4680)
Polimorfizmlerinin İncelenmesi**

Canan Sercan Doğan, Tolga Polat, Özlem Özge Yılmaz, Ömer Kaynar, Fatih Bilici, Şehkar Oktay⁴,
Korkut Ulucan

¹Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul, ²Muş Alparslan
Üniversitesi Spor Sağlık Bilimleri, Muş, ³Marmara Üniversitesi Tıbbi Genetik Anabilim Dalı,
İstanbul, ⁴ Marmara Üniversitesi, Temel Tıp Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul

ÖZET

Nörotransmitterlerin inaktivasyonunda Katekol-O-Metil Transferaz (COMT) katekolamin (dopamin, epinefrin, norepinefrin) rol alır. COMT üzerinde bulunan polimorfizmler COMT enzim aktivasyonunda değişime neden olduğu bilinmektedir. Bu çalışmada, COMT geninin Val(108/158) Met rs4680 polimorfizmi profesyonel kayakçılarda inceleyerek genotip ve allel dağılımlarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmamıza 16 profesyonel kayakçı katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan kan örneklerinden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) ticari kiti kullanılarak tamamlanmıştır. COMT genotiplenmeleri için gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (qPCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

COMT analizinde 16 kayakçıdan 14'ü (%87,5) AA, 2'sinin (%12,5) GG genotipinde olduğu belirlenmiştir. COMT için AG genotipine rastlanmamıştır. Allel dağılımları incelendiğinde A Allelinin %87,5 oranında, A Allelinin ise %12,5 oranında olduğu gözlemlenmiştir.

Çalışma kohortumuzda COMT (rs4680) polimorfizminde AA genotipi ve A allelinin baskın olduğu saptanmıştır. COMT genlerindeki polimorfizmlerin sporcu olmayı hedefleyen bireylerin spor branşlarının belirlenmesinde ve branş içi yönlendirmelerde etkin olduğunu düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Genetik, Spor Genetiği, Polimorfizm, COMT, Kayakçı.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S24 - Investigation of Catechol-O-Methyl Transferase (COMT) (rs4680) Polymorphisms in Professional Skiers

Canan Sercan Doğan, Tolga Polat, Özlem Özge Yılmaz, Ömer Kaynar, Fatih Bilici, Şehkar Oktay⁴, Korkut Ulucan

¹Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul, ²Muş Alparslan Üniversitesi Spor Sağlık Bilimleri, Muş, ³Marmara Üniversitesi Tıbbi Genetik Anabilim Dalı, İstanbul, ⁴Marmara Üniversitesi, Temel Tıp Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul

ABSTRACT

Catechol-O-Methyl Transferase (COMT) catecholamine (dopamine, epinephrine, norepinephrine) plays a role in the inactivation of neurotransmitters. Polymorphisms on COMT are known to cause changes in COMT enzyme activation. In this study, it was aimed to determine the genotype and allele distributions by examining the Val (108/158) Met rs4680 polymorphism of the COMT gene in professional skiers.

16 professional skiers participated in our study. DNA isolation from blood samples collected by signing consent forms; It was completed using the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. For COMT genotyping, real-time polymerase chain reaction (qPCR) protocol was performed.

In the COMT analysis, it was determined that 14 (87,5%) of 16 skieners were AA and 4 (12,5 %) of them were GG genotype. No AG genotype was found for COMT. When allele distributions were examined, it was observed that the A Allele was 87.5% and the G Allele was 12.5%.

In our study cohort, the COMT (rs4680) polymorphism was found to be dominated by the AA genotype and the A allele. We think that the polymorphisms in the COMT genes are effective in determining the sports branches of individuals who aim to be athletes and in directing them within the branch.

Keywords: Genetics, Sports Genetics, Polymorphism, COMT, Skieners.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S25 - Futbolcularda Beyin Kökenli Nörotrofik Faktör (rs6265) Polimorfizm Dağılımının Belirlenmesi

Beste Tacal Aslan, Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Başka Funda Eken, Veysel Küçük,
Korkut Ulucan

¹Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri Anabilim Dalı, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye ²Üsküdar Üniversitesi, Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul, Türkiye ³Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitim Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

ÖZET

Amaç: Sporcuların performansının belirlenmesinde stres, kaygı ve saldırganlık gibi psikolojik parametreler etkilidir. Bu çalışmada, stres tepkisinin düzenlenmesinde ve duygudurum bozukluklarının biyolojisinde rol oynadığı bilinen beyin kaynaklı nörotrofik faktör geni rs 6265 polimorfizmi ile futbolcuların atletik performansları arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçladık.

Yöntem: Çalışmamıza 34 futbolcu katılmıştır. High Pure PCR örnek hazırlama kiti (Roche Diagnostics, Mannheim, Germany) kullanılarak temin edilen venöz kanlardan DNA izolasyonu yapılmıştır. BDNF rs6265 genotipleri, izole edilen DNA materyalinden Real-Time PCR cihazı (QuantStudio 3, USA) ile Taqman Genotyping Assays (Applied Biosystems Foster City, CA, USA) genotipleme kitleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: BDNF polymorphism varyant taşıyıcıları futbolcuların genotipleri incelendi. Futbolcuların 21'inin GG, 13'ünün GA genotipi taşıyıcıları oldukları belirlendi. G alleli 55, A alleli taşıyıcısı olan futbolcu sayısı 13 olarak tespit edildi. Kohort çalışmamızda elde edilen sonuçlara göre GG genotipi ve G allelinin dominant olduğu saptandı.

Sonuç: Beyin kökenli nörotrofik faktör Met alleli, BDNF seviyelerinin daha düşük olmasına sebep olmaktadır. Buna bağlı olarak, beklediğimiz gibi, kohort çalışmamızda, GG genotipi ve G allelinin daha yaygın olduğunu tespit ettik.

Anahtar Kelimeler: BDNF, Spor Genetiği, Polimorfizm, Futbolcular.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 25 Eylül 2020 Cuma, 10. Oturum

S25 - Determination of Brain-Derived Neurotrophic Factor (rs6265) Polymorphism in Soccer Players

Beste Tacal Aslan, Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Başka Funda Eken, Veysel Küçük,
Korkut Ulucan

¹Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri Anabilim Dalı, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye ²Üsküdar Üniversitesi, Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul, Türkiye ³Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitim Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

ABSTRACT

Aim: Psychological parameters such as stress, anxiety, and aggression are effective in determining the performance of athletes. In the present study, we aimed to investigate the link between brain-derived neurotrophic factor gene Val66Met rs 6265 polymorphism and athletic performance of soccer players, which is known to play a role in the regulation of the stress response and in the biology of mood disorders,

Methods: A total of 34 soccer players were recruited for this study. DNA isolation from venous blood was carried out by using High Pure PCR Template Preparation Kit (Roche Diagnostics, Mannheim, Germany). BDNF Val66Met rs6265 genotyping was carried out by Real-time PCR (QuantStudio 3, USA) by using commercially provided Taqman Genotyping Assay (Applied Biosystems Foster City, CA, USA).

Results: Soccer players who carried the BDNF polymorphism variant were examined. 21 of the soccer players were found as GG, 13 players as GA genotypes. G allele was counted as 55 and A allele as 13. In our cohort, BDNF GG genotype and G allele were found to be dominant.

Conclusions: The brain-derived neurotrophic factor Met allele is associated with less BDNF activity. Consequently, in our cohort study, the GG genotype and G allele were more common as expected.

Keywords: BDNF, Sports Genetics, Polimorphism, Soccer Players.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S26 - Zihinsel Geviş Getiren (Ruminasyon) Üniversiteli Sporcular İçin Bir Yol: Bilinçli Farkındalık

Emre Ozan Tingaz, Soner Çakmak

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Ankara, Türkiye, ²Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Ana Bilim Dalı, Mersin, Türkiye, ³Çukurova Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı, Adana, Türkiye

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı, üniversiteli sporcularda ruminasyon ve bilinçli farkındalık bağlantısını incelemektir.

Yöntem: Bu çalışma, Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu tarafından onaylanmıştır. Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 97 sporcu öğrenci (%38.1'i kadın, %61.9'u erkek; \bar{X} yaş=22.52, SS= 3.53) çalışmaya dahil edilmiştir. Orijinali Brinker ve Dozois (2009) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Karatepe, Yavuz ve Türkcan (2010) tarafından yapılan Ruminatif Düşünce Biçimi Ölçeği ve orijinali Thienot, Jackson, Dimmock, Grove, Bernier ve Fournier (2014) tarafından geliştirilen Türkçeye uyarlaması Tingaz (2020) tarafından yapılan Sporcu Bilinçli Farkındalık Ölçeği ile Demografik Bilgi Formu veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 25.0 ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Bilinçli farkındalık ölçeğinin alt boyutu olan farkındalık ve ruminasyon arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=.290$, $p<.01$). Bununla birlikte, ruminasyon ile bilinçli farkındalık ölçeğinin alt boyutu olan yargılamama ($r=-.654$, $p<.01$) ve ruminasyon ile bilinçli farkındalık ($r=-.362$, $p<.01$) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Farkındalık, ruminasyondaki toplam varyansın %8'ini, yargılamama ruminasyondaki toplam varyansın %42'sini ve bilinçli farkındalık ise ruminasyondaki toplam varyansın %13'ünü açıklamaktadır.

Sonuç: Üniversiteli sporcularda farkındalık tek başına ruminasyon için tetikleyici bir faktör olabilirken bilinçli farkındalık ruminasyon için işlevsel bir yol olabilir.

Anahtar Kelimeler: Bilinçli Farkındalık, Ruminasyon, Üniversiteli Sporcular.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S26- A Way for Mental Ruminant University Student-Athletes: Mindfulness

Emre Ozan Tingaz, Soner Çakmak

¹Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Ankara, Türkiye, ²Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Ana Bilim Dalı, Mersin, Türkiye, ³Çukurova Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı, Adana, Türkiye

ABSTRACT

Purpose: The purpose of this study is to examine the link between rumination and mindfulness among university student-athletes.

Methods: This study was approved by the Gazi University Ethics Committee. 97 student-athletes (%38.1 female, %61.9 male; \bar{X} age=22.52, SD= 3.53) from Gazi University Faculty of Sport Sciences were included in the study. The Ruminative Thought Style Questionnaire, originally developed by Brinker and Dozois (2009), adapted into Turkish by Karatepe, Yavuz, and Türkcan (2010), and the Mindfulness Inventory for Sport, originally developed by Thienot, Jackson, Dimmock, Grove, Bernier, and Fournier (2014), adapted into Turkish by Tingaz (2020), and the Demographic Information were used as data collection tools. The statistical analysis of the data obtained from the inventory was performed using SPSS 25.0 (Statistical Package for Social Sciences).

Findings: It was observed that there was a positive and significant relationship between rumination and awareness, which is the sub-dimension of the mindfulness scale ($r = .290, p < .01$). However, there was a significant negative relationship between rumination and non-judgment ($r = -.654, p < .01$), which is the sub-dimension of the mindfulness scale, and rumination and mindfulness ($r = -.362, p < .01$). Awareness explains 8% of the total variance in rumination, non-judgment explains 42% of the total variance in rumination, and mindfulness explains 13% of the total variance in rumination. **Result:** While awareness alone may be a trigger for rumination in university student-athletes, mindfulness may be a functional way of rumination

Keywords: Mindfulness, Rumination, University Student-Athletes.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

**S27 - Antrenörlük Bölümü Öğrencilerinin Yaratıcı Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi
(İstanbul Esenyurt Üniversitesi Örneği)**

Hilal Tınaz

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü,
Doktora Öğrencisi

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı, Antrenörlük bölümü öğrencilerinin yaratıcı kişilik özelliklerinin incelenmesidir.

Yöntem: Araştırma anketsel veri toplama yöntemiyle yapılmıştır. Bu bağlamda, çalışmaya İstanbul Esenyurt Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören, 72'si Erkek (%75), 24'ü Kadın (%25) olmak üzere toplamda 96 Antrenörlük Bölümü öğrencisi katılmıştır. Çalışmada, araştırmacı tarafından düzenlenen sosyo-demografik bilgilerden oluşan Kişisel Bilgi Formu, Şahin ve Danışman'ın (2017), Türkçe'ye geçerlik ve güvenilirliğini yapmış olduğu, 17 madde ve 4 alt boyuttan oluşan, Yaratıcı kişilik özellikleri envanteri kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde, tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılmıştır. Buna göre, verilerin dağılımları ve grupların dengeli olup olmamasına bağlı olarak Independent T test kullanılmıştır. İstatistikler SPSS 22 paket programıyla yapılmış ve yapılan tüm değerlendirmelerde istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Çalışmanın bulgularına göre, yaş ort. 22,27 olan öğrencilerin, ölçek genel ortalama puanları 55,64 olarak bulunmuştur. Alt boyutlarda ise en yüksek puan içsel motivasyon olarak belirlenmiştir (ort: 21,29).

Sonuç: Araştırmanın sonucuna göre, alt boyutlar yaşa ve cinsiyete göre değerlendirildiğinde, istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmemiştir ($p<0,05$).

Anahtar Kelimeler: Antrenörlük, Yaratıcı Kişilik Özellikleri, Üniversite.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S27 - Investigation of Creative Personality Traits of Coaching Students (Istanbul Esenyurt University Sample)

Hilal Tınaz

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü,
Doktora Öğrencisi

ABSTRACT

Aim: The purpose of this research is to determine the creative personality traits of coaching training students.

Methods: This research has used a questionnaire method. In this context, 96 students of Istanbul Esenyurt University, which consists of 72 men (75%) and 24 women (25%) participated in this study, voluntarily. In this research, information about socio-demographic variables was collected by the Personal Information Chart which was created by the researcher. And Creative Personality Traits of Şahin and Danışman (2017) which consists of 17 items and 4 factors, were used. It was used descriptive statistics to define the data. In the analysis of the data about the comparison of two groups Independent T-test has used, which is determined by whether the distribution of data or the groups was balanced. Statistics are generated by SPSS Pack 22 and $p < 0,05$ was used as the significance level.

Results: According to the results of this study, the mean age is of students 22,27. The total average scores of the students were found as 55,64 on this scale. The internal motivation that is subdimension has the highest scores (mean:21,29).

Conclusions: As a conclusion, there are no significant differences as statistical between age and gender groups in all subdimension ($p < 0,05$).

Keywords: Coaching Training, Creative Personality Traits, University.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S28 - Sakatlanmalar Sonrası Meydana Gelen Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Travma Sonrası Büyüme

Maide Elif Alpay

¹Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ İSTANBUL

ÖZET

Giriş: Sporcuların antrenman veya müsabaka esnasında yaşadıkları akut sakatlanmalar; tedavinin seyrine göre değişmektedir. Sakatlığın ciddiyeti arttıkça bu durum sporcularda travmatik bir boyut oluşturmakta, travma sonrası stres bozukluğunu devamında getirmektedir.

Amaç: Bütün spor branşlarında ciddi boyutta sakatlanmalar yaşayan sporcularda sakatlıklar travmatik olay olarak görülmekte, ardından sporu bırakma gibi bir durumla karşı karşıya kalındığında bu durum travma sonrası stres bozukluğuna dönüşmektedir. Bu dönüşüm esnasında yaşanan tedavi süreçleri, zorlanmalar sonucunda travma sonrası büyümenin bir kazanç olarak elde edilmesi, sporcuların bu süreçte yaşadıkları psikolojik, fizyolojik durumların tespit edilmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda ciddi sakatlıklar sonucu sporcuda oluşan travmanın bir sonraki aşamada sporcuyu tarafından nasıl kullanıldığı, sekonder kazançların sporcuyu tarafından nasıl elde edildiği, iyileşmenin, büyümenin nasıl sağlandığı araştırılmıştır.

Yöntem: Bu araştırma esnasında geriye dönük kaynaklardan yararlanılmıştır. Yeni yapılan çalışmalar ile eskiden yapılmış çalışmalardan elde edilen bilgiler doğrultusunda araştırmalar yapılmıştır. Tüm branşlardaki sakatlanmalar ve yine tüm branşlardaki sakatlıklar sonrası meydana gelen travma sonrası stres bozukluğu dikkate alınarak araştırma çalışmaları yapılmıştır. Google arama motoru ve PubMed kullanılarak “Sakatlanma, Sporcuyu, Travma, Travma Sonrası Büyüme, Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Sekonder Kazanç, Psikolojik Sağlamlılık” anahtar sözcükleri tercih edilmiştir.

Bulgular: Antrenman veya müsabaka esnasında yaşanan akut sakatlanmalar, sakatlığın boyutuna ve ciddiyetine göre sporcularda olumsuz etkiler bırakabilmektedir. Yaşanan sakatlığın ciddiyeti spora bir süre ara verme veya sporu bırakma noktasına kadar gelebildiği gibi sporcularda bu durum travmaya yol açabilmektedir. Özellikle elit sporcuların ciddi sakatlanmalarla karşı karşıya kalması stresin boyutunu arttırmakta, travma sürecini uzatmaktadır. Toparlanma sürecinde yeniden aynı durumla karşı karşıya kalınma korkusu kişide travma sonrası stres bozukluğunu beraberinde getirmektedir. Günlük yaşantısını olumsuz yönde etkilemekte, spor esnasında aynı sakatlığı yaşayabilme ihtimali gerginlik ve stres derecesini arttırmakta, anksiyetesini oldukça yükseltmektedir. Travmatik bir olayla karşı karşıya gelmek, sporcuyu travma öncesi durumdan daha da güçlü hale getirebilmektedir. Sakatlanma sonucu ortaya çıkan travmanın ardından sporcuda olumlu değişimler olabilmektedir. Bu durum “Travma sonrası büyüme” olarak adlandırılmaktadır. Travmatik deneyimden sonra sporcuyu yakın ilişkilerine daha çok değer vermekte, her şeyin üstesinden gelme düşüncesi gelişmektedir. Travma sonrası büyüme ile psikolojik sağlamlılık, iyimserlik, dayanıklılık, tutarlılık iç içe geçip bir bütünlük oluşturmaktadır.



5.

Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi 25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



Psikolojik sağlamlılıkla sporcu kötü olaylara rağmen yine spora devam edebilmekte, travma sonrası büyümede ise bu olaydan sonra meydana gelen olumlu değişimleri görmektedir.

Sonuç: Yapılan araştırmalar sakatlanmalar sonucu iyileşmenin, toparlanmanın gerçekleşebilmesi için travma sonrası büyüme ve psikolojik sağlamlılık esas alınmaktadır. Yine bunlara ek olarak sporcu mevcut sakatlığından dolayı sekonder kazanç geliştirebilmekte, süreci kendine olumlu anlamda döndürmekte ama ilerleyiş açısından olumsuz etkisini göstermektedir. Travma sonrası stres bozukluğu olan sporcularda psikolojik sağlamlılık kazandırmak amacıyla psikoterapi önerilmekte, travma sonrası büyümenin önemli katkısı da görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sakatlanma, Travma, Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Travma Sonrası Büyüme, Psikolojik Sağlamlılık, Sekonder Kazanç, Sporcu.



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com

Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S28 - Post-Traumatic Stress Disorder And Post-Traumatic Growth That Occur After Injuries

Maide Elif Alpay

¹Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ İSTANBUL

ABSTRACT

Introduction: acute injuries experienced by athletes during training or competition vary depending on the course of treatment. As the severity of the injury increases, this condition creates a traumatic dimension in athletes and perpetuates post-traumatic stress disorder.

Objective: in athletes who experience serious injuries in all sports, injuries are considered traumatic events, and then when faced with a situation such as quitting sports, this situation turns into post-traumatic stress disorder. It is aimed to obtain post-traumatic growth as a gain as a result of the treatment processes experienced during this transformation, and to determine the psychological and physiological conditions experienced by athletes in this process. At the same time, it was investigated how the trauma that occurs in the athlete as a result of serious injuries is used by the athlete at the next stage, how secondary gains are obtained from the athlete's comb, how recovery and growth are achieved.

Method: retrospective resources were used during this research. Research has been carried out in line with the new studies and the information was obtained from the old studies. Research studies have been conducted taking into account post-traumatic stress disorder that occurs after injuries in all branches and again after injuries in all branches. The keywords “disability, athlete, trauma, post-traumatic growth, Post-Traumatic Stress Disorder, secondary gain, psychological robustness” were preferred using the Google search engine and PubMed.

Conclusions: acute injuries experienced during training or competition can have negative effects on athletes depending on the size and severity of the injury. The severity of the injury can come to the point of decaying the sport for a while or quitting the sport, as well as in athletes, this can lead to trauma. Especially the fact that elite athletes face serious injuries increases the size of stress and prolongs the trauma process. The fear of facing the same situation again in the recovery process leads to post-traumatic stress disorder in a person. It negatively affects his daily life, the possibility of experiencing the same injury during sports increases the degree of tension and stress, greatly increases his anxiety. Facing a traumatic event can make the athlete even stronger than the pre-traumatic situation. After the injury, there may be positive changes in the athlete. This condition is called “post-traumatic growth”. After a traumatic experience, the athlete values their close relationships more and the thought of overcoming everything develops. Post-traumatic growth and psychological robustness, optimism, endurance, consistency are intertwined and constitute integrity. With psychological robustness, the athlete can continue to play sports despite bad events, and in post-traumatic growth, he sees positive changes that occur after this event.



5.

Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi 25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



Results: the research is based on post-traumatic growth and psychological robustness in order for recovery and recovery to occur as a result of injuries. Again, in addition to these, the athlete can develop secondary gains due to his current injury, returning the process to himself in a positive sense, but showing a negative effect in terms of progress. Psychotherapy is recommended in order to gain psychological robustness in athletes with post-traumatic stress disorder, and a significant contribution of post-traumatic growth is also observed.

Keywords: Disability, Trauma, Stress Disorder After Trauma, Great After Trauma, Psychological Health, Secondary Gain, Athlete.



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com

Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S29 - Damgalanmaya Maruz Kalan Sporcularda Sportif Performans ve Psikolojik Toparlanma

Maide Elif Alpay

¹Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ İSTANBUL

ÖZET

Giriş: Cinsiyet kimlikleri veya cinsel yönelimleri yüzünden her türlü damgalanmaya maruz kalan LGBTİ+'ların özgürlük alanları kısıtlanmakta; herhangi bir spor branşıyla ilgilenen bu bireylerin alanları her türlü fiziksel, sözel ve psikolojik alanda uğradıkları saldırılarla daraltılmaktadır.

Amaç: Dünya genelinde yaşayan ve varlığını sürdüren LGBTİ+ sporcular gerek antrenör, gerek idareciler, gerek en yakın takım arkadaşları ve seyirciler tarafından cinsel yönelimi ve cinsiyet kimliği yüzünden sürekli homofobik saldırılara ve her türlü damgalanmaya maruz kalmakta olup; bununla ilgili meydana gelen sportif performans ve psikolojik toparlanma süreçlerinin nasıl işlendiği amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, fiziksel, sosyal ve psikolojik baskıların sportif performansa olumlu veya olumsuz etkileri ile böyle bir damgalanmaya maruz kalan sporcuların, psikolojik toparlanma süreçlerinin hangi koşullar altında gerçekleştiği, sporcunun sportif başarısının veya başarısızlık durumlarının nasıl meydana geldiği araştırılmıştır.

Yöntem: Bu araştırma esnasında geriye dönük kaynaklardan yararlanılmıştır. Yeni yapılan çalışmalar ile eskiden yapılmış çalışmalardan elde edilen bilgiler doğrultusunda araştırmalar yapılmıştır. Google arama motoru ve PubMed kullanılarak "Damgalanma, LGBTİ+, Homofobik saldırılar, Psikolojik Toparlanma, Sportif Performans" anahtar sözcükleri tercih edilmiştir.

Bulgular: Sporcular, cinsel yönelimi ve cinsiyet kimlikleri nedeniyle ilgi duydukları spor branşına yönelmekten kaçınılmaktadır. Bunun sebepleri arasında daha önce bir takım sözlü saldırı, dışlanma, taciz gibi maruz kaldıkları durumlar gösterilmektedir. LGBTİ+'lar bu tür durumlardan ötürü spor ortamındaki hiç kimseye cinsel yönelim veya cinsiyet kimliklerini açıklayamamaktadır. Açıkladıkları andan itibaren en çok sözlü hakaret ve yapısal ayrımcılığa maruz kalmakta, devam ettirdikleri sporu bırakmaktadırlar. LGBTİ+ sporcular en çok takım arkadaşları ve diğer sporcular tarafından damgalanmaya maruz kalmaktadır. Lezbiyen ve biseksüeller çoğunlukla kendi takım arkadaşları tarafından saldırı/tacize uğrarken, gay ve farklı cinsel yönelime sahip sporcular ise bu tür tacizlere ve damgalanmaya diğer farklı sporcular tarafından maruz bırakılmaktadır. Genel olarak bakıldığında LGBTİ+'ların damgalanmaya en çok maruz bırakıldıkları kişiler arasında sporcular, sporcuların takım arkadaşları, seyirciler ve rakip takımın üyeleri yer almaktadır. Sporcuların antrenörlerinin de göz ardı edilemeyecek şekilde damgalanmaya maruz bıraktığı görülmektedir. Bu tür homofobik saldırılar yüzünden psikolojik açıdan çöken LGBTİ+'lar intihar girişiminde bulunmakta veya spor branşlarını değiştirip, sporu bırakabilmektedir. Aynı zamanda bununla beraber her türlü homofobik saldırıya karşı dik duran sporcular da bulunmakta ve gerekli sportif performansı gösterip başarılı olabilmektedir.



5.

Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi 25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



Sonuç: Lgbti+ sporcular, bu tür damgalanmalara maruz kalarak psikolojik olarak çökmektedir. Spor branşlarını değiştirmekte veya bırakmakta, aynı zamanda intihar girişimlerinde de bulunmaktadır. Psikolojik anlamda toparlanma sağlanması için psikoterapiler yapılmaktadır. Damgalanmaya maruz kalıp sporu bırakmayan ve bu durumlarla yüzleşen sporcular ise sportif performanslarını arttırmakta, antrenmanlar esnasında homofobik saldırıya uğradıklarında durumu üst makamlara bildirmekte, aynı zamanda müsabakalar esnasında her türlü olumsuzluğa karşı dayanıklılık göstererek başarılı olmaktadır.

Anahtar Kelimeler: LGBTİ+, Damgalanma, Homofobik Saldırı, Sporcu, Performans, Psikoterapi, Psikolojik Toparlanma.



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com

Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S29 - Sports Performance And Psychological Recovery İn Athletes Exposed To Stigma

Maide Elif Alpay

¹Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü/ İSTANBUL

ABSTRACT

Introduction: LGBTI+'s areas of freedom, which are subject to all kinds of stigma due to their gender identity or sexual orientation, are restricted; the areas of these individuals interested in any sports branch are narrowed by the attacks they suffer in all kinds of physical, verbal and psychological areas. **Objective:** LGBTI + athletes who live and exist around the world are subjected to constant homophobic attacks and all kinds of stigma due to their sexual orientation and gender identity by coaches, administrators, closest teammates and navigators; it is aimed at how the processes of sporting performance and psychological recovery that occur related to this are processed. For this purpose, the positive or negative effects of physical, social and psychological pressures on sporting performance and the conditions under which the psychological recovery processes take place, how the athlete's sporting success or failure situations occur were investigated.

Method: retrospective resources were used during this research. Research has been carried out in line with the new studies and the information was obtained from the old studies. The keywords "stigma, LGBTI+, homophobic attacks, psychological recovery, Sporting performance" were preferred using the Google search engine and PubMed.

Conclusions: due to their sexual orientation and gender identity athletes avoid turning to the sports branch in which they are interested The reasons for this include situations where they have previously been subjected to a number of verbal attacks, exclusion, harassment. Because of such situations, LGBTI+ cannot explain their sexual orientation or gender identity to anyone in the sports environment. From the moment they explain, they are most often subjected to verbal insults and structural discrimination, leaving the sport they continue. LGBTI+ athletes are most often subjected to stigma by teammates and other athletes. Lesbians and bisexuals are often attacked/harassed by his own teammates, while gay athletes and athletes of different sexual orientations are subjected by other different kinds of abuse and stigma . In general, LGBTI+ people are most exposed to stigma, including athletes, athletes' teammates, spectators, and members of the opposing team.

Result: Lgbti + athletes are psychologically decadent by being subjected to such stigma. He changes or quits sports, but also attempts suicide. Psychotherapies are performed to ensure psychological recovery. Athletes who are subjected to stigma and do not leave the sport and face these situations increase their sporting performance, report the situation to the higher authorities when they are attacked homophobic during training, and also succeed by showing resistance to all kinds of negativity during competitions.

Keywords: LGBTI+, Stigma, Homophobic Attack, Athlete, Performance, Psychotherapy, Psychological Recovery.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S30 - Spor Bilimleri Öğrencilerinin Öz Liderlik Düzeylerinin İncelenmesi

H. Mehmet TUNÇKOL , Banu GÜNDOĞAN

¹Avrasya Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü/TRABZON

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri okuyan öğrencilerin öz liderlik düzeylerinin tespit edilmesi ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmada mevcut durumu ortaya çıkarmayı amaçlayan betimsel ve taramaya dayalı yöntem kullanılmıştır. Araştırma grubunu; Avrasya (n=100), Hacettepe (n=100) ve Hitit (n=100) üniversitelerinde spor bilimleri okuyan toplam 300 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve Tabak, Sıgırı ve Türköz (2013) tarafından geliştirilen “Öz Liderlik Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde istatistiksel yöntem olarak; tanımlamalı istatistik, normallik testi, Mann-Whitney U ile Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır.

Bulgular: “Öz Liderlik Ölçeği”nden alınabilecek puanlar 29-174 arası olabileceği ve yüksek puan yüksek öz liderlik düzeyini işaret ettiğinden dolayı spor bilimleri öğrencilerinin öz liderlik düzeylerinin yüksek (=109,23) seviyede olduğu söylenebilir. Katılımcıların, “Öz Liderlik Ölçeği”nden aldıkları puanlar; cinsiyet, yaş, doğum yeri, sporculuk durumu, okudukları üniversite, akademik başarı ve babalarının bir işte çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir.

Sonuç: Spor bilimleri okuyan öğrencilerin yüksek öz liderlik düzeylerinin olduğu ve bunun çeşitli değişkenlere göre farklılaştığı tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Öz Liderlik, Spor Bilimleri, Öğrenci.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S30 - Determining of Self-Leadership Levels of Sport Sciences Students

H. Mehmet TUNÇKOL, Banu GÜNDOĞAN

¹Avrasya Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü/TRABZON

ABSTRACT

Aim: The aim of this study was to determine the self-leadership levels of students studying sports sciences and to examine them in terms of various variables.

Methods: In the research, descriptive and survey based methods were used for finding out the current situation. The study group consisted of totally 300 bachelor students who studies sport sciences in Avrasya (n=100), Hacettepe (n=100) and Hitit (n=100) universities. In the study, individual information form which had developed by the researchers and “Self-Leadership Scale” which was developed by Tabak, Sıgır ve Türköz (2013) were used as data collection tools. Descriptive statistics, normality test, Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests were used as statistical methods to analyze the data.

Results: The “Self-Leadership Scale” scores could be between 29 and 174 and high score indicates a high level of self-leadership. So, it could be said that sport sciences students’ self-leadership levels has high level (=109,23). The participants’ scale scores from the "Self-Leadership Scale" significantly differs according to their gender, age, place of birth, athletic status, university they studied, academic success and their fathers' working in a job or not variables.

Conclusions: It was determined that sport sciences students had high self-leadership levels and that was differed according to some variables.

Keywords: Self-Leadership, Sports Science, Student.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S31 - Bilinçli farkındalık, Benlik saygısı, Zihinsel dayanıklılık, Ruminatif tepki

Cemil Can Berk, Hüseyin Kaynarca, Metin Fidan, Mikail Çelik, Nazmi BAYKÖSE
¹Akdeniz Üniversitesi Psikoloji Bölümü

ÖZET

Amaç: Bu araştırma sporcuların bilinçli farkındalık düzeylerinin, benlik saygısı, ruminatif tepki ve zihinsel dayanıklılık değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Araştırmaya çeşitli branşlardan 200 sporcu (86 kadın, 114 erkek) katılmıştır. Katılımcılara, Zihinsel Dayanıklılık İndeksi (Bayköse ve Koruç, 2018), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Çuhadaroğlu, 1986), Ruminatif Tepki Ölçeği Kısa Form (Erdur-Baker ve Bugay,2012) ve Sporda Bilinçli Farkındalık Ölçeği (Bayköse, 2020) doldurmaları için verilmiş, bunların yanında katılımcılardan demografik formdoldurmaları istenmiştir.

Bulgular: Toplanan veriler SPSS 24.0 programında çoklu doğrusal regresyon yöntemiyle analiz edilmiştir. Analizlere Bilinçli farkındalık envanterinin alt boyutları olan farkındalık, yargılamama ve yeniden odaklanma da girmiştir.

Yapılan analizler sonucunda sporcularda bilinçli farkındalık düzeyinin benlik saygısı düzeyini anlamlı bir biçimde yordamadığı ($\alpha=.399$, $p>.05$), ruminatif tepki düzeyi ($\alpha=.001$, $p<.05$) ve zihinsel dayanıklılık düzeyini ($\alpha=.000$, $p<.05$) anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur. Ruminatif tepki düzeyi, bilinçli farkındalık envanteri alt boyutlarından yalnızca yargılamama boyutunu anlamlı bir biçimde yordamaktadır ($\alpha=.000$, $p<.05$). Model toplam varyansın %7'sini açıklamaktadır ($R^2 =.072$). Zihinsel dayanıklılık düzeyi, bilinçli farkındalık envanterinin alt boyutları olan farkındalık ($\alpha=.008$, $p<.05$), yargılamama ($\alpha=.004$, $p<.05$) ve yeniden odaklanmayı ($\alpha=.000$, $p<.05$) anlamlı bir biçimde yordamaktadır. Model toplam varyansın %54'ünü açıklamaktadır ($R^2 =.543$).

Sonuç: Sonuç olarak elde edilen bulgulara bakarak bilinçli farkındalık düzeyinin belirleyici rolü olarak zihinsel dayanıklılık düzeyinin önemli olduğu söylenebilmektedir. Ruminatif tepki düzeyinin bilinçli farkındalık üzerinde kısmen (Yalnızca "yargılamama" boyutunda) etkili olduğu söylenebilmektedir. Sporcuların "Bilinçli Farkındalık" düzeylerini ölçmek için yapılan araştırmalar olsa da bu değişkenlerin bir arada kullanıldığı bir çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışmanın halihazırdaki literatüre katkı sağlayacağı benzer çalışmaları yürütecek araştırmacılara fikir sağlayacağı düşünülmektedir

Anahtar Kelimeler: Bilinçli Farkındalık, Ruminatif Tepki, Benlik Saygısı, Zihinsel Dayanıklılık,



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S31 - The Relationship of Mindfulness Level in Athletes to Self-Esteem, Ruminative Response and Mental Toughness

Cemil Can Berk, Hüseyin Kaynarca, Metin Fidan, Mikail Çelik, Nazmi BAYKÖSE
¹Akdeniz Üniversitesi Psikoloji Bölümü

ABSTRACT

Aim: The aim of this study is to determine whether the level of mindfulness in athletes differs depending on their self-esteem, ruminative response and mental toughness.
Methods: The participants were 200 athletes (86 female, 114 male) from various sports branches. They were asked to complete “Mental Toughness Index” (Bayköse & Koruç, 2018), “Rosenberg Self-Esteem Scale” (Çuhadaroğlu, 1986), “Ruminative Response Scale (Short Form)” (Erdur-Baker ve Bugay, 2012), “Mindfulness in Sports Scale” (Bayköse,2020) and a form to gather demographic information of the participants.

Results: The data were analysed using multiple linear regression technique in SPSS 24.0 programme. The items “awareness”, “no judgment” and “refocusing” were also added to the analysis as subdimensions of Mindfulness in Sports Inventory.

The results indicates that there is not a significant relationship between the mindfulness level in athletes and the level of self-esteem ($\alpha=.399$, $p>.05$), while the mindfulness level predicts the level of ruminative response ($\alpha=.001$, $p<.05$) and the level of mental toughness ($\alpha=.000$, $p<.05$). The level of ruminative response only predicts the “no judgment” ($\alpha=.000$, $p<.05$) dimension of Mindfulness Inventory. The model explains %7 of the total variance ($R^2 =.072$). Similarly, the level of mental toughness meaningfully predicts the three subdimensions of Mindfulness Inventory: “awareness” ($\alpha=.008$, $p<.05$), “no judgment” ($\alpha=.004$, $p<.05$) and “refocusing” ($\alpha=.000$, $p<.05$). The model explains %54 of the total variance ($R^2 =.543$).

Conclusions: According to the results it can be concluded that the level of mental toughness seems significant as an indicative factor of the level of mindfulness. On the other hand, the level of ruminative response only partially affects the level of mindfulness (in “no judgment” dimension). Although there are studies conducted to survey the level of mindfulness in athletes. There isn't a study in the literature that make use of these variables together in a single research. We think that this study will contribute to the literature as well as provide insights to other researchers

Keywords: Mindfulness, Ruminative Response, Self-esteem, Mental toughness.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

S32 - Basketbolu Bırakan/Amatör Düzeyde Oynayan Bireylerin Mükemmeliyetçilik ve Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi

Hazal Ayas, Turgay Biçer

¹Üsküdar Üniversitesi, ²Marmara Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Sporda mükemmeliyetçilik çalışmalarında sporcuların kendileri, takım arkadaşları ve antrenörleri tarafından performanslarının sürekli değerlendirildiği dolayısıyla kendilerine yüksek standartlar belirledikleri ve normal popülasyondan daha yüksek oranda mükemmeliyetçilik gösterdikleri düşünülmektedir. Bunun yanında düzenli fiziksel aktivite yapan bireylerin, yapmayanlara göre daha yüksek yaşam doyum düzeylerine sahip oldukları görülmektedir. Araştırmanın amacı, geçmişte lisanslı basketbol oynayıp basketbolu bırakanlarda ve amatör düzeyde devam edenlerde mükemmeliyetçilik ve yaşam doyum düzeylerini incelemektir.

Yöntem: Çalışmanın örneklemini, bir kulüpte lisanslı basketbol geçmişi olup, amatör düzeyde devam eden (35) ve basketbolu bırakan/yalnızca hobi olarak devam eden (37) toplam 72 katılımcı oluşmaktadır. Veri toplama araçları olarak, araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik ve basketbol yaşantısına ilişkin bilgi formu, Frost, Martin, Lahart ve Rosenblate (1990) tarafından, bireylerin mükemmeliyetçilik eğilimlerini belirlemek amacıyla geliştirilen Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Diener ve ark. (1985) tarafından yaşam doyum düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeklerin Türkçe güvenirlik geçerlik çalışmaları yapılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 24.0 programı ile Independent Samples T Test ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda basketbolu bırakanlar (Ort.= 94.19, S.S= 18.79) ve amatör düzeyde devam edenlerin (Ort.= 99.66, S.S= 15.99) mükemmeliyetçilik düzeyinde anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır [$t(70)=1,32, p>0,05$]. Yine basketbolu bırakanların (Ort.= 23.68, S.S= 7.11) ve amatör düzeyde devam edenlerin (Ort.= 25.11, S.S= 5.57) yaşam doyum düzeylerinde anlamlı farklılaşma elde edilmemiştir [$t(70)=0,95, p>0,05$]. Cinsiyetin mükemmeliyetçilik ve yaşam doyumunu üzerinde etkisi incelendiğinde ise, mükemmeliyetçilik düzeyinde bir farklılaşma bulunmamasına rağmen [$t(70)=0,02, p>0,05$], yaşam doyum düzeyi basketbolu bırakan kadınlarda, amatör düzeyde devam edenlere kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur [$t(70)=2,72, p=0,01$].

Sonuç: Araştırma bulgularında geçmişte lisanslı basketbol oynayan bireylerin basketbolu bırakmaları ya amatör düzeyde devam etmeleri yaşam doyumunu ve mükemmeliyetçilik düzeylerinde bir farklılık yaratmazken, kadınlarda basketbolu bırakanların yaşam doyum düzeylerinin amatör düzeyde devam edenlere göre anlamlı düzeyde düşük olması, amatör düzeyde spor yapmanın kadınlarda yaşam doyumunu yükselten önemli faktörlerden biri olduğunu düşündürmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spora Katılım, Mükemmeliyetçilik, Yaşam Doyumu.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 1. Oturum

**S32 - Perfectionism and Life Satisfaction Levels of Individuals Who Dropped Basketball /
Play at Amateur Level**

Hazal Ayas, Turgay Biçer

¹Üsküdar Üniversitesi, ²Marmara Üniversitesi

ABSTRACT

Aim: It is thought that athletes are constantly evaluated by themselves, by their teammates and coaches in sport. Therefore they set high standards and higher perfectionism rates than normal population. Besides this who participate regular physical activity expected to have higher levels of life satisfaction than who do not. The aim of the study is to examine perfectionism and life satisfaction levels in those who have played licensed basketball in the past and dropped or continued at the amateur level. **Methods:** The sample of the study consists of a licensed basketball history, a total of 72 participants who continue at the amateur level (35) and dropped basketball / continue as a hobby (37). The data form about socio-demographic and basketball life prepared by the researcher, Multidimensional Perfectionism Scale developed by Frost, Martin, Lahart and Rosenblate (1990) in order to determine the perfectionism tendencies of individuals and The Life Satisfaction Scale developed by Diener et al. (1985) to measure life satisfaction levels was used to collect data. Turkish reliability and validity studies of the scales were performed. The data analyzed with SPSS 24.0 program with Independent T Test. **Results:** As a result of the analysis, those who dropped basketball (M = 94.19, SD = 18.79) and those who continued at the amateur level (M = 99.66, SD = 15.99) did not find a significant difference in perfectionism level ($t(70) = 1.32, p > 0,05$). Besides there was no significant difference in the life satisfaction levels of those who dropped basketball (M = 23.68, SD = 7.11) and those continuing at amateur level (M = 25.11, SD = 5.57) [$t(70) = 0.95, p > 0,05$]. When the effect of gender on perfectionism and life satisfaction was examined, although there was no difference in perfectionism level [$t(70) = 0.02, p > 0,05$], the level of satisfaction with women who left basketball was significantly lower than those who continued at the amateur level. [$t(70) = 2.72, p = 0.01$]. **Conclusions:** According to findings, while individuals who have been playing licensed basketball in the past, dropped basketball or continuing at an amateur level do not make a difference in life satisfaction and perfectionism levels, the fact that the life satisfaction levels of those who dropped basketball in women are significantly lower than those continuing at the amateur level suggests that doing sports at the amateur level is one of the important factors that increase the satisfaction of women in life.

Keywords: Sport Participation, Perfectionism, Life Satisfaction.

Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 3. Oturum

S33 - Psikolojik Sağlık: Espor için bir başlangıç

Yekta Şahin, Emin Can Kısa, Yasemin Gök, Derya Melik

¹Şanlıurfa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü ²Gençlik ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü,
³Bursa Teknik Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Bu araştırma en az bir aylık espor oyuncularının yaş gruplarının, tecrübe sürelerinin ve bireysel/takım spor branş tercihlerine göre farklılaşmasını incelemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Araştırma Ankara'da e-spor federasyonu tarafından tanınan 202 erkek katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Kadın katılımcı olmamasının sebebi araştırmanın gerçekleştirildiği espor kulübünde kadın espor oyuncu bulunmamaktadır. Dünya genelinde espor oyuncularının %65'i erkelerden oluşurken ülkemizde bu oran %95 oranındadır. Çalışmada Sheard Golby ve Wersch tarafından geliştirilen, Altınbaş ve Kuruç tarafından Türkçeye uyarlanan Psikolojik Sağlık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin, 14 maddesi bulunmakta olup, güven, dayanıklılık ve kontrol olmak üzere üç alt boyutu bulunmakta olup katılımcılara mail yoluyla gönderilmiştir. Katılımcılara, espor branşları, yaşları, deneyim süreleri ve haftalık katılım süreleri de sorulmuştur. 18 yaş altında olan katılımcılar için aile izni gerektiğinden 30 ve üzerindeki espor oyuncuları ise reaksiyon süresi düşüğünden dolayı çalışmadan çıkartılmıştır. Birebir oyun oynamayan oyuncular da aynı zamanda aynı zamanda çıkartılmıştır. Veriler SPSS programı ile analiz edilmiş tanımlayıcı istatistik, Anova ve Post Hoc analizleri kullanılmıştır.

Sonuçlar: Araştırmada kullanılan ölçeğin Cronbach alpha değeri 0.78 olarak, alt ölçekler kontrol için 0.74, devamlılık için 0.63, güven için 0.70 olarak bulgulanmıştır. Bu sonuçlar literatürle uyumludur. Araştırma sonuçlarına göre altı aydan az süre espor yapanlar ile 5 yıldan fazla espor yapanlar arasında fark bulunmuştur. Daha ileri analizler için otuz katılımcının altında olan örneklem grupları için de analizler uygulanmış olup gruplar arası farklılıklar bulgulanmıştır. Yaş gruplarına ve espor branşı tercihlerine göre psikolojik dayanıklılık açısından herhangi bir farklılık bulunamamıştır.

Sonuç: Bu araştırma, espor oyuncularının tecrübe süresinin Psikolojik Sağlık Ölçeğindeki farklılıkların olduğunu ortaya çıkartmıştır. Bu araştırma, hem espor literatüründe hem de spor psikolojisinde yeni bir araştırma olarak gerçekleştirilmiştir. Gelecek çalışmalar katılımcıların motivasyonlarına odaklanabilir, mevcut çalışmayı başka çalışmalarla karşılaştırabilir, elit esporculara odaklanabilir, boylamsal ve deneysel çalışmaları nitel ve nicel çalışmalara odaklanabilir.

Anahtar Kelimeler: Espor, Psikolojik Sağlık, Tecrübe.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 3. Oturum

S33 - Mental Toughness: A point for e-Sport

Yekta Şahin, Emin Can Kısa, Yasemin Gök, Derya Melik

¹Şanlıurfa Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü ²Gençlik ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü,
³Bursa Teknik Üniversitesi

ABSTRACT

Aim: This research aimed to examine the mental toughness of esports players who have been playing for at least 1 month or more by age groups, their experiences and preferences of sport branch in terms of individual or team sports.

Method: The study group is consisted of 202 male participants who play e-sport as sport in e-sport clubs, which is regarded by e-sport federation, in Ankara. There is no woman because none of them enrolled espor clubs where study was executed. All around the world %65 participants are male (Takahashi, 2019). In Turkey, male participants are around %95 (Çalışkan, 2019). In this study, The Mental Toughness Questionnaire, which is developed by Sheard, Golby, Van Wersch (2009) was translated into Turkish by Altıntaş and Bayar (2017), was used. The questionnaire, included 14 item and three sub-dimensions called as reliance, continuity and control, were conveyed to participants via e-mail. Participants were asked their esports branch, age, sports experience and weekly participation times. Participants who is under 18 and above 29 are excluded. Under eighteen-aged people need to be family consent and throughout thirties, reaction time decreases and esports players are accepted as retired. Furthermore, participants are excluded who plays except of 1V1 in order to reveal difference between team and individual game players' mental toughness. The data was analyzed by SPSS 25 to report descriptive statistics, ANOVAs, and Post-hoc analysis.

Results: Cronbach alpha (s) are 0.78 for scale, for control subscale 0.74, for continuity subscale 63.3 and for reliance subscale 0.70. Reliability results are consisted with literature. In this research result, there is significant difference between participants who have experiences less than 6 months (N=79) and more than 5 years (N=78) in according to the e-sport experience years of participants in terms of The Mental Toughness. For further analysis were executed to reveal differences between groups below thirty people. Results indicated that there is a significant difference between mental toughness of esports players less than two years and more than 2 years experience. According to the age groups and e-sport branches such as individual or team sports, there is no significant difference found in terms of The Mental Toughness.

Conclusion: This research was revealed that the experience years of the eSport players would be different in terms of their Mental Toughness. This research is one of the novel research for sport literature in terms of Sport Psychology and esports literature in Turkey. Further researches will focus on participants' motives, compare this research with other esports researches, focus on elite sport players, conduct longitudinal and experimental studies with qualitative and quantitative researches.

Keywords: Esport, Mental Toughness, Sport, Experience.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 3. Oturum

S34 - Genç Taekwondo Sporcularında Psikolojik Sağlık ve Şiddet Eğilimi

Tamer Karademir, Cengizhan Pakyardım, Suat Mehmet Paksoy, Mert Karademir
¹Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

ÖZET

Giriş ve Amaç: Bu araştırma genç Taekwondo sporcularının psikolojik sağlık ve şiddet eğilim düzeyleri arasındaki ilişkiyi ve bu ilişkinin ele alınan bazı değişkenlere göre nasıl şekillendiğini incelemek amacı ile gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Araştırma tarama yöntemi ile gerçekleştirilmiş betimsel bir araştırmadır. Araştırmanın çalışma grubunu; 18-23 Ocak 2020 tarihleri arasında Ankara ilinde düzenlenmiş olan Gençler Türkiye Taekwondo Şampiyonası'na katılan sporcular arasından araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen, 15-17 yaş grubunda yer alan 116 kadın, 136 erkek olmak üzere toplam 252 Taekwondo sporcusu oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formunun yanı sıra 12 maddeden oluşan kısa form çalışması Liebenberg ve ark., (2013) tarafından yapılmış olan ve Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Arslan (2015) tarafından gerçekleştirilmiş Psikolojik Sağlık Ölçeği ile Göka ve ark., (1995) tarafından geliştirilen Şiddet Eğilim Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Bu araştırmaya katılan Taekwondo sporcuları 15 ile 17 yaş aralığında olup, %54'ünün erkek, %46'sının kadın olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların sporculuk yıllarına göre dağılımına bakıldığında ise, 176 sporcunun 1-3 yıl, 45 sporcunun 4-6 yıl, 31 sporcunun ise 7 ve üzeri yıldır Taekwondo sporu yaptığı anlaşılmıştır. Araştırma grubunun cinsiyet ve spor yaşı değişkenlerine göre; psikolojik sağlık ve şiddet eğilim düzeylerinde farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Sonuçlar: Genç Taekwondo sporcuları üzerinde yürütülmüş olan bu araştırmanın sonuçları; Taekwondo sporcularının psikolojik sağlık ve şiddet eğilim düzeyleri arasında negatif ve doğrusal yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Ayrıca, cinsiyet değişkenine göre yapılan analiz sonucunda; psikolojik sağlık ve şiddet eğilim düzeylerinde kadın sporcular lehine anlamlı farklılaşmalar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Spor yaşı değişkenine göre yapılan analiz sonucunda ise psikolojik sağlık ve şiddet eğilim düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Sağlık, Şiddet Eğilimi, Taekwondo.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 3. Oturum

S34 - Psychological Resilience and Violence Tendency in Young Taekwondo Athletes

Tamer Karademir, Cengizhan Pakyardım, Suat Mehmet Paksoy, Mert Karademir
¹Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

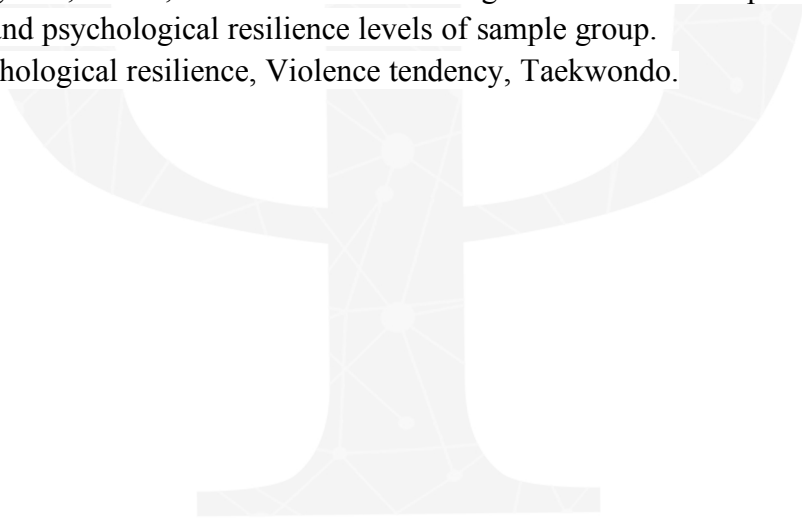
ABSTRACT

Aim: This research was conducted to examine the psychological resilience and violence tendency levels of Young Taekwondo Athletes.

Methods: In total, 252 volunteer Taekwondo athletes participated in this study. The data were collected through the violence tendency scale and the psychological resilience scale form.

Results: According to the results, it was observed differences in the psychological resilience and violence tendency levels of athletes concerning the gender and the sports experience variables. It was concluded that the violence tendency levels of the female athletes were lower compared to male athletes; the psychological resilience levels of the female athletes were higher compared to the male athletes, and the psychological resilience and violence tendency levels of athletes were observed that statistical differences according to the sports experience variable. Additionally, it was concluded that there was a negative, linear, and moderate-level significant relationship between the violence tendency levels and psychological resilience levels of sample group.

Keywords: Psychological resilience, Violence tendency, Taekwondo.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 3. Oturum

S35 - Zihinsel Dayanıklılığın; Sürekli Kaygı, Azim (Sebat) ve Duygusal Zekâ ile İlişkisinin İncelenmesi

Enes Özdemir, Doğancaan Açıkbaş, Nazmi Bayköse
¹Akdeniz Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı sporcuların zihinsel dayanıklılıklarının belirleyicisi olarak duygusal zekâ, sürekli kaygı, azim (sebat) değişkenlerinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Sporcuların zihinsel dayanıklılığı ile yapılan araştırmalar olsa da bu değişkenlerin bir arada kullanıldığı bir çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışmanın mevcut literatüre katkı sağlayacağı ve benzer alanda çalışan araştırmacılara fikir vereceği düşünülmektedir.

Yöntem: Araştırmaya farklı spor branşlarında spor yapmakta olan toplam 239 sporcu katılmıştır. Bu çalışmada veri toplamak için Zihinsel Dayanıklılık İndeksi (Bayköse & Kuruç, 2018), Duygusal Zekâ Envanteri (Adiloğulları & Görgülü, 2015), Kısa Azim Ölçeği (Sarıçam, Çelik & Oğuz, 2016), Durumluk- Sürekli Kaygı Envanteri (Öner & Le Compte, 1983) ve demografik form kullanılmıştır. Toplanan veriler çoklu doğrusal regresyon analizi ile incelenmiştir.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda Zihinsel dayanıklılığın sürekli kaygı ($\beta = -.124, p < .05$) ve azim (sebat) ($\beta = .197, p < .05$) değişkenleri tarafından anlamlı düzeyde yordandığı bulunmuştur. Aynı zamanda modele duygusal zekâ envanterinin alt boyutları olan; kendi duygularını değerlendirme ($\beta = .191, p < .05$), duyguları düzenleme ($\beta = .170, p < .05$) ve duyguların kullanımı ($\beta = .337, p < .05$) değişkenleri de girmiştir. Duygusal zekanın diğer alt boyutları olan başkalarının duygularını değerlendirme ($\beta = -.116, p > .05$) ve sosyal beceri ($\beta = .048, p > .05$) alt boyutları modele girmemiştir. Model toplam varyansın %42'sini ($R^2 = .42$) açıklamaktadır.

Sonuç: Elde edilen bulgular dahilinde zihinsel dayanıklılığın bir belirleyicisi olarak sürekli kaygı, kısa azim, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme ve duyguların kullanımının gösterilebileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Zihinsel Dayanıklılık, Duygusal Zekâ, Sürekli Kaygı, Azim, Sebat.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 3. Oturum

S35 - Examining the Relationship of Mental Toughness with Trait Anxiety, Perseverance and Emotional Intelligence

Enes Özdemir, Doğançan Açıkbaş, Nazmi Bayköse
¹Akdeniz Üniversitesi

ABSTRACT

Aim: This research was carried out to investigate the variables of emotional intelligence, trait anxiety, and perseverance as determinants of the mental toughness of athletes. Although there are studies on the mental toughness of athletes, there is no study in which these variables are used together. It is thought that this study will contribute to the current literature and will give an idea to researchers working in a similar field.

Methods: A total of 239 athletes doing sports in different sports branches participated in the study. In order to collect data in this study, Mental Toughness Index (Bayköse & Koruç, 2018), Emotional Intelligence Inventory (Adiloğulları & Görgülü, 2015), Short Grit Scale (Sarıçam, Çelik & Oğuz, 2016), State- Trait Anxiety Inventory (Öner & Le Compte, 1983) and demographic form was used. Collected data were used in multiple linear regression analysis.

Results: As a result of the analysis, it was found that mental toughness was significantly predicted by trait anxiety ($\beta = -.124, p < .05$) and perseverance ($\beta = .197, p < .05$) variables. At the same time, the sub-dimensions of the emotional intelligence inventory; variables of appraisal of own emotions ($\beta = .191, p < .05$), emotion regulation ($\beta = .170, p < .05$) and use of emotions were also included ($\beta = .337, p < .05$). Other sub-dimensions of emotional intelligence, appraisal of others emotions. ($\beta = -.116, p > .05$) and social skills ($\beta = .048, p > .05$) sub-dimensions were not included in the model. The model explains 42% of the total variance ($R^2 = .42$).

Conclusions: As a result, it can be said that trait anxiety, perseverance, appraisal of own emotions, emotional regulation and use of emotions can be shown as a determinant of mental toughness.

Keywords: Mental Toughness, Emotional Intelligence, Trait Anxiety, Perseverance.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 3. Oturum

S36 - Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Zihinsel Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi

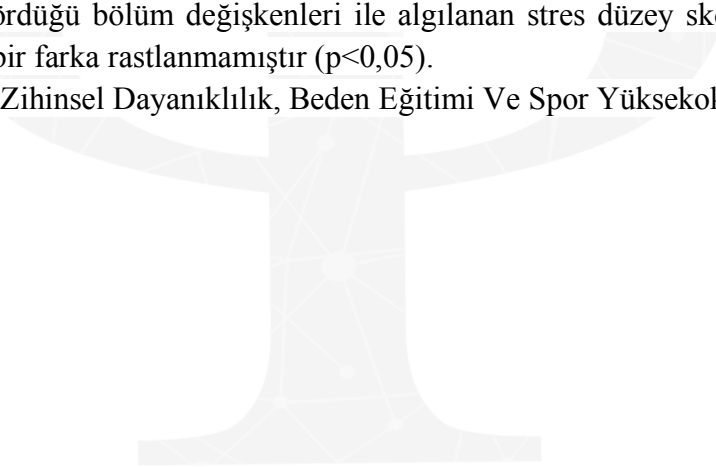
Serkan AYDIN, İlker ÖZMUTLU

¹Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

ÖZET

Bu araştırmada beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören 71 erkek, 25 kadın olmak üzere toplamda 96 besyo öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Araştırmanın modeli ilişkisel tarama modelidir. Besyo öğrencilerinin zihinsel dayanıklılık düzeylerini belirlemek için “Kişisel Bilgi Formu” ve Altıntaş (2015) tarafından geliştirilen üç alt boyutlu “Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri” kullanılmıştır. Ölçeğin tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) 0,64 olarak bulunmuştur. İstatistiksel yöntemde verilere uygun olarak Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. Yapılan istatistiksel değerlendirmede Katılımcıların lisanslı olarak spor yapmış olma değişkenine göre ölçeğin kontrol alt boyut ve toplam zihinsel dayanıklılık skorlarında ise lisanslı öğrenciler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur ($p > 0,05$). Katılımcıların cinsiyet, yaş, spor branşı ve öğrenim gördüğü bölüm değişkenleri ile algılanan stres düzey skorları arasında tüm alt boyutları ile anlamlı bir farka rastlanmamıştır ($p < 0,05$).

Anahtar Kelimeler: Zihinsel Dayanıklılık, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencileri.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 3. Oturum

S36 - Examining the Mental Toughness Levels of the School of Physical Education and Sports Students

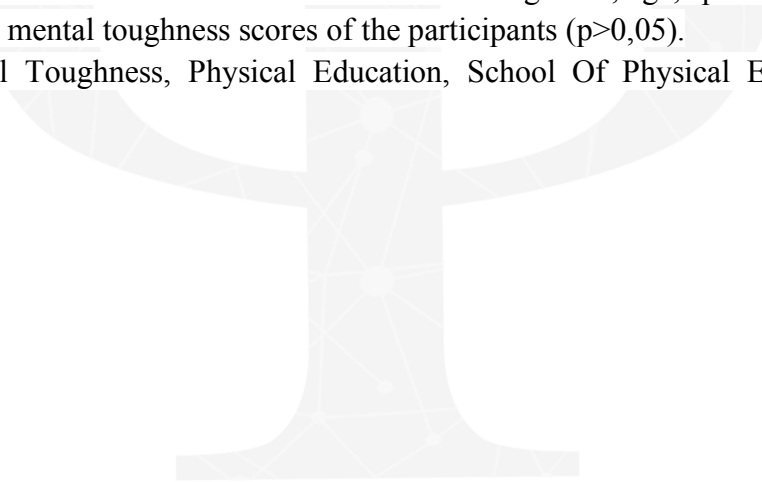
Serkan AYDIN, İlker ÖZMUTLU

¹Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

ABSTRACT

In this study, it was aimed to examine the mental toughness levels of students studying in school of physical education and sports according to various variables. The research was conducted on 96 besyo students, 71 male and 25 female, who are studying at Tekirdağ Namık Kemal University School of Physical Education and Sports. The study was designed according to relational screening method. As a data collection tool demographical features form and Mental Toughness Scale which was developed by Altıntaş (2015) were used. The scale has 3 sub-dimensions. The scale's cronbach's alpha index was calculated as 0.64. In the statistical method, Mann-Whitney U test was applied in accordance with the data. Significance level was accepted as $p < 0.05$. There were significant differences in terms of the to be a athlete licensed participants variable of the participants in the control sub-dimensional and total mental toughness score of the scale in favor of licensed athletes participants, ($p < 0,05$). There were no significant differences in terms of the variables of gender, age, sport branch, department of education between mental toughness scores of the participants ($p > 0,05$).

Keywords: Mental Toughness, Physical Education, School Of Physical Education And Sports Students.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 9. Oturum

S37 - Sporcu Öğrenci Kariyer Farkındalığı Envanteri Türkçe Versiyonunun Psikometrik Özellikleri

Elif Bozyiğit, Sonnur Küçük Kılıç, Erman Öncü, Bülent Gürbüz

¹Pamukkale Üniversitesi, ²Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, ³Trabzon Üniversitesi, ⁴Ankara Üniversitesi

ÖZET

Sporcu Öğrenci Kariyer Farkındalığı Envanteri (SÖKFE) Türkçe versiyonunun psikometrik özelliklerinin incelendiği bu çalışmaya; Türkiye’de farklı üniversitelerde öğrenim gören, yaş ortalamaları 20.81 ± 2.29 olan 285 (97 kadın, 188 erkek) sporcu-öğrenci katılmıştır. Sandstedt ve ark. (2004) tarafından geliştirilen SÖKFE, 30 madde ve beş faktörden oluşmakta ve tüm maddeler 5’li Likert tipinde puanlanmaktadır. Envanterin faktör yapısını test etmek amacıyla açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi, faktörler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla da Pearson korelasyon testi kullanılmıştır. Envanterin güvenilirliği için ise faktörlere ait Cronbach Alpha içsel tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlar, Türkçeye uyarlanmış envanterin 15 madde ve dört faktörden (Kariyer Gelişim Öz-Yeterliği, Kariyer Gelişim Engelleri, Sporcu Kimliği, Sportif Kolaylaştırıcılar) oluştuğunu göstermiştir. Envanterin geçerliğine kanıt sağlamak amacıyla yapılan korelasyon analizi sonuçları, T-SÖKFE faktörleri arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğuna işaret etmektedir. Ayrıca, elde edilen güvenilirlik katsayısı değerleri de envanterin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Elde edilen sonuçlar, envanterin beş faktörlü yapısını Türkçe versiyon için doğrulamamakla birlikte, envanterin orijinal (Sandstedt ve ark., 2004) ve revize edilmiş (Cox ve ark., 2009) versiyonları için elde edilen bazı sonuçlarla paralellik göstermektedir. Görece kısa bir ölçme aracı olan T-SÖKFE, eğitim yaşantıları boyunca sporcu-öğrencilerin kariyer farkındalıklarının nasıl değiştiğinin belirlenmesi gibi konularda araştırmacılara olanak sağlayacaktır. Araştırmadan elde edilen bulgular, Türk üniversitelerinde öğrenim gören sporcu-öğrencilerin kariyer farkındalıklarının değerlendirilmesi için bir ölçme aracı olarak T- SÖKFE’nin uygulanabilirliğine başlangıç desteği sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sporcu Öğrenci, Kariyer Gelişimi, Geçerlik, Güvenirlik.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 9. Oturum

S37 - Psychometric Properties of the Turkish version of the Student-Athlete Career Situation Inventory

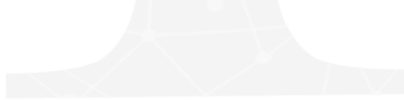
Elif Bozyiğit, Sonnur Küçük Kılıç, Erman Öncü, Bülent Gürbüz

¹Pamukkale Üniversitesi, ²Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, ³Trabzon Üniversitesi, ⁴Ankara Üniversitesi

ABSTRACT

The current study analyzed the psychometric properties of the Turkish version of the Student-Athlete Career Situation Inventory (T-SACSI). The sample consisted of 285 college-age student-athletes (97 women, 188 men) from different universities in Turkey with a mean age of 20.81 years (SD = 2.29). The SACSI (Sandstedt et al., 2004) consists of 30 items, with five factors and all items were measured and sorted using a five-point Likert scale. Exploratory and confirmatory factor analyzes were used to test the factor structure. Pearson's product-moment coefficients were used to assess the correlations between the SACSI factors. Cronbach's Alphas were calculated for the factors in order to evaluate their internal consistency. The findings demonstrated that this inventory yielded 15 items and four factors (Career Development Self-efficacy, Barriers to Career Development, Sport Identity, and Sport Facilitates) in the Turkish version. The results of the correlation analysis between the T-SACSI factors indicated significant and positive relationships. We also found acceptable values of the Alpha coefficient, which confirms the T-SACSI as a reliable instrument. Although the results did not confirm the 5-factor internal structure of the Turkish version of the SACSI, our results were similar to those found for the original version (Sandstedt et al., 2004) and revised version (Cox et al., 2009) of the inventory. The T-SACSI is a relatively short measurement tool that allows researchers to determine how the career development situation of athletes-students changed during the educational lives. The present findings provide preliminary support for the utility of the T-SACSI as a measure for assessing career development situation in college-age Turkish student-athletes.

Keywords: Student-Athlete, Career Development, Validity, Realibility.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 9. Oturum

S38 - Akademik Erteleme, Başarı Yönelimi, Akademik Öz-Yeterlik ve Kontrol Odağı İlişkisi: Beden Eğitimi Öğretmeni Adayları Örneği

Sonnur KÜÇÜK KILIC, Erman ÖNCÜ

¹Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, ²Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

ÖZET

Amaç: Eğitim hayatının her kademesinde ortaya çıkabilecek erteleme davranışının akademik başarı üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu ve özellikle üniversite öğreniminde birçok faktörün öğrencileri ertelemeye yönlendirdiği düşünülmektedir. Gelecekte eğitim hayatının merkezinde yer alacak öğretmen adaylarının akademik erteleme davranışlarının düzeyi ve ilişkili olduğu değişkenlerin belirlenmesi önemli görülmektedir. Buradan hareketle bu araştırmanın amacı, beden eğitimi öğretmeni adaylarının akademik erteleme davranışını bazı değişkenlere göre incelemek; akademik erteleme ile başarı yönelimi, akademik öz-yeterlik ve akademik kontrol odağı algısı arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

Yöntem: İlişkisel tarama modelinde tasarlanan araştırmanın çalışma grubunu, 147 (56 kadın, 91 erkek) beden eğitimi ve spor öğretmeni adayı oluşturmuştur. Katılımcıların yaş ortalamaları 21.64 ± 3.27 'dir. 'Akademik Erteleme Ölçeği (AEÖ)', '2x2 Başarı Yönelimi Ölçeği (BYÖ)', 'Akademik Öz-yeterlik Ölçeği (AÖYÖ)' ve 'Akademik Kontrol Odağı Ölçeği (AKOÖ)' araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Veriler; betimsel istatistik yöntemler, t-testi ve Pearson Correlation testleri kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen bulgulara göre katılımcıların akademik erteleme davranışları düşük düzeydedir. Öğretmen adaylarının akademik erteleme davranışları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmazken, akademik başarıları ile akademik erteleme davranışları arasında negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Akademik erteleme ve öğrenme-yaklaşma ile öğrenme-kaçınma başarı yönelimi arasında negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Ayrıca dışsal akademik kontrol odağı ile akademik erteleme arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Son olarak akademik öz-yeterlik ile akademik erteleme arasında ise negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Sonuç: Araştırmada, cinsiyetin akademik erteleme davranışı üzerinde etkili olmadığı belirlenmiştir. Akademik başarı ve akademik öz-yeterlik ile bilgiyi içselleştirme ve bilginin hâkimiyetini kazanmaya çalışma durumu arttıkça akademik erteleme davranışının azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca akademik anlamda dışsal kontrol odaklı olan bireylerin daha çok akademik erteleme davranışında buldukları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Akademik Erteleme, Başarı Yönelimi, Öz-Yeterlik, Kontrol Odağı, Beden Eğitimi Öğretmeni Adayı.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 9. Oturum

S38 - The Relationship Between Academic Procrastination, Achievement Orientation, Academic Self-Efficacy and Locus of Control: The Example of Pre-Service Physical Education Teacher

Sonnur KÜÇÜK KILIÇ, Erman ÖNCÜ

¹Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, ²Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

ABSTRACT

Aim: It is thought that procrastination behavior that may occur in all levels of education has a significant effect on academic achievement and many factors lead students to delay, especially in university education. In this context, the aim of this study was to investigate the academic procrastination behavior of physical education pre-service teachers who will be at the center of future education according to some variables and to determine the relationship between achievement orientation, academic self-efficacy and academic locus of control. **Methods:** The research was designed in relational survey model. A sample of 147 (56 female and 91 male) physical education pre-service teachers provided responses. The mean age of the participants was 21.64±3.27. ‘Academic Procrastination Scale’, ‘2x2 Achievement Goal Orientations Scale’, ‘Academic Self-Efficacy Scale’ and ‘Academic Locus of Control Scale’ were used as the data collection tools. Descriptive statistical methods, t-test and correlation analyses were used in the data analysis. **Results:** Academic procrastination behaviors of participants were at low level. While the academic procrastination behaviors did not differ significantly according to gender; a significant negative correlation was found between academic achievement and academic procrastination behaviors. There were a negative and low significant relationships between academic procrastination with learning-approach and learning-avoidance achievement orientation. In addition, there was a positive and middle significant relationship between external academic locus of control and academic procrastination. Finally, a significant negative and middle correlation was found between academic self-efficacy and academic procrastination. **Conclusions:** In the study, it was determined that gender did not affect academic procrastination behavior. It had been concluded that the academic procrastination behavior decreased as the level of internalization of knowledge, attempting to gain dominance of knowledge, academic self-efficacy and success increased. In addition, individuals who had an external locus of control had more academic procrastination behavior.

Keywords: Academic Procrastination, Achievement Orientation, Self-Efficacy, Locus Of Control, Pre-Service Physical Education Teacher.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 9. Oturum

S39 - Elit Sporcuların Duygusal Zeka, Öz-Yeterlik ve Öz Güven Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Serhat Çetin, İlhan Adiloğulları

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Araştırma elit sporcuların duygusal zeka, öz-yeterlik ve öz güven düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamaktadır. Araştırma evrenini futbol, basketbol, voleybol branşlarındaki 310 erkek 139 kadın olmak üzere toplamda 449 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini rastgele (random) yöntem ile seçilen 150 basketbolcu, 150 voleybolcu ve 149 futbolcu oluşturmaktadır. Araştırma verilerinin toplanmasında Adiloğulları ve Görgülü (2014) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan 18 maddeli “Sporda Duygusal Zeka Envanteri” anketi, Akın (2007) tarafından geliştirilen 2 alt boyut 33 maddelik Özgüven Ölçeği ve Aypay (2010) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan 10 maddelik Genel Öz-Yeterlik Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen tüm verilerin betimleyici istatistikleri SPSS22.0 programı kullanılarak, frekans, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. T- testi, ilişki (kolerasyon) ve ANOVA testleri uygulanmıştır. Araştırma sonucuna göre; çalışmaya katılan sporcuların cinsiyet değişkenine göre yapılan analizlerine bakıldığında, Duygusal Zeka Envanteri genel puan ortalaması, Başkalarının Duygularını Düzenleme alt boyutu, Sosyal Beceriler alt boyutu ve Duyguları Kullanımı alt boyutlarında kadın sporcuların puan ortalamaları, erkek sporcuların puan ortalamalarından daha yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Çalışmaya katılan sporcuların Duygusal Zeka Genel Puan ortalamaları, futbolcularda 3,64, voleybolcularda 3,79 ve basketbolcularda 3,82 bulunmuştur. ($p<0,05$) Çalışmaya katılan sporcuların öz-yeterlik puan ortalamalarının cinsiyet ve eğitim seviyesi değişkenlerine göre farklılaşmadığı görülmektedir. Çalışmaya katılan sporcuların cinsiyet değişkenine göre Özgüven Ölçeği alt boyutu olan Dış Özgüven puan ortalamalarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur($p<0,05$). Kadın sporcuların Dış Özgüven puan ortalamaları, erkek sporculara göre daha yüksek bulunmuştur. Çalışmaya katılan sporcuların branş değişkenine göre Dış Özgüven alt boyutu ve Özgüven Ölçeği puan ortalamalarında basketbol ve voleybolcuların puan ortalamaları, futbolculara göre daha yüksek çıkmıştır ($p<0,05$). Sporcuların öz-yeterlik ile duygusal zeka düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır ($r=0,22$, $p<0,00$). Çalışmaya katılan sporcuların öz-yeterlik ile öz güven düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır($r=0,52$, $p<0,00$).

Anahtar Kelimeler: Sporcu, Duygusal Zeka, Öz-yeterlik, Öz güven.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 9. Oturum

S39 - An Investigation of the Relationship Between Emotional Intelligence, Self -Efficacy and Self Confidence Elite Athletes.

Serhat Çetin, İlhan Adiloğulları

¹Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the relationship between emotional intelligence, self-efficacy and self confidence in elite athletes. The population of the research was composed of 449 athletes (310 male and 139 female) who were playing soccer, basketball, and volleyball. As a sample of the study, there were 150 basketball players, 150 volleyball players and 149 soccer players who were randomly selected. To collect data, Emotional Intelligence Inventory in Sport 18 item which adapted to Turkish language by Adilogullari ve Gorgulu (2014) and General Self Sufficiency Scale which was developed by Akın (2007) were used. Data were analyzed by SPSS 22.0 Statistical Package Program for Windows. Descriptive statistics, frequency, mean and standard deviation values were calculated. T-test, correlation and ANOVA tests were applied. According to results of the study; female athletes had higher scores ($p<0,05$) than the male athletes in terms of emotional intelligence in sport, regulating the emotion of others sub-dimension, social skills sub-dimension and using emotions sub-dimension. Regarding the scores of emotional intelligence in sport soccer players had 3,64, volleyball players had 3,79 and basketball players had 3,82 respectively. Considering the educational status of the athletes, emotional intelligence in sport scores of the athletes who had bachelor's degree were found to be statistically higher than the athletes who had high school degree ($p<0,05$). Moreover, there were no differences in terms of self-sufficiency scores on gender and educational status variables. Besides, it was found that according to gender variable there was a statistically significant difference on external self-confidence which was the sub-dimension of self-confidence scale($p<0,05$). In addition to that, female athletes had higher external self-confidence scores than the male athletes. According to sports branch variable, basketball and volleyball player had higher external self-confidence sub-dimension and self-confidence scores than the soccer players ($p<0,05$). Furthermore, there were no positive statistically significant relationship between self-efficacy and emotional intelligence ($r=0,22$, $p<0,00$). Finally, there were statistically significant positive relationship between self-efficacy and self-confidence levels of the participants ($r=0,52$, $p<0,00$).

Keywords: Athlete, Emotional Intelligence, Self-Efficacy, Self-Confidence.

Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 9. Oturum

S40 - Pandemi Sürecinde Öğretmenlerin Sabır ve Yardımseverlik Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Mahmut ULUKAN

¹Kütahya Dumlupınar Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı; evdekal çağrısı ile uzaktan eğitim veren öğretmenlerin sabır ile yardımseverlik düzeylerinin belirlenerek iki değişken arasındaki ilişkiyi farklı değişkenler açısından incelemektir.

Yöntem: Bu çalışma ilişkisel tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Örneklem grubunu 2019-2020 bahar döneminde Akdeniz, Ege ve Marmara bölgelerinde uzaktan eğitim veren 315 öğretmen oluşturmuştur. Araştırmanın verileri çevrim-içi anket yöntemiyle toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak, Schnitker Sarah (2012) tarafından geliştirilmiş, Doğan ve Gülmez (2014) tarafından Türkçe uyarlama çalışması yapılmış olan Sabır Ölçeği ile Demirci (2017) tarafından geliştirilen, “Yardımseverlik Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin normal dağılımı çarpıklık ve basıklık testiyle belirlenmiş, normal dağılım göstermeleri nedeniyle parametrik testler uygulanmıştır. Öğretmenlerin sabır ve yardımseverlik düzeylerini belirlemek için tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmıştır. Ayrıca öğretmenlerin sabır ile yardımseverlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir. **Bulgular:** Yapılan analiz sonucu elde edilen bulgulara göre; öğretmenlerin yardımseverlik ve sabır düzeylerinin orta seviyenin üzerinde olduğu belirlenmiştir. Öğretmenlerin yardımseverlik ($t=2.960$; $p=.003$) ve sabır ($t=2.285$; $p=.023$) düzeylerinin cinsiyete göre yapılan karşılaştırmada kadınların lehine anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yaşa göre yapılan karşılaştırmada öğretmenlerin yardımseverlik düzeyleri ile yaş arasında anlamlı farklılık olmadığı gözlenirken ($F=.648$; $p=.629$), sabır ile yaş arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($F=3.201$; $p=.013$). Öğretmenlerin yardımseverlik ($t=-.133$; $p=.894$) ve sabır düzeyleri ile düzenli spor yapma değişkeni arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($t=1.369$; $p=.172$). Öğretmenlerin meslekteki çalışma süreleri ile yardımseverlik ($t=.145$; $p=.933$) ve sabır ($t=1.435$; $p=.233$) düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir. Öğretmenlerin eğitim verdiği bölgeler ile yardımseverlik ($t=1.553$; $p=.213$) ve sabır ($t=2.316$; $p=.100$) arasında yapılan karşılaştırma da anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Öğretmenlerin sosyal aktivitelere katılma durumları ile yardımseverlik ve sabır arasında yapılan karşılaştırmada, yardımseverlik ile sosyal aktivitelere katılma arasında anlamlı fark olmadığı belirlenirken ($t=1.582$; $p=.115$), sabır ile sosyal aktivitelere katılma arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($t=3.483$; $p=.001$).

Sonuç: Sonuç olarak öğretmenlerin sabır düzeyleri ile yardımseverlik düzeyleri arasında orta seviyede pozitif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir. Öğretmenlerin sabır düzeyleri arttıkça yardımseverlik düzeyleri de artmaktadır ya da yardımseverlik düzeyleri arttıkça sabır düzeyleri de artmaktadır. Ayrıca sabrın yardımseverliğin bir yordayıcısı olduğu da söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Öğretmen, Sabır, Yardımseverlik.

Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 9. Oturum

S40 - Examining the Patience and Benevolence Levels of Teachers in the Period of Pandemic in Terms of Some Variables

Mahmut ULUKAN

¹Kütahya Dumlupınar Üniversitesi

ABSTRACT

Aim: The purpose of this research; The aim is to examine the relationship between the two variables in terms of different variables by determining the patience and benevolence levels of the distance education teachers with the home call.

Methods: This study is a descriptive research in relational survey model. The sample group consisted of 315 teachers who teach distance education in the Mediterranean, Aegean, and Marmara regions in the spring term of 2019-2020. As data collection tools, Sabır Scale, developed by Schnitker Sarah (2012) and adapted to Turkish by Doğan and Gülmez (2014), and the "Benevolence Scale" developed by Demirci (2017) were used. The normal distribution of the data was determined by the skewness and kurtosis test, and parametric tests were applied because of their normal distribution. Descriptive statistics were used to determine the patience and helpfulness levels of teachers. Also, the Pearson Correlation analysis was used to determine the relationship between teachers' patience and helpfulness levels. The significance level was determined as .05.

Results: According to the findings obtained as a result of the analysis made; It was determined that teachers' benevolence and patience levels were above the middle level. In the comparison of the teachers' benevolence and patience levels according to gender, a significant difference was found in favor of women. In the comparison made by age, it was observed that there was no significant difference between the benevolence levels of teachers and age, while a significant difference was observed between patience and age. It was found that there was no significant difference in the comparison between the benevolence and patience levels of the teachers and the regular exercise variable. It was observed that there was no significant difference between the length of time the teachers worked in the profession and their benevolence and patience levels. In the comparison between the regions where teachers teach and benevolence and patience, there is no significant difference. In the comparison between teachers' participation in social activities and benevolence and patience, it was determined that there was no significant difference between benevolence and participation in social activities, while a significant difference was found between patience and participation in social activities.

Conclusions: As a result, it has been determined that there is a moderate positive relationship between teachers' patience levels and helpfulness levels. In other words, as the patience levels of teachers increase, their benevolence levels increase, or as their benevolence levels increase, their patience levels also increase. It can also be said that patience is a predictor of helpfulness.

Keywords: Teacher, patience, benevolence.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 9. Oturum

S41 - Elit Sporcularda Narsisizm ve Yeme Bozukluğu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Nimet Haşıl Korkmaz, İnci Ece Öztürk, Meltem Hastürk, Gamze Akbaş, Selen Uğur
¹Bursa Uludağ Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Yeme bozukluklarının sporcu popülasyonundaki artışı dikkat çekmektedir. Yemek yeme dürtüsü ile ilgili bozukluklar, vücut ağırlığı takıntısı, vücudun şekliyle ilgili olumsuz düşünceler ve beraberinde gelen duygu durum bozukluklarının görüldüğü bu rahatsızlık, yeme davranışının ciddi olarak bozulduğu psikiyatrik bozukluklardır. Narsistik kişilik bozukluğu ise üstünlük duygusu, empati yapamama ve beğenilme gereksiniminin görüldüğü sürekli bir örüntü olarak tanımlanmaktadır. Narsisizm seviyesi yüksek olan sporcularda sınırsız güç, başarı ve güzellik isteği, eşi bulunmaz olduğuna inanç ve beğenilme arzusu gibi narsistik özelliklerin yeme alışkanlıkları ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Bu nedenle, bu çalışmanın amacı elit sporcularda narsisizme eğilim ve yeme bozukluklarına eğilim arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmanın katılımcılarını farklı branşlardan yaşları 14-36 arasında değişen, 103 erkek ve 129 kadın toplam 232 elit sporcu oluşturmaktadır. Veri toplama araçları olarak; Ames vd. (2006) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlilik-güvenirlik çalışması Atay tarafından 2009 yılında yapılan Narsistik Kişilik Envanteri ve Garner ve Garfinkel (1979) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlilik-güvenirlik çalışması ise Savaşır ve Erol (1989) tarafından yapılan Yeme Tutum Testi kullanılmıştır. Normallik Kolmogorov-Smirnov testi ile sınanmış olup verilerin analizinde Spearman Korelasyon Analizi ve Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Çalışmada anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda elit sporcularda yeme bozukluğu puanları ile narsisizm puanları arasındaki çok zayıf pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur ($p < .05$). Narsistik Kişilik Envanteri alt boyutlarından teşhircilik alt boyutu ile yeme bozukluklarına eğilim arasında çok zayıf pozitif yönde bir ilişki bulunmuş olup ($p < .05$), diğer alt boyutlar ve yeme bozukluklarına eğilim arasında anlamlı korelasyon yoktur ($p > .05$). Elit sporcularda narsisizme eğilim puanları ve yeme bozukluklarına eğilim puanları cinsiyetlere göre farklılık göstermemektedir ($p > .05$).

Sonuç: Bulgulara göre Narsistik Kişilik Envanteri alt boyutlarından teşhircilik ve yeme bozukluklarına eğilim değişkenlerinin arasında pozitif yönde ilişki bulunmuş olup, bu değişkenlerin birlikte artış gösterdikleri tespit edilmiştir. Bununla birlikte aradaki ilişkinin gücü çok zayıftır. Sporcuların performansları için beslenme konusunda bilgilendirilmeleri ve eğitim almaları sağlanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Narsisizm, Yeme Bozuklukları, Spor, Sporcu.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 26 Eylül 2020 Cumartesi, 9. Oturum

S41 - Investigation of the Relationship between Narcissism and Eating Disorders in Elite Athletes

Nimet Haşıl Korkmaz, İnci Ece Öztürk, Meltem Hastürk, Gamze Akbaş, Selen Uğur
¹Bursa Uludağ Üniversitesi

ABSTRACT

Aim: Eating disorders increasing, in the athlete population were remarkable. Disorders concerning eating instincts, body weight obsession, and negative thoughts about body shape and accompanying affective disorders are psychiatric disorders in which eating behavior is seriously affected. Narcissistic personality disorder is defined as a continuous pattern in which includes superiority complex, inability to empathize, and the need to be approved. It was thought that; some narcissistic characteristic such as unlimited power, success and beauty desire, belief to be unique and desire to be approved may be related to the eating habits in high narcissistic level athletes. Therefore, the aim of this study was to examine the relationship between the tendency to narcissism and eating disorders in elite athletes. **Methods:** Participants of the study were 103 men and 129 women with 14-36 ages in total of 232 elite athletes who come from different branches. Turkish validity-reliability study done by Atay in 2009, Narcissistic Personality Inventory which was developed by Ames al. (2006) and Turkish validity-reliability study done by Savaşır and Erol (1989) Eating Attitude Test developed by Garner and Garfinkel (1979) were used as data collection tools. Normality was tested with the Kolmogorov-Smirnov test, and Spearman Correlation Analysis and Mann Whitney U Test were used in the analysis of the data. The level of significance in the study was accepted as $p < .05$. **Results:** As a result of the analysis, a very weak positive relationship was found between eating disorder scores and narcissism scores in elite athletes ($p < .05$). A very weak positive correlation was found between the exhibitionism sub-dimension of the Narcissistic Personality Inventory and the disposition towards eating disorders ($p < .05$); there was no significant correlation between the other sub-dimensions and eating disorders tendency ($p > .05$). In elite athletes, narcissism tendency scores and eating disorders tendency scores do not differ up to gender ($p > .05$). **Conclusions:** According to the results, The Narcissistic Personality Inventory subscale 'exhibitionism' and tendancy to eating disorder have a positive relationship. Although they are increasing together the relationship between them is very weak. The athletes should be informed and educated about the relation on their performance and nutrition habits.

Keywords: Narcissism, Eating Disorders, Sport, Athlete.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S42 - Profesyonel Futbolcularda Bağımlılıkla ilişkili *DRD2* rs1800497 Polimorfizmlerinin Dağılımı

Gözdem Karapınar, Canan Sercan, Tolga Polat, Başak Funda Eken, Beste Tacal, Korkut Ulucan

¹Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı

²Pamukkale Üniversitesi Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı

³Marmara Üniversitesi Tıbbi Genetik Anabilim Dalı

ÖZET

Amaç: Atletik performanstaki başarının, genetik özellikler yanında beslenme, psikolojik faktörler ve antrenman gibi birçok çevresel faktör ile ilişkili olduğu bilinmektedir. Genetik varyantların atletik performans üzerindeki etkisi literatürde büyük bir araştırma konusudur. Genler tarafından, atletik performansın gerçekleşmesine sebep olan kas çeşidinin, kardiyovasküler kapasitenin, antrenman direncinin ve sporcu psikolojisine kadar birçok faktör kontrol edilmektedir. Yapılan çalışmalar sayesinde, genetik varyasyonların sporcunun atletik performansı üzerindeki etkilerini ortaya çıkarmıştır.

Yöntem: Çalışmamızda 16 profesyonel futbolcu yer almıştır. Onam formları imzalatılarak kan örnekleri toplanmış, bu örneklerden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) ticari kiti ile gerçekleştirilmiştir. *DRD2* genotiplemesinin gerçekleştirilmesi için gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (qPCR) protokolü kullanılmıştır.

Bulgular: *DRD2* analizinde 16 profesyonel futbolcunun 4'ü (%25) AG, 1'i (%6) AA, 11'i (%69) GG genotipinde yer aldığı belirlenmiştir. Allel dağılımlarına göre, A Allelinin %18,75 oranında, G Allelinin ise %81,25 oranında olduğu gözlemlenmiştir.

Sonuç: Çalışma kohortumuz incelendiğinde *DRD2* polimorfizminde GG genotipi ve G Allelinin baskın olduğu gözlemlenmiştir. Sporcu olma hedefi olan kişilerin branş belirlenmesi ve branş içindeki yönlendirmelerinde *DRD2* genlerinde bulunan polimorfizmlerinin etkin rol oynadığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelime: Genetik, Spor Genetiği, Polimorfizm, *DRD2*, Futbol.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S42 - Distribution of *DRD2* Rs1800497 Polymorphisms Associated with Addiction in Professional Footballers

Gözdem Karapınar, Canan Sercan, Tolga Polat, Başak Funda Eken, Beste Tacal, Korkut Ulucan

¹Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı

²Pamukkale Üniversitesi Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı

³Marmara Üniversitesi Tıbbi Genetik Anabilim Dalı

ABSTRACT

Aim: It is known that success in athletic performance is related to many environmental factors such as nutrition, psychological factors and training, as well as genetic characteristics. The effect of genetic variants on athletic performance is a major research topic in the literature. Many factors are controlled by genes, ranging from muscle type, cardiovascular capacity, training resistance, and athlete psychology, that lead to athletic performance. Studies have revealed the effects of genetic variations on athlete's athletic performance.

Method: 16 professional football players were included in our study. Blood samples were collected by signing consent forms. DNA isolation from these samples; It was performed with the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. Real-time polymerase chain reaction (qPCR) protocol was used to perform *DRD2* genotyping.

Results: In the *DRD2* analysis, it was determined that 4 (25%) of 16 professional football players were AG, 1 (6%) of them was AA, 11 (69%) of them were GG genotype. According to allele distributions, it was observed that the A Allele was 18.75% and the G Allele was 81.25%.

Conclusion: When our study cohort was examined, it was observed that GG genotype and G allele were dominant in *DRD2* polymorphism. It is thought that polymorphisms in *DRD2* genes play an active role in determining the branch of people with the goal of becoming athletes and in their orientation within the branch.

Keywords: Genetics, Sports Genetics, Polymorphism, *DRD2*, Football.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S43 - Distribution of *SLC6A4* Polymorphism Associated with Anxiety in Professional Football Players

Gözdem Karapınar, Canan Sercan, Tolga Polat, Başak Funda Eken, Beste Tacal, Korkut Ulucan
¹Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, ²Pamukkale Üniversitesi Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, ³Marmara Üniversitesi Tıbbi Genetik Anabilim Dalı

ABSTRACT

Aim: It is known that success in athletic performance is related to many environmental factors such as nutrition, psychological factors and training as well as genetic characteristics. The effect of genetic variants on athletic performance is a major research topic in the literature. Many factors are controlled by genes, muscle type, cardiovascular capacity, training resistance, and athlete psychology, that lead to athletic performance. Thanks to the studies, the effects of genetic variations on athlete's athletic performance have been revealed.

Method: 29 professional football players were included in our study. Blood samples were collected by signing consent forms. DNA isolation from these samples; It was performed with the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. Polymerase chain reaction (PCR) protocol was used to perform *SLC6A4* genotyping.

Results: In the *SLC6A4* analysis, it was determined that 8 (27%) of 29 professional football players were LL genotype, 6 (21%) of them were SS, 15 (52%) of them were LS genotype. According to allele distributions, it was observed that the L Allele was 59.6% and the S Allele was 40.4%.

Conclusion: When our study cohort was examined, it was observed that LL genotype and L allele were dominant in *SLC6A4* polymorphism. It is thought that the polymorphisms in the *SLC6A4* genes play an active role in determining the branch and the orientation of the people who aim to become athletes.

Keywords: Genetics, Sports Genetics, Polymorphism, *SLC6A4*, Football.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

**S44 - Profesyonel Voleybolcularda Dopamin Reseptör 2 (DRD2) (rs1800497)
Polimorfizmlerinin Dağılımının İncelenmesi**

Canan Sercan Doğan, Başak Funda Eken, Beste Tacal, Rıdvan Ekmekçi, Korkut Ulucan
¹Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, ²Pamukkale Üniversitesi
Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, ³Marmara Üniversitesi Tıbbi Genetik Anabilim Dalı, ⁴Marmara
Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri Anabilim Dalı

ÖZET

Giriş: Son yapılan çalışmalar, atletik performans üzerinde genetik analizlerin katkılarını göstermektedir. Bu çalışmada, voleybolcularda dopamin reseptör 2 (DRD2) rs1800497 polimorfizminin analiz etmeyi amaçladık. Bu polimorfizmin daha önce bağımlılıkla ilişkili olduğu bildirilmiştir. Bu nedenle bizler de spor motivasyonun ve atletik performansın bağımlılık metabolizması ile ilişkili olduğu bağlantısını araştırmayı amaçladık.

Materyal-Metot: Çalışmamıza 20 profesyonel voleybolcu katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan kan örneklerinden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) ticari kiti kullanılarak tamamlanmıştır. DRD2 genotiplenmeleri için gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (qPCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: DRD2 analizinde 20 voleybolcudan 17'si (%85) A2A2, 3'ü (%15) A1A2 genotipinde olduğu belirlenmiştir. COMT için A1A1 genotipine rastlanmamıştır. Allel dağılımları incelendiğinde A2 Allelinin %85 oranında, A1 Allelinin ise %15 oranında olduğu gözlemlenmiştir.

Tartışma: Çalışma kohortumuzda DRD2 rs1800497 polimorfizminde A2A2 genotipi ve A2 allelinin baskın olduğu saptanmıştır. Çalışma grubumuzda bağımlılık ile ilişkili A1 allelinin voleybolcular daha az bulunduğu gözlemlenmiştir. Elde ettiğimiz sonuçlar, bizlere bilişsel sistemin atletik performans üzerine etkisinin poligenik veya multifaktöryel mekanizma ile açıklanabileceğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Genetik, Spor Genetiği, Polimorfizm, DRD2, Voleybol.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S44 - Investigation of the Distribution of Dopamine Receptor 2 (DRD2) (rs1800497) Polymorphisms in Professional Volleyball Players

Canan Sercan Doğan, Başak Funda Eken, Beste Tacal, Rıdvan Ekmekçi, Korkut Ulucan
¹Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, ²Pamukkale Üniversitesi Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, ³Marmara Üniversitesi Tıbbi Genetik Anabilim Dalı, ⁴Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri Anabilim Dalı

ABSTRACT

Introduction: Recent studies show the contributions of genetic analysis on athletic performance. In this study, we aimed to analyze the dopamine receptor 2 (DRD2) rs1800497 polymorphism in volleyball players. This polymorphism has previously been reported to be associated with addiction. Therefore, we aimed to investigate the link between sports motivation and athletic performance and addiction metabolism.

Materials-Methods: 20 professional volleyball players participated in our study. DNA isolation from blood samples collected by signing consent forms; It was completed using the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. For DRD2 genotyping, real-time polymerase chain reaction (qPCR) protocol was performed.

Results: In the DRD2 analysis, it was determined that 17 (85%) of 20 volleyball players were A2A2 and 4 (15 %) of them were A2A1 genotype. No A1A1 genotype was found for DRD2. When allele distributions were examined, it was observed that the A2 Allele was 85% and the A1 Allele was 15%.

Discussion: In our study cohort, the DRD2 rs1800497 polymorphism was found to be dominated by the A2A2 genotype and the A2 allele. In our study group, it was observed that the A1 allele associated with addiction was found less in volleyball players. The results we obtained showed us that the effect of the cognitive system on athletic performance can be explained by polygenic or multifactorial mechanisms.

Keywords: Genetics, Sports Genetics, Polymorphism, DRD2, Volleyball.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S45 - Profesyonel Jimnastikçilerde Anksiyete ile İlişkili SLC6A4 Geni Promotor “S” ve “L” Allellerinin Belirlenmesi

Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Özlem Özge Yılmaz, Aleyna Tanrıverdi, Rıdvan Ekmekçi,
Korkut Ulucan

¹Marmara Üniversitesi, Dış Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul, Türkiye, ³Pamukkale Üniversitesi Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Denizli, Türkiye

ÖZET

Giriş: Atletik performansa etki eden faktörleri iki başlıkta inceleriz. Doğuştan gelen faktörler ve çevresel faktörler. Doğuştan gelen faktörler arasında en önemli etkenlerden biri genetik faktörlerdir. Sporunun performansında büyük rol oynayan genetik faktörlerin performansı etkileyen önemli sistemlere doğrudan etkisi vardır. Bu sistemlere örnek olarak; kasların kasılıp-gevşemesi, kardiyovasküler sistemler, darbeye bağlı olmayan sakatlıklar, toparlanma sistemleri ve psikolojik sistemlerdir. Genetik polimorfizimlerin atletik performans üzerindeki etkisi son dönemde literatürde büyük bir araştırma konusu olarak yer almaktadır. Bugüne kadar yapılan çalışmalar, bir sporunun genetik sonuçlarının atletik performansa katkısını göstermiştir. SLC6A4 L/S polimorfizminin belirlenmesi, sporcularda karşılaşılan anksiyete ve duygudurum bozuklukları için erken önlem alınmasına yardımcı olabilmektedir. Günümüzde modern tekniklerin kullanıldığı araştırmalar birçok duygu-durum bozukluğunun genetik temellerini açıklamakla birlikte epigenetik farklılıklar ve moleküler çalışmalardaki yöntemsel sınırlılıklar bilimsel verilerin analizini zorlaştırmaktadır. Bu açıdan atletik performansı ile ilişkili psikolojik faktörlere etkisi olan genlerin polimorfizimlerinin belirlenmesi ve yorumlanması ardında ise sporcular için bireye özgü antrenman programlarının oluşturulması amaçlanmıştır.

Materyal-Metot: Çalışmamıza 10 profesyonel jimnastikçi katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan swap örneklerinden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) ticari kiti kullanılarak tamamlanmıştır. SLC6A4 genotiplenmeleri için konvensiyonel PZR tekniği kullanılmış ardından da UV ışık altında jel görüntüleri yorumlanmıştır.

Bulgular: Çalışmamıza katılan tüm sporcularımızın hepsi başarı ile genotiplenmiştir. Sporcularımızın 4'ü LL, 4'ü LS ve 2'si de SS genotipinde oldukları belirlenmiştir. Allel sayı ve yüzdeleri ise L ve S alleleri için sırası ile 12 (%60) ve 8 (%40) olarak sayılmıştır.

Tartışma: Çalışma kohortumuzda SLC6A4 L/S polimorfizminde LS ve LL genotipleri eş baskın ve L allelinin baskın olduğu saptanmıştır. SLC6A4 genlerindeki polimorfizimlerin sporcu olmayı hedefleyen psikolojik idman sistemlerinin belirlenmesinde ve branş içi yönlendirmelerde etkin olduğunu düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Genetik, Spor Genetiği, Polimorfizm, SLC6A4, Jimnastik.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S45 - Determination of the Distributions of Promotor "S" and "L" Alleles of the SLC6A4 Gene Associated with Anxiety in Professional Gymnasts

Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Özlem Özge Yılmaz, Aleyna Tanrıverdi, Rıdvan Ekmekçi, Korkut Ulucan

¹Marmara Üniversitesi, Dış Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul, Türkiye, ³Pamukkale Üniversitesi Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Denizli, Türkiye

ABSTRACT

Introduction: We examine the factors affecting athletic performance under two headings. Inborn factors and environmental factors. Genetic factors are one of the most important congenital factors. Genetic factors that play a major role in the performance of the athlete have a direct effect on the important systems that affect performance. As an example of these systems; contraction and relaxation of muscles, cardiovascular systems, non-impact injuries, recovery systems and psychological systems. The effect of genetic polymorphisms on athletic performance has recently become a major research topic in the literature. Studies conducted to date have shown the contribution of an athlete's genetic results to athletic performance.

Material-Method: 10 professional gymnasts participated in our study. DNA isolation from swap samples collected by signing consent forms; It was completed using the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. Conventional PCR technique was used for SLC6A4 genotyping and then gel images were interpreted under UV light.

Results: All of our athletes who participated in our study were successfully genotyped. It has been determined that 4 of our athletes are LL, 4 LS and 2 SS genotypes. Allele numbers and percentages were counted as 12 (60%) and 8 (40%) for L and S alleles, respectively.

Discussion: In our study cohort, LS and LL genotypes were found to be co-dominant and L allele was dominant in SLC6A4 L / S polymorphism. We think that the polymorphisms in the SLC6A4 genes are effective in determining the psychological training systems that aim to be athletes and in directing them within the branch.

Keywords: Genetics, Sports Genetics, Polymorphism, SLC6A4, Gymnastics.



GİRİŞ

Serotonin (5-hydroxytryptamine; 5-HT) merkezi ve periferel sinir sisteminde etkisini gösteren önemli bir nörotransmitterdir. Önemli olmasıyla birlikte bireyin canlılık ve zindelik hissini veren aynı zamanda kaygıyı düzenleyen bir hormondur. Serotonin yetersizliği görülen bireylerde yorgunluk, sıkılganlık ve depresif bir ruh hali gözlenmektedir (Young, 2007). Stres, kaygı, agresyon gibi psikolojik parametreler sporcuların performansına doğrudan etki etmekte ve bu etki de sporcuların performanslarının belirlenmesinde büyük bir etkisi olmaktadır (Yiğit ve ark., 2020). Bu çalışmamız da anksiyete ile ilişkili *SLC6A4* geni promotör bölgesi L/S polimorfizminin Türk Milli Jimnastik Takımında araştırılması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Bu çalışmaya, Türk Milli Jimnastik Takımında aktif olan 12 sporcu dahil edilmiştir. Sporcularımızın hiçbirinde ve birinci ve ikinci dereceli akrabalarında herhangi bir genetik hastalık bulunmamaktadır. Araştırmamız Helsinki Deklarasyonu-II (2019) protokolüne uygun olarak hazırlanmış, çalışmanın protokolü Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Etik Kurulu tarafından onanmıştır. Çalışmamızda yer alan sporcular çalışmanın kapsamı ve içeriği hakkında “Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu Örneği (BGOF)” ile bilgilendirme yapılmıştır. Sporcuların bilgileri dâhilinde yazılı onayları alınıp, onam formları imzalatılmıştır.

Çalışmamıza katılan sporcuların ağız içi epitel hücrelerinden DNA izolasyonu yapılmış ve genotipleme için PZR tekniği kullanılmış ardından da UV ışık altında jel görüntüleri yorumlanmıştır.

BULGULAR

Çalışmamıza katılan tüm sporcularımızın iki tanesi dışında hepsi başarı ile genotiplenmiştir. Sporcularımızın 4’ü LL, 4’ü LS ve 2’si de SS genotipinde oldukları belirlenmiştir. Allel sayı ve yüzdeleri ise L ve S alleleri için sırası ile 12 (%60) ve 8 (%40) olarak sayılmıştır. Sporcularımızın genotip ve allel sayı dağılımları Tablo 1’de özetlenmiştir.

Tablo 1: Kohortumuzun genotip-allel sayı ve yüzdeleri

Allel	Genotip Dağılımları			Allel Frekansı	
	LL	LS	SS	L	S
Sayı (%)	4 (%40)	4 (%40)	2 (%20)	12 (%60)	8 (%40)

TARTIŞMA ve SONUÇ

SLC6A4 geni, serotoninin pre-snaphtik nörona geri alınımını düzenlediği için psikolojik ve psikiyatrik rahatsızlıkların etiyolojisinde yer aldığı yapılan çalışmalar ile bildirilmiştir. Kohortumuzda LL, LS ve SS genotipleri sayı ve yüzde olarak sırasıyla 4 (%40), 4 (%40) ve 2 (%20) olarak bulunmuştur. L ve S allel sayı yüzdeleri ise sırasıyla 12 (%60) ve 8(%40) olarak sayılmıştır. Bu çalışma, Türk Jimnastikçilerinde, *SLC6A4* L/S polimorfizm analizi gerçekleştirilen ilk çalışmadır.

Sporcularda yapılan araştırmalarda, S allelinde daha fazla amigdala aktivitesi gösterildiği ve LL alleleline göre daha az dürtü kontrolü sağlanabildiği, LL genotipinde performansın ve elit sporcu olabilme ihtimalinin yüksek olduğu, SS genotipinde stresin daha etkili olduğu açıklanmıştır (Klucken ve ark., 2015). Yapılan bir çalışmada erkek triatletler de SS genotipinin LL, LS genotipine oranla daha az olduğu belirtilmiştir (Saunders ve ark., 2006).

Endurans atletler ve sedanter grubun karşılaştırıldığı bir çalışmada ise, LL genotipinin diğer genotiplere göre daha yüksek olduğu ve SS genotipine göre yorgunluk toleransının daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Trushkin ve ark., 2011).

SLC6A4 polimorfizminin incelendiği Şili’li triatletlerde LS genotipi diğer genotiplere kıyasla daha baskın bulunmuştur (Sanhueza ve ark., 2016).

Literatür çalışmaları göz önüne alındığında *SLC6A4* L/S polimorfizmi ile ilgili çalışmaların gerektiği kadar olmadığı gözükmektedir. Günümüze kadar yapılan çalışmaların sonuçlarına göre *SLC6A4* L/S polimorfizminin belirlenmesi, sporcularda karşılaşılan anksiyete ve duygu- durum bozuklukları için erken önlem alınmasına yardımcı olabilmektedir. Günümüzde modern tekniklerin kullanıldığı araştırmalar birçok duygu-durum bozukluğunun genetik temellerini açıklamakla birlikte epigenetik farklılıklar ve moleküler çalışmalardaki yöntemsel sınırlılıklar bilimsel verilerin analizini zorlaştırmaktadır. Bu açıdan atletik performansı ile ilişkili psikolojik faktörlere etkisi olan genlerin polimorfizmlerinin belirlenmesi, sporcular için bireye özgü antrenman programlarının oluşturulmasına olanak sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

Klucken T., Schweckendiek J., Blecker C., Walter B., Kuepper Y., Hennig J. The association between the 5-HTTLPR and neural correlates of fear conditioning and connectivity. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. 2015, 10, 700–707.

Saunders, C. J, Milander, L., Hew-Butler, T., Xenophontos, S. L., Cariolou, M. A., Anastassiades, L. C. Dipsogenic genes associated with weight changes during ironman triathlons. *Human Molecular Genetics*. 2006, 15, 2980–2987.

Selin Yiğit, S., Tolga Polat, T., Canan Doğan, S, C., Seçil Tunalı, S., Rıdvan Ekmekçi, R., Korkut Ulucan, K. Profesyonel Voleybolcularda *SLC6A4* Promotör L/S Polimorfizminin Belirlenmesi ve Literatür Karşılaştırılması. *The Journal Of Neurobehavioral Sciences*, 2020: 7(2): 31-34.

Trushkin, E. V., Timofeeva, M. A, Sysoeva, O. V., Davydov, Y. I., Knicker, A., Struder, H. Association of Gene 5-HTTLPR polymorphism with parameters of simple and complex reaction times and critical flicker frequency threshold in athletes during exhaustive exercise. *Bulletin of Experimental Biology and Medicine*. 2011, 150, 471- 447.

Young, S. Klucken T., Schweckendiek J., Blecker C., Walter B., Kuepper Y., Hennig J. The association between the 5-HTTLPR and neural correlates of fear conditioning and connectivity. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. 2015, 10, 700–707.

Saunders, C. J, Milander, L., Hew-Butler, T., Xenophontos, S. L., Cariolou, M. A., Anastassiades, L. C. Dipsogenic genes associated with weight changes during ironman triathlons. *Human Molecular Genetics*. 2006, 15, 2980–2987.

Selin Yiğit, S., Tolga Polat, T., Canan Doğan, S, C., Seçil Tunalı, S., Rıdvan Ekmekçi, R., Korkut Ulucan, K. Profesyonel Voleybolcularda *SLC6A4* Promotör L/S Polimorfizminin Belirlenmesi ve Literatür Karşılaştırılması. *The Journal Of Neurobehavioral Sciences*, 2020: 7(2): 31-34.

Trushkin, E. V., Timofeeva, M. A, Sysoeva, O. V., Davydov, Y. I., Knicker, A., Struder, H. Association of Gene 5-HTTLPR polymorphism with parameters of simple and complex reaction times and critical flicker frequency threshold in athletes during exhaustive exercise. *Bulletin of Experimental Biology and Medicine*. 2011, 150, 471- 447.

Young, S. N. How to increase serotonin in the human brain without drugs, *Rev. Psychiatry Neuroscience*. 2007:32 (6): 394–399.

N. How to increase serotonin in the human brain without drugs, *Rev. Psychiatry Neuroscience*. 2007:32 (6): 394–399.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

**S46 - Profesyonel Jimnastikçilerde Beyin-Türevli Nörotrofik Faktör BDNF (rs6265)
Polimorfizmlerinin Dağılımı**

Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Özlem Özge Yılmaz, Aleyna Tanrıverdi, Rıdvan Ekmekçi,
Korkut Ulucan

¹Marmara Üniversitesi, Dış Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik
Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı,
İstanbul, Türkiye, ³Pamukkale Üniversitesi Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Denizli, Türkiye

ÖZET

Giriş: Atletik performans, doğuştan gelen genetik faktörlerin beslenme, psikolojik faktörler ve eğitim gibi birçok çevresel faktörle ilişkilerindedir. Atletik performans konusundaki güncel araştırmalar, bireylerin performansına önemli ölçüde katkıda bulunan genetik varyantlara odaklanmakta ve performansını artıran mekanizmaları belirlemek için çalışmalar yürütmektedir. Başarılı sporcuların genetik profillerinin ve bu genetik parametrelerin atletik profillere etkisinin belirlenmesi önemlidir. Bu nedenle, spor genetik çalışmalarının çoğu sporculardaki en bilinen genetik varyasyonları farklı özelliklere sahip olarak analiz eder. Bugüne kadar yapılan çalışmalar, bir sporcunun genetik sonuçlarının atletik performansa katkısını göstermiştir. Materyal-metot: Çalışmamıza 12 profesyonel jimnastikçi katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan kan örneklerinden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) ticari kiti kullanılarak tamamlanmıştır. *BDNF* genotiplenmeleri için gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (qpcr) protokolü ile gerçekleştirilmiştir. Bulgular: *BDNF* analizinde 12 jimnastikçiden 9'u (%75) GG, 3'sünün (%25) GA genotipinde olduğu belirlenmiştir. *BDNF* için AA genotipine rastlanmamıştır. Allel dağılımları incelendiğinde G Allelinin %87,5 oranında, A Allelinin ise %12,5 oranında olduğu gözlemlenmiştir. Tartışma: Çalışma kohortumuzda *BDNF* (rs6265) polimorfizminde GG genotipi ve G allelinin baskın olduğu saptanmıştır. *BDNF* genlerindeki polimorfizmlerin sporcu olmayı hedefleyen bireylerin spor branşlarının belirlenmesinde ve branş içi yönlendirmelerde etkin olduğunu düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Genetik, Spor Genetiği, Polimorfizm, BDNF, Jimnastik.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S46 - Distribution of Brain-Derived Neurotrophic Factor BDNF (rs6265) Polymorphisms In Professional Gymnasts

Tolga Polat, Canan Sercan Doğan, Özlem Özge Yılmaz, Aleyna Tanrıverdi, Rıdvan Ekmekçi,
Korkut Ulucan

¹Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul, Türkiye, ³Pamukkale Üniversitesi Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Denizli, Türkiye

ABSTRACT

Introduction: Athletic performance is associated with many environmental factors such as nutrition, psychological factors and education of innate genetic factors. Current research in athletic performance focuses on genetic variants that significantly contribute to the performance of individuals and is working to identify mechanisms that improve performance. It is important to determine the genetic profiles of successful athletes and the effect of these genetic parameters on athletic profiles. Therefore, most sports genetic studies analyze the most known genetic variations in athletes with different characteristics. Studies to date have shown the contribution of an athlete's genetic results to athletic performance.

Materials-Methods: 12 professional gymnasts participated in our study. DNA isolation from blood samples collected by signing consent forms; It was completed using the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. For *BDNF* genotyping, real-time polymerase chain reaction (qPCR) protocol was performed.

Results: In the *BDNF* analysis, it was determined that 9 (75%) of 12 gymnasts were GG and 3 (25%) of them were GA genotype. No AA genotype was found for *BDNF*. When allele distributions were examined, it was observed that the G Allele was 87.5% and the A Allele was 12.5%. **Discussion:** In our study cohort, the *BDNF* (rs6265) polymorphism was found to be dominated by the GG genotype and the G allele. We think that the polymorphisms in the *BDNF* genes are effective in determining the sports branches of individuals who aim to be athletes and in directing them within the branch.

Keywords: Genetics, Sports Genetics, Polymorphism, BDNF, Gymnastics.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S47 - Futbolcularda Anksiyete ile İlişkisi SLC6A4 Geni Promoter “S” ve “L” Allellerinin Saptanması

Özlem Özge Yılmaz, Tolga Polat , Canan Sercan Doğan, Başak Funda Eken, Gözdem Karapınar, Şehkar Oktay

¹Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi, Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı,

³Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri Anabilim Dalı

ÖZET

Amaç: Serotonin insan psikolojisini etkileyen endojen moleküllerin başında gelmektedir. Bu nörotransmitterin depresyon, anksiyete, obsesyon, kompulsiyon ve bağımlılık gibi bulgu ve sendromlarda rol oynadığı gösterilmiştir. Sporcunun psikolojik özellikleride atletik performansını etkiler. Bunlar arasında özellikle sporcunun kaygı düzeyi önemlidir. Serotonin metabolizmasının en önemli üyelerinden biri, SLC6A4 geni tarafından kodlanan serotoninini sinaptik boşluktan presinaptik nörona geri alan serotonin taşıyıcı proteindir (5-HTT veya SERT). SLC6A4 geninin promotor bölgesinde fonksiyonel delesyon/ insersiyon mutasyonu, genin transkripsiyon hızına etki eder. “L” alleli genin uzun formu, “S” alleli ise genin kısa formu olarak adlandırılır ve günümüze kadar yapılan çalışmalar “S” allelinin anksiyete ile ilişkisini göstermektedir. Bu çalışmada, SLC6A4 geninin futbolculardaki kısa (S) ve uzun (L) allel dağılımını incelemeyi amaçladık.

Yöntem: Çalışmamıza 20 profesyonel futbolcu katılmıştır. Onam formları imzalatılarak toplanan svap örneklerinden DNA izolasyonu; Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) ticari kiti kullanılarak tamamlanmıştır. SLC6A4 genotiplenmeleri için gerçek zamanlı polimeraz zincir reaksiyonu (Real-Time PCR) protokolü ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: SLC6A4 analizinde 20 futbolcudan 4’ü (%20) LL, 8’i (%40) LS, 8’i (%40) SS genotipinde olduğu belirlenmiştir. Allel dağılımları incelendiğinde L Allelinin %40 oranında, S Allelinin ise %60 oranında olduğu gözlemlenmiştir.

Sonuç: Çalışma kohortumuzda SLC6A4 polimorfizminde LL ve LS genotipi eşit ve S allelinin baskın olduğu saptanmıştır. SLC6A4 “S” allelinin anksiyete ile ilişkili olduğunu ve atletik performansla ilişkili olduğunu düşünmekteyiz. Aynı zamanda SLC6A4 polimorfizminin sporcu performansı üzerindeki etkisini ortaya koyabilmek için daha fazla sayıda ve farklı branşlardaki sporcular ile yapılacak araştırmalara da ihtiyaç bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Genetik, Polimorfizm, SLC6A4, Futbol.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S47 - Determination of the Promoter "S" and "L" Alleles of the SLC6A4 Gene Associated with Anxiety In Professional Soccer Players

Özlem Özge Yılmaz, Tolga Polat , Canan Sercan Doğan, Başak Funda Eken, Gözdem Karapınar, Şehkar Oktay

¹Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi, Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı,

³Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Temel Tıp Bilimleri Anabilim Dalı

ABSTRACT

Aim: Serotonin is one of the endogenous molecules affecting human psychology. It has been shown that this neurotransmitter plays a role in symptoms and syndromes such as depression, anxiety, obsession, compulsion and addiction. The psychological characteristics of the athlete also affect their athletic performance. Among these, the anxiety level of the athlete is particularly important. One of the most important members of serotonin metabolism is the serotonin transporter protein (5-HTT or SERT) that takes the serotonin encoded by the SLC6A4 gene back from the synaptic cavity to the presynaptic neuron. Functional deletion / insertion mutation in the promoter region of the SLC6A4 gene affects the transcription rate of the gene. The "L" allele is called the long form of the gene, and the "S" allele is called the short form of the gene, and studies to date show that the "S" allele is related to anxiety. In this study, the distribution of short (S) and long (L) alleles of the SLC6A4 gene was investigated in football players.

Methods: 20 professional football players participated in our study. DNA isolation from swap samples collected by signing consent forms; It was completed using the Invitrogen (Van Allen Way Carlsbad, CA, USA) commercial kit. For SLC6A4 genotyping, real-time polymerase chain reaction (Real-Time PCR) protocol was performed.

Results: In the SLC6A4 analysis, it was determined that 4 (20%) of 20 football players were LL, 8 (40%) of them were LS and 8 (40%) of them were SS genotype. When allele distributions were examined, it was observed that the L Allele was 40% and the S Allele was 60%.

Conclusion: In our study cohort, LL and LS genotypes were equal and the S allele was dominant in the SLC6A4 polymorphism. We think that the SLC6A4 "S" allele is associated with anxiety and athletic performance. At the same time, more studies with athletes from different branches are needed to reveal the effect of SLC6A4 polymorphism on athlete performance.

Keywords: Sports, Genetics, Polymorphism, SLC6A4 , Football.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

**S48 - Egzersiz Yapan ve Yapmayan Bireylerde Esenlik, Mutluluk ve COMT (rs4680)
Polimorfizm İlişkisinin İncelenmesi**

Mehmet Ali Deniz, Canan Sercan Doğan, Tolga Polat, Bulut Deniz Ünlü, Korkut Ulucan,
Cengiz Karagözoğlu

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi, Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul, Türkiye.,

³MAD Wellness Akademisi, İstanbul, Türkiye, ⁴Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye

ÖZET

Giriş: Egzersizin, bireylerde anksiyetenin azaltılması, esenlik düzeyinin yükseltilmesi ve dolayısı ile mutluluk duygu-durumu ile yakından ilişkili olduğu yapılan çalışmalar şie belirlenmiştir. Duygu durumumuza etki eden en önemli genlerimiz başında COMT geni gelmektedir. Çalışmamızda, egzersiz yapan ve yapmayan bireylerde esenlik, mutluluk ve COMT geni rs4680 polimorfizmini ilişkilendirmeyi amaçladık.

Materyal- Metot: Çalışmamıza, MAD Wellness Akademisine düzenli olarak haftada en az 3 kez giden ve programlı egzersiz aktivitelerine katılan 25 kişi dahil edilmiştir. Kontrol grubu olarak ise rastlantısal seçilen 25 sedanter birey çalışmamıza gönüllü olarak dahil edilmiştir. Mutluluk ve esenlik analizlerini Algılanan Esenlik Ölçeği ve Oxford Mutluluk ölçeği kullanılarak belirlenmiştir. COMT rs4680 genotipleme işlemi Gerçek zamanlı PCR yöntemi ile saptanmıştır.

Sonuç: Elde edilen sonuçlara göre çalışmamıza katılan bireylerde COMT rs4680 genotip ile düzenli egzersiz alışkanlığı kazanma arasında olumlu bir ilişki saptanmıştır. Düzenli egzersiz yapan bireylerin esenlik ve mutluluk düzeyleri, düzenli egzersiz yapmayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Çalışmamızda GG + AG genotipi, AA genotipine oranla daha yüksek saptanmıştır.

Tartışma: Düzenli yapılan egzersiz ve uygun genetik kombinasyonların, bireylerin yaşam boyu sağlık, mutluluk ve esenlik düzeylerinin daha aktif olmasına olanak sağladığı belirlenmiştir. Daha geniş çalışma grubu ile bu tip çalışmaların tekrarlanarak daha kesin ilişki düzeylerinin saptanması tarafımızca önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Esenlik, Mutluluk, Genetik, Egzersiz, COMT.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S48 - Investigation of the Relationship of Well-Being, Happiness and COMT (rs4680) Polymorphism in Exercising Individuals Exercising and Non-Exercising Individuals

Mehmet Ali Deniz, Canan Sercan Doğan, Tolga Polat, Bulut Deniz Ünlü, Korkut Ulucan, Cengiz Karagözoğlu

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, İstanbul, Türkiye, ²Üsküdar Üniversitesi, Tıbbi Genetik ve Moleküler Tanı Laboratuvarı, İstanbul, Türkiye.,

³MAD Wellness Akademisi, İstanbul, Türkiye, ⁴Marmara Üniversitesi, Diş Hekimliği Fakültesi, Tıbbi Biyoloji ve Genetik Bölümü, İstanbul, Türkiye

ABSTRACT

Introduction: It has been determined that the work done to reduce the anxiety in individuals, to increase the level of well-being and thus to be closely related to the emotional state of happiness. COMT gene is one of the most important genes affecting our mood. In our study, we aimed to associate well-being, happiness and COMT gene rs4680 polymorphism in individuals who exercise and do not.

Material-Method: Our study included 25 people who regularly attend MAD Wellness Academy at least 3 times a week and participate in programmed exercise activities. As a control group, 25 sedentary individuals randomly selected were included in our study voluntarily. Happiness and well-being analyzes were determined using the Perceived Well-being Scale and the Oxford Happiness Scale. COMT rs4680 genotyping process was determined by Real-time PCR method.

Conclusion: According to the results obtained, a positive correlation was found between the COMT rs4680 genotype and gaining regular exercise habits in individuals who participated in our study. The well-being and happiness levels of individuals who exercise regularly were higher than those who do not exercise regularly. In our study, GG + AG genotype was found higher than AA genotype.

Discussion: It has been determined that regular exercise and appropriate genetic combinations enable individuals to have more active life-long health, happiness and well-being levels. It is recommended by us to repeat such studies with a larger working group and to determine more precise relationship levels.

Keywords: Wellbeing, Happiness, Genetics, Exercise, Comt.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S49 - Serbest Zamanlarında Tenis Oynayan Bireylerin Sıkılma Algısı Ve Temel Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi

Emrah Serdar, Gözde Ersöz

¹İstanbul Üniversitesi, ²Fenerbahçe Üniversitesi

ÖZET

Bu çalışmanın amacı boş zamanlarında tenis oynayan yetişkin bireylerin boş zaman sıkılma algısı ve temel psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda; araştırmada ele alınan kavramların cinsiyet ve yaş grubu değişkenleri açısından farklılığına bakılmış ve boş zaman sıkılma algısının temel psikolojik ihtiyaçlar ile ilişkisi irdelenmiştir.

Yöntem: Çalışmaya serbest zamanlarında tenis sporu ile ilgilenen 184 birey (erkek=99; yaş=33.70±12.70, kadın=86; yaş=31.43±9.96 ve toplam=184 yaş=32.64±11.53) gönüllü olarak katılmıştır. Bu araştırma kapsamında katılımcılara kişisel bilgi formu, Boş Zamanlarda Sıkılma Algısı Ölçeği (BZSAÖ) ve Serbest Zaman Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (SZTPIÖ) uygulanmıştır. Araştırma grubunun özelliklerinin tanımlanması için betimsel istatistik analizi kullanılırken, katılımcıların yaş grubu ve cinsiyet değişkenlerine göre sıkılma algısı ve temel psikolojik ihtiyaçları ortalamaları arasındaki farklılığı ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi hesaplanmıştır. Sıkılma algısının temel psikolojik ihtiyaçları ne düzeyde öngördüğünü belirlemek için basit regresyon analizi yapılmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda cinsiyet değişkenine göre sıkılma algısı ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasında herhangi bir farklılık bulunmazken; yaş grubuna göre boş zaman sıkılma algısının sıkılma alt boyutunda farklılık görülmüştür. 18-35 yaş arası bireyler 36 yaş ve üstü bireylere göre boş zamanlarında tenis oynarken daha çok sıkıldıkları gözlenmiştir. Katılımcıların sıkılma algısı alt boyutları (sıkılma ve doyum), boş zaman temel psikolojik ihtiyaçları (özerklik, yeterlik ve ilişkili olma) ile ilişkili bulunmuştur. Sıkılma algısı ölçeğinin sıkılma alt boyutu yeterlik ihtiyacını negatif; ilişkili olma ihtiyacını ise pozitif öngörmüştür. Sıkılma ölçeğinin doyum alt boyutu ise özerklik ihtiyacını pozitif öngörmüştür.

Sonuç: Bu araştırma sonucunda, yaş arttıkça insanların serbest zamanlarda yaptıkları tenis aktivitesinden daha az sıkıldığı görülmüştür. Buna ek olarak, tenis oynarken yeterlik temel psikolojik ihtiyacını tatmini azaldıkça ve ilişkili olma ihtiyacını tatmin arttıkça sıkılmanın arttığı; tenis etkinliğinden özerklik ihtiyacını tatmin arttıkça bu etkinlikteki doyumun da arttığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Serbest Zaman, Tenis, Sıkılma Algısı, Temel Psikolojik İhtiyaçlar.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Cumartesi, 10. Oturum

S49 - The Boredom And Basic Psychological Needs Of Individuals Who Play Tennis In Leisure

Emrah Serdar, Gözde Ersöz

¹İstanbul Üniversitesi, ²Fenerbahçe Üniversitesi

ABSTRACT

Aim: This study examined the boredom perceptions and the basic psychological needs of adults who play tennis in leisure by gender and age, and the relationships between leisure boredom and basic psychological needs.

Method: The study sample consisted of 184 volunteers playing tennis in leisure (n_{male}=99; age=33.70±12.70, n_{female}=86; age=31.43±9.96 and n_{total}=184 age=32.64±11.53). The data collection instruments included a personal information form, the Leisure Boredom Scale (LBS), and the Basic Psychological Need Satisfaction in Leisure Scale (BPNSLS). The descriptive statistics were applied to describe the participants' characteristics, the t-test for independent samples was used to reveal the differences between the boredom and basic psychological needs of participants by age and gender. Simple regression analysis was carried out to determine the predictive role of leisure boredom on basic psychological needs.

Findings: To the analysis results, there was no difference between leisure boredom and basic psychological needs by gender. However, there was a statistically significant difference in the boredom sub-dimension of the leisure boredom scale. It was observed that the 18-35-years old got much bored in playing tennis than the individuals at 36 and older. Also, the boredom and satisfaction sub-dimensions were correlated with basic psychological needs (e.g., autonomy, competence, and commitment). The boredom sub-dimension of the boredom scale negatively predicted competence, but positively predicted relatedness. The satisfaction sub-dimension positively predicted the psychological need for autonomy.

Results: The results showed that people became less bored with tennis activity in leisure as age increased. Besides, boredom feelings intensified when the need for competence was not met, and when the satisfaction of relatedness need was met while playing tennis. Hence, it can be suggested that as the need for autonomy is met in tennis activity, the satisfaction also increases.

Keywords: Leisure, Tennis, Boredom, Basic Psychological Needs.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

S50 - Özel Yeteneklilerde ve Zihinsel Yetersizliği Olan Bireylerde Fiziksel Eğitim ve Spor Çalışmalarının Karşılaştırılması: Bir Derleme Çalışması

Seyit KARABURÇAK, Seren TURHAN

¹Yusuf Demir Bilim ve Sanat Merkezi, ²Ankara Şehir Hastanesi

ÖZET

Amaç: Fiziksel Eğitim ve Spor günümüzde her insanın yaşamına kısmen ya da tamamen giren bir olgudur. Fiziksel eğitim ve sporun, özel eğitime ihtiyacı olan zihinsel yetersizlik gösteren bireylerdeki kazanımlarına bakıldığında fiziksel katkılarının yanında, sosyal duygusal ve psikolojik katkıları da göze çarpmaktadır. Zihinsel yetersizliği olan bireyler; zihinsel işlevler ile kavramsal, sosyal ve pratik uyum becerilerinde yetersizliği nedeniyle özel eğitim ve destek eğitim hizmetine ihtiyacı olan bireyi ifade eder.(MEBa,2018). Özel yetenekli birey ise yaşlarına göre daha hızlı öğrenen, yaratıcılık, sanat, liderliğe ilişkin kapasitede önde olan, özel akademik yeteneğe sahip, soyut fikirleri anlayabilen, ilgi alanlarında bağımsız hareket etmeyi seven ve yüksek düzeyde performans gösteren birey olarak tanımlanmıştır(MEBb,2018). MEB 2018-2019 E. Ö. yılı istatistikleri kitabına göre ülkemizde zihinsel yetersizliği olan 14903 birey destek eğitimi almaktadır. Toplam 41257 özel yetenekli bireyler ise 160 Bilim ve Sanat Merkezinde destek eğitimi almaktadır(MEBc,2019). Özel yetenekli bireyler beş temel alanda aşırı duyarlılık ya da yoğunluk yaşamaktadırlar. Bunlar psikomotor, duygusal, hissel, bilişsel ve hayali alanlardır. Buna göre özel yetenekli bireylerde yüksek düzeyde zihinsel ve fiziksel enerji bulunmaktadır. (Çitil, 2020). Hem zihinsel yetersizliği olan bireyler hem de özel yetenekli bireyler düşünüldüğünde bilişsel, sosyal, duygusal gelişim alanlarına katkısı olması açısından fiziksel eğitim ve sporun önemi artmaktadır. Bu doğrultuda bu çalışmanın amacı Türkiye’de 2015-2020 yılları arasında hafif, orta ve ağır düzeyde zihinsel yetersizliğe sahip olan bireylerle, özel yetenekli bireylerde yapılan fiziksel eğitim ve spor çalışmalarını incelemektir. Özel eğitime ihtiyacı olan gruplardan; özel yeteneklilere yönelik çalışmalarını arttırmanın yararı üzerinden yola çıkılmıştır.

Yöntem: Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi kullanılmıştır. Bu kapsamda son 5 yıl içerisinde özel eğitimde zihinsel yetersizliği (hafif, orta ve ağır düzey) olan bireyler ve özel yetenekli bireylerle yapılan fiziksel eğitim ve spor çalışmalarının yer aldığı yayınlar incelenmiştir. Diğer engel grupları çalışmaya dahil edilmemiştir. Araştırmacı tarafından tespit edilen yayınlar kategorilere ayrılmış ve tablolar şeklinde gösterilmiştir.

Bulgular: Zihinsel yetersizliği bulunan öğrencilerle ilgili 2015-2020 yılları arasında 10 çalışma bulunmuştur. Bunlar incelendiğinde zihinsel yetersizliği olan bireyler için fiziksel eğitim ve spor fiziksel, psikolojik etkilerine ek olarak uyum sağlama ve rehabilitasyon süreçlerini doğrudan etkileyen bir faktör olarak bulunmuştur. Sosyal ilişkilerinin güçlenmesi, motorik becerilerde gelişim, yeni öğrenmelerde artış, kendini ifade de yetkinlik bunlardan bazılarıdır.



Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi

25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



Özel yetenekliler alanında yapılan çalışmalar incelendiğinde ise beden eğitimi öğretmeni ve dersine yönelik çizme ve yazma çalışması (Yılmaz, Güven, 2015) ve beden eğitimi dersi ve öğretmenine yönelik metaforlarının (Yılmaz et al, 2017) incelendiği 2 çalışmaya ulaşılmıştır. Ancak bu çalışmaların her ikisi de araştırma konusu olan fiziksel eğitim ve sporla doğrudan ilişkili bulunmadığı için kapsam dışı tutulmuştur.

Sonuç: Özel eğitimde zihinsel yetersizliği olan bireyler kadar özel yetenekliler de fiziksel eğitim ve spora okul müfredatlarından bağımsız olarak ihtiyaç duymaktadırlar. Bu nedenle zihinsel yetersizliği olan bireylerde bilişsel, duyuşsal, sosyal gelişim alanlarında planlanan çalışmaların özel yeteneklilerin gelişim alanları da dikkate alınarak planlanması yararlı olacaktır. Bu öğrencilerin normal gelişim gösteren akranlarından farklılaştığı noktalar arasında yüksek zihinsel ve bedensel enerji olduğu düşünüldüğünde özel bir fiziksel eğitim ve spor desteği verilmesi yararlı olabilir.

Anahtar Kelimeler: Özel Eğitim, Fiziksel Eğitim, Spor, Özel Yetenek, Zihinsel Yetersizlik.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

S50 - Comparison of Physical Education and Sports Studies in Special Skilled and Mentally Disabled Individuals: A Review Study

Seyit KARABURÇAK, Seren TURHAN

¹Yusuf Demir Bilim ve Sanat Merkezi, ²Ankara Şehir Hastanesi

ABSTRACT

Aim: Physical Education and Sport is a phenomenon that comes into today's life partially or completely. Considering the earnings of physical education and sports in individuals with mental disabilities who need special education, their social, emotional and psychological contributions stand out as well as their physical contributions. Individuals with mentally disabled; It refers to an individual who needs special education and support education service due to his inadequacy in mental functions and conceptual, social and practical adaptation skills (MEBa, 2018). A special skilled individual is defined as an individual who learns faster than his peers, who is ahead in creativity, art and leadership capacity, has special academic ability, can understand abstract ideas, likes to act independently in his interests, and shows a high level of performance (MEBb, 2018). MEB 2018-2019 E. Ö. according to the statistics of the year, 14903 individuals with mental disabilities in our country receive support training. A total of 41257 special skilled individuals receive support training in 160 Science and Art Centers (MEBc, 2019). Special skilled individuals experience hypersensitivity or intensity in five basic areas. These are psychomotor, emotional, emotional, cognitive and imaginary areas. Accordingly, individuals with special skilled have a high level of mental and physical energy (Çitil, 2020). Considering both mentally disabled individuals and individuals with special skilled, the importance of physical education and sports increases in terms of contributing to cognitive, social and emotional development areas. The aim of this work in this direction is light years between 2015-2020 in Turkey, mild moderate and severe mental disabilities, is to study physical education and sports studies conducted in special skilled individuals. From the groups that need special education; It is based on the benefit of increasing the studies for special skilled.

Methods: Document analysis, one of the qualitative research methods, was used in the research. In this context, publications including physical education and sports activities conducted with individuals with mental disabilities (mild, moderate and severe) in special education and special skilled individuals in the last 5 years were examined. Other disability groups were not included in the study. The publications determined by the researcher are categorized and shown in tables.

Results: Ten studies were found on students with mental disabilities between 2015-2020. When these were examined, physical education and sports were found to be a factor directly affecting adaptation and rehabilitation processes in addition to their physical and psychological effects for individuals with mental disabilities. Strengthening social relations, development of motor skills, increases new learning and self-expression are some of them.



Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi 25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



When the studies conducted in the field of special skilled students were examined, two studies were found in which the drawing and writing study for the physical education teacher and his lesson (Yılmaz, Güven, 2015) and the metaphors for the physical education lesson and teacher (Yılmaz et al, 2017) were examined. However, both of these studies were excluded as they were not directly related to physical education and sports, which are the subject of research.

Conclusions: In special education, individuals with mental disabilities as well as those with special skilled needs physical education and sports regardless of their school curriculum. For this reason, it would be beneficial to plan studies planned in cognitive, affective and social development areas of individuals with mental disabilities, taking into account the development areas of special skilled. Considering that high mental and physical energy are among the points where these students differ from their normally developing peers, it may be beneficial to provide a special physical education and sports support.

Keywords: Special Education, Physical Education, Sports, Special Skilled, Mental Disability.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

S51 - Covid-19 Sürecinde Spor Bilimler Fakültesi Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeylerinin İncelenmesi

Yunus ŞAHİNLER

¹Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü (Doktora), ²Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü (Doktora)

ÖZET

Bu araştırmada; evdekal çağrısı ile uzaktan eğitim gören spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma tarama modelinde bir çalışmadır. Farklı değişkenler arasında karşılaştırmalarda incelendiği için karşılaştırmalı ilişkisel tarama modeli özelliklerini de bulundurmaktadır. Örneklem grubunu 2019-2020 bahar döneminde İç Anadolu bölgesinde bulunan farklı üniversitelerinden uzaktan eğitim gören 130'u kadın, 138'i erkek olmak üzere 268 öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak, Carleton, Norton, & Asmundson (2007) tarafından geliştirilen, Sarıçam ve arkadaşları (2014) tarafından Türkçe' ye uyarlanan "Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12)" kullanılmıştır. Verilerin normal dağılımı çarpıklık ve basıklık testiyle belirlenmiş, verilerin normal dağılım göstermeleri nedeniyle parametrik testler uygulanmıştır. Öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini belirlemek için tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmıştır. Anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir. Yapılan analiz sonucu elde edilen bulgulara göre; öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile cinsiyet arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Öğretmenlerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile yaş arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Öğrencilerin karantina öncesi spor yapma durumları ve karantina sürecinde fiziksel aktivite yapma durumları ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin spor yapmanın salgının kişi üzerinde oluşturduğu olumsuz etkiyi azalttığını düşünme durumu ile belirsizliğe tahammülsüz düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Genel sağlık durumu ile belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeğinin tümü ve ileriye yönelik kaygı alt boyutu arasında anlamlı farklılık görülürken, engelleyici kaygı alt boyutunda anlamlı farklılık olmadığı gözlemlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin orta seviyede olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Psikoloji, Belirsizlik, Tahammülsüzlük.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

**S51 - Investigation of Uncertainty Intolerance Levels of Faculty of
Sports Sciences Students in the Covid-19 Process**

Yunus ŞAHİNLER

¹Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü (Doktora), ²Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü (Doktora)

ABSTRACT

In this study; The aim was to examine the intolerance to uncertainty of the students of the faculty of sports sciences, who receive distance education.

The research is a study in scanning model. Since it is examined in comparisons between different variables, it also has the characteristics of a comparative relational survey model. The sample group consisted of 268 sports sciences faculty students, 130 of whom were female and 138 male, who received distance education in different provinces (Konya, Niğde, Nevşehir) in the spring term of 2019-2020 in Central Anatolia. As the data collection tool, the "Intolerance to Uncertainty Scale (BTÖ-12)" developed by Carleton, Norton, & Asmundson (2007) and adapted into Turkish by Sarıçam et al. (2014) was used. The scale is "Forward Anxiety" and "Preventive Anxiety" which are 12 item 5 likert 2 sub-dimensions. The total score that can be obtained from the scale varies between 12 and 60. Higher scores indicate higher levels of intolerance to uncertainty. The Cronbach Alpha internal consistency reliability coefficient of the scale was calculated as .80.

According to the findings obtained as a result of the analysis made; It was determined that there was no significant difference between the level of intolerance to uncertainty and gender of the students of sports sciences. There was no significant difference in the comparison between the level of intolerance of uncertainty and age of the students of the faculty of sports sciences. It was determined that there was no significant difference between the sports sciences faculty students' doing sports before quarantine and their physical activity during the quarantine process and their intolerance to uncertainty. It has been determined that there is no significant relationship between the students of the faculty of sports sciences who think that doing sports reduces the negative effect of the epidemic on the person and their level of intolerance to uncertainty. While a significant difference was observed between the general health status and the whole scale of intolerance to uncertainty and the anxiety towards the future, no significant difference was observed in the obstructive anxiety sub-dimension. Conclusion: As a result, it has been determined that students' intolerance level of uncertainty is at a medium level.

Keyword: Sports, Psychology, Uncertainty, Intolerance.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

S52 - Sporcularda Olumlu Düşünme Beceri Düzeylerinin İncelenmesi

Yunus Şahinler, Turgay Biçer, Abdullah Acet, Mehmet Acet

¹Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü
(Doktora)

²Marmara Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi

³Marmara Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi

⁴Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Bu araştırmada; spor bilimler fakültesinde ve liselerde okuyan sporcuların olumlu düşünme beceri düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma tarama modelinde bir çalışmadır. Farklı değişkenler arasında karşılaştırmalarda incelendiği için karşılaştırmalı ilişkisel tarama modeli özelliklerini de bulundurmaktadır. Örneklem grubunu 2019-2020 döneminde Isparta, Kütahya, Antalya ve Afyon da farklı üniversite spor bilimler fakültesinde ve spor liselerinde okuyan ve en az 5 yıl spor yapan 110'u kadın, 316'i erkek olmak üzere toplam 426 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara ölçek hakkında detaylı bilgiler verilmiştir. Veriler elektronik ortamda hazırlanıp katılımcılara e posta ile olarak gönderilmiştir. Veri toplama aracı olarak, Olumlu Düşünme Becerileri Ölçeği 8 maddelik tek boyutlu bir ölçek kullanılmıştır. Ölçek 4'lü derecelendirmeye sahiptir. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Akın, Uysal ve Akın (2015) tarafından yapılmıştır. Verilerin normal dağılımı çarpıklık ve basıklık testiyle belirlenmiş, verilerin normal dağılım göstermeleri nedeniyle parametrik testler uygulanmıştır. Sporcuların olumlu düşünme beceri düzeylerini belirlemek için tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmıştır. Anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir. Yapılan analiz sonucu elde edilen bulgulara göre; sporcuların olumlu düşünme beceri düzeyleri ile cinsiyet arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Sporcuların olumlu düşünme beceri düzeyleri ile yaş arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Sporcuların aktif spor yapma durumları ile olumlu düşünme becerileri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Sporcuların yaşadığı bölge durumu ile olumlu düşünme beceri düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Sporcuların eğitim durumları ile olumlu düşünme becerileri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sporcuların olumlu düşünme beceri puanları ile farklı değişkenler arasında ilişkiye bakıldığında pozitif ve negatif yönde ilişkiler olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak sporcuların olumlu düşünme beceri düzeyleri ile eğitim durumu, yaş, yaşadığı bölge arasında anlamlı farklılıklar tespit edilirken cinsiyet ve aktif spor yapma durumlarında herhangi bir farklılık bulunamamıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Psikoloji, Olumlu Düşünme.

Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

S52 - Investigation of Positive Thinking Skill Levels of Athletes

Yunus Şahinler, Turgay Biçer, Abdullah Acet, Mehmet Acet

¹Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü
(Doktora)

²Marmara Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi

³Marmara Üniversitesi Spor Bilimler Fakültesi

⁴Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

ABSTRACT

In this study; It is aimed to examine the positive thinking skill levels of athletes studying in sports sciences faculties and high schools.

The research is a study in scanning model. Since it is examined in comparisons between different variables, it also has the characteristics of a comparative relational survey model. A total of 426 students, 110 of whom were female and 316 male, who studied at different universities' faculties of sports sciences and sports high schools in Isparta, Kütahya, Antalya and Afyon and who did sports for at least 5 years, participated in the sample group voluntarily in the 2019-2020 period. Participants were given detailed information about the scale. The data were prepared electronically and sent to the participants by e-mail. As a data collection tool, the Positive Thinking Skills Scale, a one-dimensional 8-item scale, was used. The scale has a 4-point rating. The validity and reliability studies of the Turkish form of the scale were conducted by Akın, Uysal, and Akın (2015). The normal distribution of the data was determined by the skewness and kurtosis test, and parametric tests were applied due to the normal distribution of the data. Descriptive statistics were used to determine the positive thinking skill levels of athletes. The significance level was determined as .05.

According to the findings obtained as a result of the analysis made; It was determined that there was no significant difference between the positive thinking skill levels of athletes and gender. A significant difference was observed in the comparison between the positive thinking skill levels of athletes and age. It has been determined that there is no significant difference between athletes' active sports activity and positive thinking skills. A significant difference was found between the region where the athletes live and their positive thinking skill levels. A significant difference was found between the educational status of the athletes and their positive thinking skills. When the relationship between the positive thinking skill scores of the athletes and different variables was examined, it was found that there were positive and negative relationships.

As a result, significant differences were found between the positive thinking skill levels of the athletes and their educational status, age, and the region they live in, while no difference was found in terms of gender and active sports.

Keywords: Sport, psychology, positive thinking,



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

S53 - Spor Yapan ve Yapmayan Bedensel Engellilerin Beck Depresyon Durumlarının İncelenmesi

Aşina Uslular, Mehmet Acet, Yunus Şahinler, Engin Çinibulak, Ercan Şirin

¹Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü
(Doktora)

ÖZET

Bu çalışmanın amacı; spor yapan ve yapamayan bedensel engellilerin Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ile durumlarının incelenmesidir. Araştırmaya Adana ilinde yaşayan 71 spor yapan ve 69 spor yapmayan olmak üzere toplam 140 bedensel engelli kişi katılmıştır. Araştırmada anket veri toplama tekniği kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 20.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Frekans ve ortalama değerlerinden faydalanılmıştır. Veri toplama araçlarının normal dağılım gösterip göstermediği test edilmiştir. Normal dağılıma uygun olduğu için parametrik testlerden yararlanılmıştır. Değişkenler arasındaki farklılığın test edilmesi için T testi ve ANOVA testinden faydalanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre cinsiyet değişkenine göre depresyon boyutunda kadın ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Medeni durumlarına bakıldığında t testi sonuçlarına göre evli ve bekar kişiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Eğitim durumlarına göre analiz edildiklerinde lise ve altı olan katılımcılar ile önlisans lisans mezunu olan kişiler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur ($p>0,05$). Spor yapan ve yapamayan bedensel engelli katılımcıların t testi sonucunda ise spor yapan katılımcılar ile spor yapmayan katılımcılar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p>0,05$). Yapılan tek yönlü Anova testi sonucunda yaşlar arasında istatistiksel açıdan bir fark tespit edilememiştir.

Anahtar Kelimeler: Bedensel Engelli, Depresyon, Spor, Psikoloji.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

S53 - Examination of Beck Depression Status of Physically Handicapped People Who Do and Do Not Do Sports

Aşina Uslular, Mehmet Acet, Yunus Şahinler, Engin Çinibulak, Ercan Şirin

¹Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü
(Doktora)

ABSTRACT

The aim of this study; The aim of this study is to investigate the status of physically disabled and non-sports disabled people with Beck Depression Scale (BDI). A total of 140 physically handicapped people, 71 of whom do sports and 69 who do not do sports, participated in the study. Survey data collection technique was used in the study. SPSS 20.0 statistical package program was used to evaluate the data. Frequency and mean values were used. Data collection tools were tested for normal distribution. Parametric tests were used because it is suitable for normal distribution. T test and ANOVA test were used to test the difference between the variables. According to the results of the study, a statistically significant difference was found between men and women in the depression dimension according to gender. According to the t test results, no statistically significant difference was found between married and single individuals. When analyzed according to their educational backgrounds, a statistically significant difference was found between the participants who were at high school or below and the people who had associate degree ($p > 0.05$). As a result of the t test of physically disabled participants who did and did not do sports, a statistically significant difference was found between the participants who did sports and those who did not do sports ($p > 0.05$). As a result of the one-way Anova test, no statistically significant difference was found between the ages.

Keywords: Physically Handicapped, Depression, Doing Sports and Not Doing.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

**S54 - Antrenörlükte Stratejik Yol Haritası Oluşturmada Değerlerin Önemi
‘Hentbol Milli Takımı Örneği’**

Ülküm ERDOĞAN YÜCE, Turgay BİÇER

¹Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Değerler, toplumları ayakta tutan önemli unsurlardır. Her toplum kendini oluştururken bu unsurlar üzerine inşa olur. Toplumsal değerler toplum üyeleri tarafından paylaşılan, iyiye, doğruya ve güzele yönlendiren ölçütlerdir. Her toplumun sahip olduğu kültürü meydana getiren inançlar, fikirler ve normlar sistemi değeri ifade eder. Bireyler değerleri ailede, okulda, iş hayatında, arkadaş çevresinde sosyalleşme sürecinde kazanırlar. Bu sosyalleşme sürecinde insanları bir arada tutan bir takım toplumsal, siyasal, ahlaki ve kültürel ilke ve kurallar söz konusudur. Toplumun çoğu tarafından benimsenen bu ilke ve kurallar toplumsal değerleri oluşturur. Toplumda istenilen değerlerin oluşabilmesi ve gelecekte yaşatılabilmesi açısından spor ideal bir araçtır. Çünkü spor, doğası gereği değerlerin eğlenceli bir ortamda öğrenilmesini sağlar. Çocuklar bu alışkanlıkları elde ederken aynı zamanda eğlenme, gevşeme ve dinlenme fırsatlarını da spor ile elde ederler. Spor kültürü oluşmuş toplumlarda değerlerin yerleşmesi ve uygulanması kolaylaşacaktır.

Çalışma 2020 yılında, A Milli Hentbol Takımı baş antrenörü ve iki yardımcısı ile gerçekleştirilmiştir. A Milli Hentbol Takımı Antrenörlerinin, yönetim aşamasında yol haritası çizerken değerler eğitime bakış açıları ve uygulamaları konusuna ilişkin bilgilendirme amaçlıdır.

Araştırmada nitel araştırma deseni kullanılmış olup; gözlem, görüşme, doküman analizi şeklinde veri toplama yöntemlerine başvurulmuştur. Bu araştırmada toplanan veriler, nitel araştırma yöntemlerinde yer alan analiz tekniklerinden betimsel analiz ve tematik analiz teknikleri kullanılarak çözümlenmiştir. Betimsel analizin amacı, ham verilerin okuyucunun anlayabileceği ve isterirse kullanabileceği bir biçime getirilmesidir. Betimsel çözümlemede elde edilen veriler daha önceden belirlenen temalara göre özetlenir ve yorumlanır. Bu çözümlemede, görüşülen ya da gözlenen bireylerin görüşlerini çarpıcı bir biçimde yansıtmak amacıyla doğrudan alıntılara sık sık yer verilir. Veriler belirli temalar altında toplanarak, okuyucunun kolayca anlayabileceği bir şekilde sunulmuştur. Çalışma sonucuna göre, A Milli Hentbol Takımı Antrenörlerinin, stratejik planlarını yaparken, sporcularda adalet, dürüstlük, vatanseverlik, paylaşımcı bir ruh bilincini aradıkları, aynı zamanda kültürlü ve saygın kişilikli, uyumlu ve sorumluluk alabilme gibi önemli değerlerin de oluşumu için gayret ettikleri görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Antrenörlük, Statejik Planlama, Değerler, Başarı.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

S54 - Importance Of Values In Creating Strategic Planning In Coaching "Handball National Team Example'

Ülküm ERDOĞAN YÜCE, Turgay BİÇER

¹Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ABSTRACT

Values are important elements that keep societies afloat. Every society builds on these elements when it creates itself. Social values are criteria shared by members of society that lead to good, truth and beauty. The system of beliefs, ideas and norms that make up the culture that every society has expresses value. Individuals gain values in Family, School, Business life, socialization process around friends. In this process of socialization, there are a number of social, political, moral and cultural principles and rules that hold people together. These principles and rules adopted by most of society constitute social values. Sport is an ideal tool in terms of forming the desired values in society and living in the future. Because sport, by its very nature, allows values to be learned in a fun environment. Children achieve these habits, while also having fun, relaxation and relaxation opportunities through sports. It will be easier to settle and implement values in societies where sports culture has been formed.

The work took place with the head coach of the 2020 A National Handball Team and two assistants. It is intended to inform National Handball Team coaches about their perspectives and practices in values education when drawing a roadmap at the management stage.

Qualitative research pattern was used in the research and data collection methods were applied in the form of observation, interview, document analysis. The data collected in this study was analyzed using descriptive analysis and thematic analysis techniques from the analysis techniques included in qualitative research methods. The aim of descriptive analysis is to bring raw data into a format that the reader can understand and use if they want. Data obtained in descriptive analysis are summarized and interpreted according to previously determined themes. In this analysis, direct quotes are often included in order to dramatically reflect the views of the interviewed or observed individuals. Data is collected under specific themes and presented in a way that the reader can easily understand. According to the results of the study, National Handball Team Coaches, in making their strategic plans, seek justice, honesty, patriotism, a sharing spirit consciousness in athletes, but also strive for the formation of important values such as being cultured and respected, harmonious and responsible.

Keywords: Coaching, Strategic Planning, Values, Success.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

S55 - Futbolcuların ve Bilardocuların Yarışma Durumluk Kaygı Düzeylerinin Ve Duygusal Zekâ Özelliklerinin İncelenmesi

Orçun Terzioğlu, Erman Doğan

¹Girne Amerikan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

ÖZET

Giriş ve amaç: duygusal zekâ, duygusal bilgileri işleyebilme becerileri olarak tanımlanmıştır. Yarışma durumluk kaygı ise; sporcuların yarışma öncesi sahip oldukları kaygı düzeylerini ifade etmektedir. Bu araştırmada; futbolcuların ve bilardocuların yarışma durumluk kaygı düzeylerini ve duygusal zekâ özelliklerini karşılaştırmak amaçlanmıştır.

Yöntem: çalışmaya 2018-2019 sezonunda k-pet süper ligi'nde yer alan 37 erkek futbolcu ve kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti bilardo ligi'ndeki büyükler ve sinyorlar kategorisinde yarışan 31 erkek bilardocu katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalamaları 27,69 ve spor deneyimleri ise 15,68 yıldır. Katılımcıların psikometrik ölçümleri yarışma durumluk kaygı ölçeği-2 ve schutte duygusal zekâ ölçeği ile gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: futbolcuların ve bilardocuların duygusal zekâ özellikleri ve yarışma durumluk kaygı düzeylerini karşılaştırmak amacıyla tek yönlü çoklu varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular, duygusal zekâ özelliklerinin ve yarışma durumluk kaygı alt boyutlarının branşa göre farklılaştığını fakat bu farklılaşmanın istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermiştir. Sonuç: araştırmadan elde edilen sonuçlar; bireysel ve takım sporcuları arasında, duygusal zekâ ve yarışma durumluk kaygı düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur.

Anahtar kelimeler: Duygusal Zekâ, Yarışma Durumluk Kaygı, Futbolcular, Bilardocular.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 1. Oturum

S55 - Examination Of Competitive State Anxiety Levels And Emotional Intelligence Traits Of Football And Billiard Players

Orçun Terzioğlu, Erman Doğan

¹Girne Amerikan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

ABSTRACT

Introduction and objective: Emotional intelligence is defined as the ability to process emotional information. Competitive state anxiety means the anxiety levels that the athletes have before the competition. The present study aimed to compare football and billiard players' competitive state anxiety levels and emotional intelligence traits.

Method: 37 male football players from 2018-2019 season of k-pet super league and 31 male billiard players from turkish republic of northern cyprus billiard league have participated in the study. The participants' average age is 27.69 and their average sports experience is 15.68 years. For psychometric tests of the participants, competitive state anxiety inventory-2 and schutte emotional intelligence scale have been used.

Results: one-way multiple analysis of variance was used to compare competitive state anxiety levels and emotional intelligence traits of football and billiard players. Findings showed that emotional intelligence traits and sub-dimensions of competitive state anxiety differ according to branches however, this difference is not statistically significant.

Conclusion: results indicated that there is no significant difference between emotional intelligence and competitive state anxiety levels of individual and team athletes.

Keywords: Emotional Intelligence, Competitive State Anxiety, Football Players, Billiard Players.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 2. Oturum

S56 - COVID-19 Salgınında Sosyal İzolasyon Sürecinde Sporcuların Antrenman Devamlılığı ve Psikolojik Etkilenimlerinin İncelenmesi

Elif Aleyna YAZGAN, Pınar KAYA CİDDİ, Ayşe YAZGAN

¹İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul, Türkiye.,²İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ortez Protez Bölümü, İstanbul, Türkiye

ÖZET

Amaç: COVID-19'un yayılma oranını en aza indirmek için sosyal mesafe ve izolasyon önlemleri alınmış ve bu önlemler dahilinde tüm spor ligleri ve turnuvalar askıya alınmış veya iptal edilmiştir. Bu çalışmada, sporcuların COVID-19 izolasyon sürecinde antrenman devamlılığı ve mental sağlıklarının araştırılması ve gelecek sezon müsabakalarına fiziksel ve zihinsel olarak hazır olup olmadıklarının belirlenmesi amaçlanmaktadır. Yöntem: Çalışmaya farklı spor branşlarından 17.7 ± 2.72 yaşlarında 89 sporcu dahil edildi. Sporcuların izolasyon öncesi ve sonrası antrenman süreleri ve mental sağlıkları çevrimiçi anket platformu üzerinden sorgulandı. Bulgular: İzolasyon öncesine göre sporcuların birçoğunun antrenman süresinde azalma olduğu görüldü. Depresyon düzeyini ölçen CES-D ölçek puanları incelendiğinde, spor performanslarının izolasyon sürecinde azaldığını düşünen ve maçlara dönmeye hazır olmayan sporcuların puanları düşünmeyenlere göre daha yüksekti ($p < 0.01$). Anksiyete düzeyini ölçen Yaygın Anksiyete Bozukluğu-7 (YAB-7) ölçeği ve CES-D puanları incelendiğinde COVID-19 enfeksiyonu durumunda performanslarının düşmesinden endişe duyan ve müsabakalara dönmeye önce psikolojik desteğe ihtiyaç duyan bireylerin puanları diğer bireylere göre daha yüksekti ($p < 0.01$). Sonuç: Sonuçlar, sporcuların hem izolasyon sürecinde hem de spor müsabakalarına dönmeye önce spor profesyonellerinin fiziksel ve psikolojik desteğine ihtiyaç duyduklarını göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Sporcu, COVID-19, Ruh Sağlığı, Sosyal İzolasyon, Antrenman.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 2. Oturum

S56 - Investigation Of The Continuity Of Training And Mental Health Of Athletes During Social Isolation In The COVID-19 Outbreak

Elif Aleyna YAZGAN, Pınar KAYA CİDDİ, Ayşe YAZGAN

¹İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İstanbul, Türkiye.,²İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ortez Protez Bölümü, İstanbul, Türkiye

ABSTRACT

Aim: Social distance and isolation measures have been taken to minimize the spread rate of COVID-19, and within these measures, all sports leagues and tournaments have been suspended or canceled. In this study, it is aimed to investigate the training continuity and mental health of athletes during the COVID-19 isolation process and to determine whether they are physically and mentally ready for the next season competitions. **Methods:** 89 athletes, 17.7 ± 2.72 years old, belonging to different sports branches were included in the study. The training time and mental health of the athletes before and after isolation were questioned through the online questionnaire platform. **Results:** It was observed that most of the athletes had a decrease in the training time compared to before isolation. When the CES-D scale scores measuring the depression level were examined, the scores of the athletes who thought that their sports performance decreased during the isolation process and were not ready to return to the matches were higher than the individuals who did not think ($p < 0.01$). When Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) scale measuring the level of anxiety and CES-D scores were examined, the scores of the individuals who were worried about the decrease in their performance in case of COVID-19 infection and who needed psychological support before returning to the competitions were higher than the other individuals ($p < 0.01$). **Conclusions:** The results showed that athletes needed physical and psychological support by sports professionals, both during the isolation process and before returning to sports competitions.

Keywords: Athletes, COVID-19, Mental Health, Social Isolation, Training.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 2. Oturum

S57 - Genç ve Yıldız Takımlardaki Kadın Basketbolcuların Antrenörlerde Bulunmasını İstedikleri ve Antrenörlerde Bulunan Önderlik Tarzlarının Tespiti: Büyükşehir İl Örneği

Tolga Dikmenli, Turgay Biçer

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yönetimi Bölümü, İstanbul, Türkiye

ÖZET

Bu araştırmada ele alınan konu 2018-2019 Türkiye Basketbol Federasyonu ve Gençlik Spor Bakanlığının ortaklaşa düzenlediği İstanbul Mahalli Basketbol Liglerinde genç ve yıldız kadın takım basketbolcularının antrenörlerde bulunmasını istedikleri önderlik tarzlarının belirlenmesidir.

Hayatımızın her yerinde olduğu gibi spor yaşantımızda da başarı beklenebilir. Sporcuların ve antrenörlerin başarı beklmeleri için takım olgusu basketbolda ana noktadır. Basketbolun ve özellik ile kadın basketbolunun gelişimi için antrenörler ve sporcular aynı hedefe hareket edebilmelidir.

Bir takımın başarılı olmasındaki en önemli etkenlerden biri takımın psikolojik durumu yani takım kültürüdür. Bir takım sadece yıldız oyuncularıyla tam başarıyı yakalayamaz. Sağlıklı bir takım kültüründe “ben” yerine “biz” olgusunun yerleşmesiyle sürekli başarıdan söz edilebilir (Biçer 2008).

Phil Jackson Ruhunu Arayan Takım kitabında (2004): takım çalışmasının ve takım birlikteliğinin çok hassas olduğunu belirtmiştir. Takım çalışmasının ömrünü aşk gibi kısa süreli olduğunu belirtirken yapılacak basit bir hatada bütün emeklerin heba olabileceğini; yıldız oyuncuların takım basketbolu içerisinde başarı ile bulunmalarını ilerleyen yaşı ile başarabildiğini; takım ortalamasına göre daha tecrübeli ve yaşlı sporcuların bulunmasının takım oyununa katkı sağlayacağını belirtmiştir.

Araştırmaya Türkiye Basketbol Federasyonu’ndan 2018-2019 sezonuna lisanslandırılmış ve İstanbul Altyapı Liglerinde yarışmış 342 kadın basketbolcu, 22 antrenör ve 20 kulüp katılmıştır. Veri toplama aracı olarak, “antrenman ve eğitim”, “sosyal destek davranışı”, “pozitif geri bildirim”, “demokratik davranış”, “otokratik davranış” alt boyutlarından oluşan Liderlik Davranışı Ölçüm Anketi kullanılmıştır. Likert ölçeğine göre oluşturulmuş olan her iki anketten elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre sporcular “otokratik davranış” alt boyutuna düşük beklentili değerlendirme yaparken “antrenman ve eğitim”, “sosyal destek davranışı”, “demokratik davranış” alt boyutlarında yüksek beklenti belirtmişlerdir. “Pozitif geri bildirim” alt boyutunda da beklenti antrenörlerin belirttiği uygulamanın anlamlı ölçüde altında kalmıştır. Katılımcı sporcuların “demokratik davranış” beklentisi antrenörlere göre anlamlı ölçüde yüksektir. Yapılan bu araştırma ile oyuncuların nasıl bir antrenör ile çalışmak istediği ve takım antrenörlerinin nasıl önderlik tarzlarına sahip olduğu bulunacak ve karşılaştırılacaktır. Bu doğrultuda Türkiye Basketbol Federasyonu Kadın Basketbol Liglerinde oynayacak oyuncuların etkili iletişim, öz benlik ve spor performansı gelişimlerine ve aynı zamanda antrenörlerin de kendilerini geliştirmesi açısından katkı sağlanması hedeflenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Liderlik, Kadın basketbolu, Basketbol antrenörü, Basketbolda önderlik, Antrenör önderlik tarzları.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 2. Oturum

S57 - The Determination Of The Existent Leadership Qualities Of A Coach As Well As The Qualities That The U18 And U16 Female Teams Expect From Their Coaches.

Tolga Dikmenli, Turgay Biçer

¹Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yönetimi Bölümü, İstanbul, Türkiye

ABSTRACT

This study tries to analyze what is the leadership expectations of women basketball players from their coaches. The players had played for U16 and U18 Basketball Women Teams, which had played in the leagues which is organised Turkish Basketball Federation and Ministry of Sport and Youth in 2018-2019 season. Just like everything success is also expected in sport life, In basketball team spirit and team concept are the crucial factors both for the coaches and players to gain success. To improve basketball especially women basketball team members and coaches should show the same attitude to accomplish their targets. One of the major factors for a team to become successful depends on their psychological situation. In other words the culture of the team. Its not possible for a team to succeed permanently only with the performance of its star players. We can only consider success if we can place "we" language instead of "I" in a healthy team culture. (Biçer 2008). In his book named "Ruhunu arayan takım" Phil Jackson (2004): states that team work and team cooperation is a delicate fact. He points out that the persistence of team work is like a love affair and can be ruined easily by a simple mistake which could end up wasting all the efforts that have been shown. It is also mentioned that star players can only maintain their success with the experience they gain through the years. Therefore, having aged players in a team will contribute a lot to team's success. 342 female basketball players, 22 coaches and 20 clubs all licenced by Turkish Basketball Federation in 2018-2019 season and competed in Istanbul juniors league have taken place in this research. As for data collecting, Leadership Attitude measurement survey which is based on "training and education" "social support behaviour" "positive feedback" "democratic attitude" "autocratic behaviour" has been used. The data that is gathered from these surveys which were formed according to Linkert scale have been analysed by using SPSS 22.0. According to the survey results, the participant athletes have shown low rating to "autocratic behaviour" whereas high expectation rating to "training and education" and "social support behaviour". The expectation on "positive feedback" have shown remarkably low rating than the expectations of the coaches. The players' expectations for "democratic attitude" has shown strongly higher than coaches'. Thanks to this research, the leaderships types of coaches will be studied, compared and tried to put out which kind of coach is expected by women players. Again this research enables us to determine the leadership method of the coaches who the athletes would like to work with as their natural leaders. This research achieves to contribute to the self development of the coaches as well as the sports performance, self-esteem and effective communication skills development of the players who will be able to play in Turkish Basketball Federation Women Leagues.

Keywords: Leadership, Female Basketball, Basketball Coach, Leadership In Basketball, Leadership Styles Of A Coach.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 2. Oturum

S58 - Üst Düzey Tenis Sporcularının Tenisi Bırakma Nedenlerinin İncelenmesi

Serda Örnek, Turgay Biçer

¹Fenerbahçe Üniversitesi, ²Marmara Üniversitesi

ÖZET

Günümüzde popüler bir spor olan tenise ilginin giderek arttığı, buna karşın üst düzey sporcuların sahadan çekildikleri dikkat çekici olmaktadır. Bu çalışmanın amacı, üst düzey sporcuların tenisten uzaklaşma nedenlerini çok boyutlu olarak incelemek ve bu nedenleri ortaya koymaktır. Nitel araştırma yöntemlerinden yarı yapılandırılmış görüşme tekniği uygulanarak yürütülen araştırmanın çalışma grubunu 12 milli tenişiçi oluşturmaktadır. Veriler, 12 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak yüz yüze görüşmeler ile toplanmış, betimsel analiz yöntemiyle çözümlenmiştir. Araştırmanın sonunda sporcuların bazılarının gönüllü bazılarının ise zorunlu olarak tenisi bıraktıkları tespit edilmiştir. Buna ek olarak, bu çalışmada sporcuların tenisi sağlık sorunu, sakatlık, maddi sıkıntılar ve başarısızlık kaygısı gibi nedenlerle bıraktıkları ortaya konulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Tenis, Tenisi Bırakma Nedenleri, Nitel Araştırma.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 2. Oturum

**S58 - Examining the Reasons Why Elite Tennis Players Quit Their Tennis Careers
İncelenmesi**

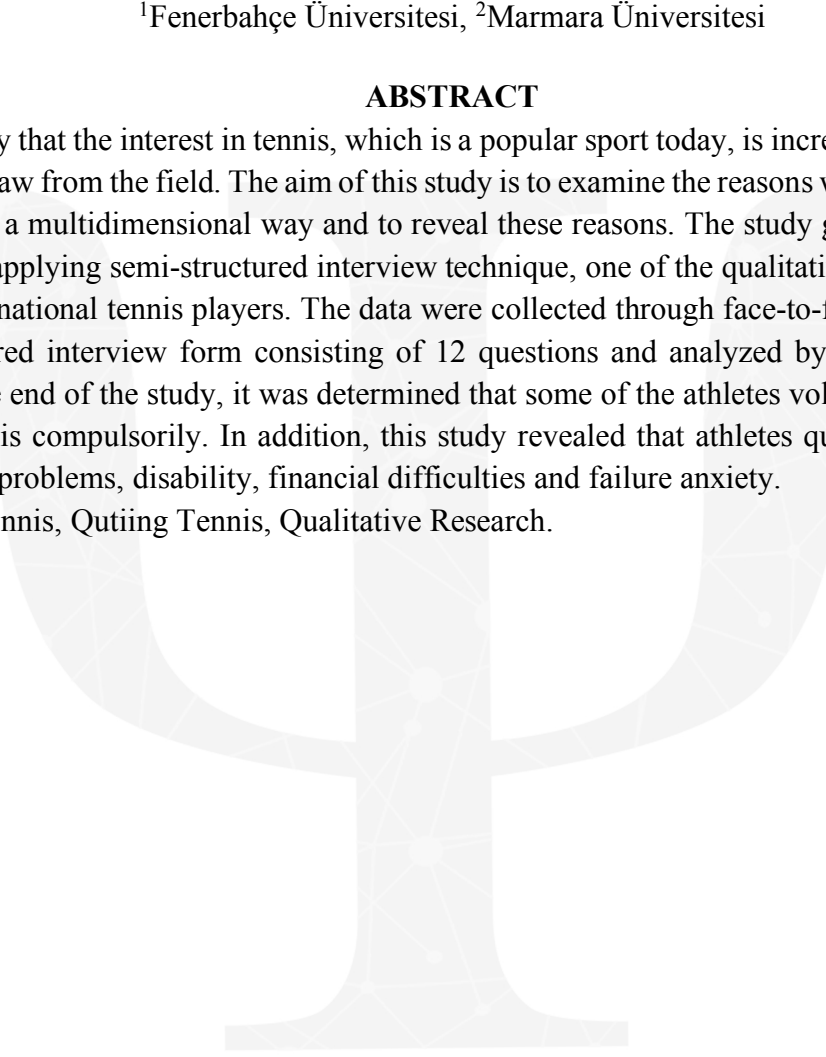
Serda Örnek, Turgay Biçer

¹Fenerbahçe Üniversitesi, ²Marmara Üniversitesi

ABSTRACT

It is noteworthy that the interest in tennis, which is a popular sport today, is increasing, but high-level athletes withdraw from the field. The aim of this study is to examine the reasons why top level athletes leave tennis in a multidimensional way and to reveal these reasons. The study group of the research conducted by applying semi-structured interview technique, one of the qualitative research methods, consists of 12 national tennis players. The data were collected through face-to-face interviews using a semi-structured interview form consisting of 12 questions and analyzed by descriptive analysis method. At the end of the study, it was determined that some of the athletes voluntarily and some of them quit tennis compulsorily. In addition, this study revealed that athletes quit tennis for reasons such as health problems, disability, financial difficulties and failure anxiety.

Keywords: Tennis, Quitting Tennis, Qualitative Research.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 2. Oturum

S59 - Lisanslı Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Şiddet Eğilimlerinin İncelenmesi

Demet Öztürk Çelik

¹Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

ÖZET

Giriş: Çocukluk döneminde, öğrencilerin şiddetle başa çıkma ve şiddetin aza indirgenmesi önceliklidir. **Amaç:** Bu çalışmada ortaokullarda öğrenim gören öğrencilerin lisanslı olarak spor yapma ve yapmama durumlarına göre öğrencilerin şiddet eğilimlerini incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışma, Osmaniye il merkezinde beş ortaokulda öğrenim gören toplam 296 öğrenci ile yürütülmüştür. Veriler Şiddet Eğilim Ölçeği ve tanımlayıcı soru formu ile toplanmıştır. Verilerin analizinde, SPSS 25 istatistik paket yazılımı kullanılmıştır. Gerçekleştirilen Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk normallik testleri sonucunda verilerin normal dağılım varsayımını karşılamadığı belirlenmiştir. Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine göre şiddet eğilim puanlarını karşılaştırmak amacıyla Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis H non-parametrik hipotez testleri uygulanmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin şiddet eğilim puan ortalaması 39.31 ± 10.72 idi. Öğrencilerin % 68.2 si erkektir. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin şiddet eğilim puanlarının cinsiyet ve okul başarı algılarına göre farklılık göstermediği belirlenirken ($p > .05$) şiddet eğilim puanlarının sınıf ve sporcu lisansına sahip olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($p < .05$). **Sonuç:** Gerçekleştirilen Dunn-Bonferroni post-hoc testi sonucunda sınıf değişkenine göre şiddet eğilim puanları arasındaki farkın 6 ve 8. sınıflardan kaynaklandığı tespit edilmiştir. Ayrıca; ortaokul öğrencilerinin sporcu lisansına sahip olma ve olmama durumunun şiddet eğilimlerinde etkili olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Şiddet, Öğrenci, Ortaokul.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 2. Oturum

S59 - An Investigation of Violence Tendency Among Athlete and Non-Athlete Secondary School Students

Demet Öztürk Çelik

¹Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

ABSTRACT

Introduction: In early childhood, the development of coping skills against violence and reducing the violence is essential for students. **Aim:** The purpose of the present study was to investigate the violence tendencies athlete and non-athlete secondary school students. **Methods:** The study is conducted with total 296 students from five secondary schools located in Osmaniye Province. The data of the study was obtained from surveys consisting of two sections respectively as participant information form and violence tendency scale. The statistical analyses were performed using SPSS® 25 software. Both Kolmogorov Smirnov and Shapiro-Wilk tests were used in order to assess the normality of the data. Based on the results of normality tests, Mann-Whitney U and Kruskal Wallis tests were used in order to compare the violence tendency levels of students with, various demographic variables. **Results:** The results of the study indicated that the mean score of the violence tendency for the students was 39.31 ± 10.72 . The %68.2 of the students were male and %31.8 of were female. There were statistically significant differences in violence tendency scores between athlete and non-athlete students. Moreover, it is determined that while the violence tendency scores of students does not differ by gender and success in school ($p > .05$), there were significant differences in violence tendency scores by grade and status of being athlete and non-athlete ($p < .05$). **Conclusions:** The Dunn-Bonferroni post-hoc tests were performed in order to find which grades cause the significant differences in violence tendency scores. The results of post-hoc tests indicated that significant differences in violence tendency occurs in 6th and 8th grade students. Additionally it is determined that the status of being athlete and non-athlete has significant impact on violence tendency of secondary school students.

Keywords: Sport, Violence, Student, Secondary School.



GİRİŞ

Medeniyetlerin gelişmişlik seviyesinin artmasıyla birlikte azalması beklenen şiddet olayları geçmişte var olduğu gibi günümüzde de varlığını sürdürmektedir. Şiddet olayları medeniyetlerin eğitim seviyesi, ekonomik durumu, sosyo-kültürel etkileşimleri ile yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir. Anne karnında hissedilmeye başlanan şiddet olayları bebeklik, çocukluk, gençlik ve yaşlılık dönemlerine kadar hissedilmeye devam eder.

Birçok tanımı yapılan şiddeti şu şekilde ifade edebiliriz; bireye uygulanan kasti ve bilinçli zarar vermek adına yapılan tüm eylemler ve davranışlardır. Özcebe ve ark., 2005 Şiddeti, birinin yaralanması ve ölümüne sebep olma şeklinde ifade etmişlerdir. WHO, 2002'nün tanımında ise şiddet "bireyin kendisine, başkasına, belirli bir topluluk veya gruba yönelik yaralama, ölüm, fiziksel zarar, bazı gelişim bozuklukları veya yoksunluk ile sonuçlanabilen, tehdit ya da fiziksel zor kullanma" olarak ifade etmiştir. TDK ya göre şiddet karşı görüşte olanlara kaba kuvvet kullanma, duygu ve davranışta aşırılık, kaba güç, olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2020). Ögülmüş, 1995 Şiddeti karşısındaki zarar vermek için fiziksel güç ve kaba kuvvet uygulaması, özgürlüğünü elinden alması olarak ifade etmiştir. Dünyada ve ülkemizde şiddetin geçmişten günümüze devam ettiği fakat gelişmişlik düzeyi arttıkça şiddetin azalması umulmaktadır. Bunun sonucunda ilkel dönemde var olan şiddet değişmesiyle birlikte farklı bir boyutta insan hakları üzerinde ciddi bir tehdit oluşturmaktadır (WHO, 2002).

Okullarda şiddet kavramının anlamı ise okulun genel yapısını olumsuz etkileme, eğitim ve öğretime zarar verme, öğrencilerin ve öğretmenlerin öğrenme ve öğretme süreçlerine zarar verme suç benzeri davranışları tanımlamada kullanılmaktadır (Furlong & Morrison, 2000). Haskan Avcı ve Yıldırım, 2014' göre gençler tarafından en sık başvurulan şiddet türü karşı cinslerin karşılıklı ilişkileri olduğunu ifade etmiştir. Acet, 2005' e göre şiddet öfkeyi kontrolsüz kullanma karşı tarafa yıkıcı, can acıtıcı, zor kullanma, zarar verme olarak tanımlamıştır. Haskan, 2009' a göre şiddet eğilimi kişilerin duygu, düşünce ve davranışlarından oluşmaktadır. Herhangi bir olay karşısında şiddet kullanmanın doğru olduğu ve şiddete başvurma nedenlerinde haklı olduğunu düşünmesi şiddet eğiliminde bulunma anlamına gelmektedir.

Dünyada ve ülkemizde şiddetin aza indirgenmesinin önemi gün geçtikçe artmaktadır. Ortaokullarda öğrenim gören öğrencilerin şiddet eğilimlerini aza indirmek için ailelerin, okul yöneticilerinin, beden eğitimi öğretmenlerinin, sınıf öğretmenlerinin, rehberlik servisinde hizmet veren öğretmenlerin öğrencilerin eğitiminde ve yaşamlarında daha başarılı olabilmeleri için gerekli yönlendirmeleri yapmaları gerekmektedir. Bu açıdan düşünüldüğünde spora yönlendirilen öğrencilerin fazla enerjilerini daha pozitif bir ortamda (spor salonu, yüzme havuzu, tenis kortu...) geçirmeleri öğrencilerin şiddet eğilimlerini aza indirgenmesi açısından her geçen gün önem kazanmaktadır.

Bu nedenle Türkiye' de şiddet olayları okulların her kademesinde görülmekte olması sebebiyle ortaokul öğrencilerinin lisanslı olarak spor yapma ve yapmama durumlarının şiddet eğilim düzeyleri üzerindeki etkisini belirlemek amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Bu araştırma nicel araştırma türlerinden "betimsel tarama modeli" ne uygun olarak düzenlenmiştir.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Türkiye'nin güney bölgesinde yer alan Osmaniye il merkezinde Milli Eğitim Ortaokullarda öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur. Örneklem grubunu ise; Osmaniye İl merkezine bağlı okul sporlarına katılımın en yüksek olduğu beş ortaokulda öğrenim gören 296'ı öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmaya katılmayı kabul eden ortaokul öğrencilerinde beden eğitimi dersleri dışında haftada en az iki gün fiziksel aktiviteye katılım şartı aranmıştır.



Veri Toplama Aracı

Tanıtıcı Bilgi Formu:

Literatür incelemesi sonrası araştırmacı tarafından oluşturulan form öğrenciyi tanıtıcı bilgileri (yaş sınıf, cinsiyet, lisanslı olarak spor yapma ve yapmama durumu, okul başarı algısı) içermektedir.

Şiddet Eğilim Ölçeği (ŞEÖ):

Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin şiddet eğilimlerini belirlemek için (TC Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu, 1998) Göka, Bayat ve Türkçapar tarafından 1995 yılında Milli Eğitim Bakanlığı tarafından yürütülen “Orta Öğretim Kurumlarında Okuyan Öğrencilerin Saldırganlık ve Şiddet Eğilimleri” konulu araştırmada kullanılmak üzere geliştirilmiş olan 20 İfadeden oluşan sorulardır. Ölçekte yer alan tüm ifadeler tek yönlü olup ölçekten alınan puanların düşüklüğü şiddet eğilimin düşük olduğunu yüksekliği ise şiddet eğiliminin yüksek olduğunu ifade eder. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .87 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması

İl Milli Eğitim Müdürlüğü ve etik kuruldan yazılı izin alındıktan sonra, öğretmenlerin eşliğinde öğrencilere sınıflarında çalışma hakkında bilgi verilmiştir. Daha sonra çocuklarla ailelerine çalışma hakkında bilgi veren ve çocuklarının çalışmaya katılımları için yazılı onamalarını içeren bir mektup gönderilmiştir. Ailelerden izinler alındıktan sonra, çalışmaya katılmayı kabul eden öğrencilerin sınıf ortamında ölçekleri doldurması sağlanmıştır. Araştırmacı veriler toplanırken öğrencilere yanıtlarının güvenli bir şekilde saklanacağı konusunda bilgi vermiştir ve öğrenciler formları yardımsız doldurmaları için cesaretlendirilmiştir. İhtiyaç halinde araştırmacı çocuklara soruları okuyarak onların kendileri için uygun cevabı seçmelerinde yardımcı olmuştur. Verilerin toplanma sürecinde araştırmacı sınıflarda öğrencilerle birlikte bulunmuştur. Veri toplama süreci yaklaşık 15-20 dakikada toplanmıştır.

Verilerin Analizi:

Çalışmanın verileri SPSS 25.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Öğrencilerin tanıtıcı özellikleri tanımlayıcı istatistikler (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma), öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre şiddet eğilim puanlarını karşılaştırmak amacıyla Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis H non-parametrik hipotez testleri uygulanmıştır. Anlamlılığın hangi gruptan olduğunu belirlemek için Dunn-Bonferroni post-hoc testi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak alınmıştır.

Etik Konular:

Bu çalışmanın yürütülmesi için araştırmacının bağlı olduğu Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi etik kurulundan (izin nosu: E.5563) ve Osmaniye İl Milli Eğitim Müdürlüğünden izin alınmıştır. Daha sonra öğrencilerin ailelerinden yazılı ve öğrencilerden sözlü izin alınmıştır.

BULGULAR

Katılımcıların Demografik Özellikleri:

Çalışmada, 296 öğrenci katılımı kabul etmiştir. 296 katılımcının 202'si (%68.2) erkek, 188' ü (%63.5) sekizinci sınıftır. Öğrencilerin 175'i (%59.1) 14 yaşındadır. Katılımcılara ilişkin diğer tanıtıcı özellikler Tablo 1'de verilmiştir.



Tablo 1. Öğrencilerin tanıtıcı özellikleri (n= 296)

Özellikler	n	%
Cinsiyet		
Kadın	94	31.8
Erkek	202	68.2
Lisanslı olma durumu		
Evet	100	33.8
Hayır	196	66.2
Sınıf		
5.Sınıf	21	7.1
6.Sınıf	35	11.8
7.Sınıf	52	17.6
8.Sınıf	188	63.5
Yaş		
11	30	10.1
12	32	10.8
13	57	19.3
14	175	59.1
15	2	0.7

Cinsiyet Değişkenine Göre Katılımcıların Şiddet Eğilim Puanları

Çalışmaya katılım gösteren öğrencilerin şiddet eğilim puanları cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($U=8058.500$, $p<.05$) (Tablo 2).

Tablo 2. Mann Whitney – U Testi: Cinsiyet değişkenine göre şiddet eğilim puan dağılımı (n= 296)

Ölçekler	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	P
Şiddet Eğilimi	Kadın	94	163.77	15394.50	8058.500	0.36
	Erkek	202	141.39	28561.50		



Lisanslı Olma Durumuna Göre Katılımcıların Şiddet Eğilim Puanları

Çalışmaya katılan öğrencilerin lisanslı olarak spor yapma durumlarına verdikleri cevaplar doğrultusunda şiddet eğilimlerinde farklılık olduğu belirlenmiştir ($U=7612.500$, $p<.05$) (Tablo 3).

Tablo 3. Mann Whitney – U Testi: Lisanslı olarak spor yapma ve yapmama durumuna göre şiddet eğilim puan dağılımı (n= 296)

Ölçekler	Lisanslı Olma durumu	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	P
Şiddet Eğilimi	Evet	100	126.63	12662.50	7612.500	0.002*
	Hayır	196	159.66	31293.50		

* $p<.05$

Okul Başarı Algısına Göre Katılımcıların Şiddet Eğilim Puanları

Öğrencilerin okul başarı algılarına göre şiddet eğilimleri incelendiğinde ($KW = 0.019$, $p>0.05$) görülmektedir. Sıra ortalamaları dikkat edildiğinde aralarında farklılık bulunmamaktadır.

Tablo 4. Kruskal Wallis Testi: Okul başarı algılarına göre şiddet eğilim puan dağılımı (n= 296)

Ölçekler	Okul Başarı Algısı	N	Sıra Ort.	KW	Sd	P
Şiddet Eğilimi	Orta Düzey	76	149.55	0.019	2	0.991
	İyi	137	147.87			
	Çok iyi	83	148.58			

Sınıf Değişkenine Göre Katılımcıların Şiddet Eğilim Puanları

Öğrencilerin sınıf değişkenine şiddet eğilimleri incelendiğinde ($KW = 18.319$, $p<0.05$) görülmektedir. Dunn-Bonferroni post-hoc testi sonucunda sınıf değişkenine göre şiddet eğilim puanları arasındaki farkın 6 ve 8 ci sınıflardan kaynaklandığı tespit edilmiştir.

Tablo 5. Kruskal Wallis Testi: Sınıf değişkenine göre şiddet eğilim puan dağılımı (n= 296)

Ölçekler	Sınıf	N	Sıra Ort.	KW	Sd	P	Post-Hoc
Şiddet Eğilimi	5	21	141.67	18.319	3	0.000*	6-8
	6	35	94.33				
	7	52	142.99				
	8	188	160.87				

* $p<.05$

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırmaya Osmaniye ilinde eğitim gören lisanslı olarak spor yapan ve yapmayan ortaokul öğrencilerinden toplam 296 öğrenci katılmış ve katılımcıların şiddet eğilimlerine bazı değişkenler açısından incelenmeye çalışılmıştır.

Ortaokul öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre şiddet eğilimleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Bunun sonucu olarak bu yaş grubundaki öğrencilerde cinsiyet değişkeninin şiddet eğilimleri üzerinde önemli bir etki oluşturmadığı söylenebilir. Literatürde bu çalışma sonucundan elde edilen bulguları destekleyen geçmiş çalışmalar bulunmaktadır.

Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi 25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



Aydın ve ark., 2015, Aytan ve ark., 2019, Vural ve ark., 2019, Sargin, 2010, Cetinkaya, 2013 çalışmalarında cinsiyet değişkeninin şiddet eğilimlerinde anlamlı farklılık oluşturmadığını ifade etmişlerdir. Öğrencilerin lisanslı olarak spor yapma durumuna verdikleri cevaplar doğrultusunda şiddet eğilimlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Bu sonucun sebebi lisanslı olarak spor yapan ve yapmayan ortaokul öğrencilerin sporda başarılı olma ve başarısının sürekliliğini sağlama, takım veya bireysel sporlarda yer alma, beden eğitimi öğretmenin takdirini alma ve alamama endişesinden kaynaklanabileceği düşünülebilir. Girginer ve ark., 2006 üniversite öğrencilerinin sporda şiddet yaklaşımlarında sporla ilgilen öğrenciler ile sporla ilgilenmeyen öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu belirtmişlerdir. Yönet ve ark., 2016 çalışmalarında öğrencilerin rekreatif etkinlik olarak spora katılma ve katılmama durumlarının öğrencilerin saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark olduğunu belirtmişlerdir.

Öğrencilerin okul başarı algılarına göre şiddet eğilimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Bu sonuç doğrultusunda ortaokul öğrencilerinin okul başarılarının şiddet eğilimleri üzerinde önemli bir etken oluşturmadığı söylenebilir. Kırbaş ve ark., 2007 'nün yapmış oldukları çalışma sonuçları okul başarı algısının şiddet eğiliminde anlamlı bir farklılık göstermesi bu çalışma sonuçlarıyla paralellik göstermemektedir.

Öğrencilerin sınıf değişkenine göre şiddet eğilimleri incelendiğinde anlamlı bir farklılık görülmektedir. Dunn-Bonferroni post-hoc testi sonucunda sınıf değişkenine göre şiddet eğilim puanları arasındaki farkın 6 ve 8 ci sınıflardan kaynaklandığı tespit edilmiştir. Bu sonuç doğrultusunda ortaokul öğrencilerinin şiddet eğilimlerinin 6 ve 8 ci sınıflarda oluşmasının sebebi orta öğretime yeni başlayan öğrencilerin okula alışma sürecinde gösterdikleri tepkiler olabileceği söylenebilirken son sınıf öğrencilerinin mezun olma kaygısı, sınav kaygısı, arkadaşlarından ayrılma endişesi şiddet eğilimlerinde farklılık oluşturduğu söylenebilir. Özgür ve ark., 2011, Sağlam ve İkiz, 2017 çalışmasında şiddet eğilimlerinin sınıf değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu ifade etmişlerdir.

Sonuç olarak yapılan bu çalışmada, lisanslı ve lisansız olarak spor yapan ortaokul öğrencilerinin şiddet eğilimlerinde cinsiyet değişkeninin etki etmediği belirlenmiştir. Ortaokul öğrencilerinin lisanslı ve lisansız olarak spor yapma durumlarında istatistiksel farklılığın olduğu sonucuna ulaşılmış, bu sonucun ortaya çıkmasında öğrencilerin kendi aralarında okul müsabakalarında yer almak istemesi ve beden eğitimi öğretmenlerinin onları fark etmesini sağlamak amacıyla öne çıkma çabalarının olabileceği düşünülmüştür. Sınıf değişkenine göre 6 ve 8 ci sınıf öğrencilerinin şiddet eğilimlerinin daha yüksek olduğu belirlenmiş, bu sonucun ortaya çıkmasında 6 cı sınıfların okula ve arkadaşlarına alışma ve sporda kendini tanıtmaya heyecanı olması, 8 ci sınıf öğrencilerinde ise okulun bitmesi ve sınav (LGS) kaygısı etkili olabileceği düşünülmüştür. Ortaokul öğrencilerinin şiddet eğilimlerinde okul başarı algılarının etki etmediği belirlenmiş, bunun sebebinin öğrencilerin okul başarılarını farklı spor başarılarını farklı tutmalarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Öneriler

Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda ortaokul öğrencilerinin şiddet eğilimlerinde lisanslı ve lisanssız olarak spor yapma ve sınıf değişkenine göre öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Bu açıdan bakıldığında okul yöneticileri, beden eğitimi öğretmenleri, sınıf öğretmenleri tarafından okullarda sporun önemi, sporun bireye kattığı faydalar, şiddetin zararları, şiddetsiz bir yaşamın anlamlılığını anlatan eğitici ve bilgi verici seminerler, toplantılar düzenlenebilir. Ayrıca ortaokul öğrencilerinin ders müfredatlarına şiddetin aza indirgenmesi için şiddetin zararlarını içeren ve sporun faydalarını anlatan seçmeli dersler eklenebilir.



KAYNAKÇA

- Acet, M. (2005). Sporda saldırganlık ve şiddet, İstanbul: Morpa Kültür Yayınları Ltd: Şti.
- Aydın, P., Ersoy, A., & Aktaş, N. (2015). Aktif spor yapan ve yapmayan 12-14 yaş ortaokul öğrencilerinin şiddet eğilimlerinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(1), 1-9.
- Aytan, M., Soyal, M., & Atilla, A. (2019). Takım Spor ve Bireysel Spor Yapan Spor Yöneticiliği Bölümü Öğrencilerinin Şiddet Eğilimlerinin İncelenmesi (İstanbul Esenyurt Üniversitesi Örneği). *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 20-29.
- Cetinkaya, S. K. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Şiddet Eğilimlerinin ve Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Tutumlarının İncelenmesi *Nesne-Psikoloji Dergisi*, 1(02), 21-43.
- Furlong, M., & Morrison, G. (2000). The school in school violence: Definitions and facts. *Journal of emotional and Behavioral disorders*, 8(2), 71-82.
- Girginer, N., Aydın, S., & Cavdar, Z. (2006). Üniversite öğrencilerinin sporda şiddet konusuna yaklaşımları: Eskişehir Osmangazi Üniversitesi ve Anadolu Üniversitesi öğrencilerine yönelik bir uygulama. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2).
- Haskan Avcı, Ö., & Yıldırım, İ. (2014). Ergenlerde şiddet eğilimi, yalnızlık ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-1), 157-168.
- Haskan, Ö. (2009). Ergenlerde şiddet eğilimi, yalnızlık ve sosyal destek. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.*
- Kırbaş, Ş., Taşmektepligil, Y., & Üstün, A. (2007). Ortaöğretimde Gençleri Şiddete Yönelten Nedenler Ve Şiddeti Engellemede Spor Aktivitelerinin Rolünün İncelenmesi: Amasya İli Örneği. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 177-185.
- Öğülmüş, S. (1995). Okullarda (liselerde) şiddet ve saldırganlık. *Yayınlanmamış Araştırma Raporu*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi.
- Özcebe, H., Üner, S., Uysal, D., Soysal, S., Polat, B., & Şeker, A. (2005). Ankara'da bir ilköğretim okulu'nda erken ve orta dönem adolesanlarda şiddet algısı ve şiddet davranışının sıklığının değerlendirilmesi. *I. Şiddet ve Okul Sempozyumu*.
- Özgür, G., Yörükoğlu, G., & Baysan-Arabacı, L. (2011). Lise öğrencilerinin şiddet algıları, şiddet eğilim düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(2), 53-60.
- Sağlam, A., & İkiz, F. E. (2017). Ortaokul öğrencilerinin şiddet eğilimleri ile okula bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 16(3), 1235-1246.
- Sargın, N. (2010). Öğretmen adaylarının çatışma ve şiddete ilişkin farkındalık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 4(4), 601-615.
- TC Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu. (1998). *Aile İçinde ve Toplumsal Alanda Şiddet*. Ankara.
- TDK. (2020). Genel Türkçe Sözlük. Erişim Tarihi: 23 Mayıs, 2020, Adres: <http://sozluk.gov.tr>
- Vural, M., Karademir, T., & Kayabaşı, A. (2019). Ortaöğretim Öğrencilerinin Şiddet Eğilim Durumlarının Belirlenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 243-255.
- WHO. (2002). World Report on Violence and Health.
- Yönet, E., Çalık, F., Yaşartürk, F., & Çimen, K. (2016). Lise Öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımları ile saldırganlık-şiddet eğilimlerinin incelenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(Special Issue 1), 368-382.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 2. Oturum

S60 - Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İletişim Becerileri İle Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişki

Atılay Birtürk, Turgay Biçer

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Amaç: Teknolojinin son yıllardaki gelişimi ile beraber akıllı telefonların kullanım oranı artmaktadır. Öğrencileriyle ve diğer insanlarla devamlı iletişim halinde olan öğretmenlerin de akıllı cep telefonlarını gündelik yaşamlarında uzun süre kullanmalarının, iletişim becerileri açısından bazı sorunlara ve aksaklıklara yol açabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmanın da amacı; beden eğitimi öğretmenlerinin akıllı telefon bağımlılık düzeyini iletişim becerileri açısından ölçmektir.

Yöntem: Katılımcıları 2019-2020 eğitim-öğretim yılında İstanbul'da bulunan kamu ve özel okullardan tesadüfi olarak seçilen toplam 252 beden eğitimi öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu", türkçeye uyarlanması (Demirci ve ark., 2014) tarafından yapılan "Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği" (Yetişkin Formu) kullanılmıştır. Ayrıca (Korkut-Owen ve Demirbaş-Çelik, 2017) tarafından uyarlanan "İletişim Becerileri Ölçeği" (Yetişkin Formu) kullanılmıştır. Beden eğitim öğretmenlerinin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi yapılmıştır. İletişim becerileri ve akıllı telefon bağımlılık düzeyleri cinsiyetlere göre karşılaştırılırken bağımsız örneklemelerde t testi, yaş ve çalışma süresine göre karşılaştırılırken tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonrasında anlamlı farklılık görülen alt boyutlarda farklılığın kaynağını belirlemek için post-hoc testlerden olan bonferroni analizi yapılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır.

Bulgular: Beden eğitim öğretmenlerinin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda iletişime özen gösterme ile günlük yaşamı ve toleransı bozma ($r=-.154$, $p<.05$), yoksunluk belirtileri ($r=-.218$, $p<.01$) ve olumlu beklenti ($r=-.165$, $p<.01$) puanların arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Bununla birlikte olumlu beklenti ile iletişim ilkelerine uyma ($r=-.125$, $p<.01$) arasında negatif yönlü anlamlılık; fiziksel belirtiler ile temel beceriler ve kendini ifade etme ($r=.139$, $p<.05$) arasında pozitif yönlü anlamlılık bulunmuştur. Ayrıca beden eğitimi öğretmenlerinin cinsiyetlerine göre akıllı telefon bağımlılık düzeylerinde ($p>.05$) ve iletişim becerilerinde ($p>.05$) anlamlı farklılık yoktur.

Sonuç: Sonuç olarak beden eğitimi öğretmenlerinin iletişime özen gösterme düzeyleri arttıkça, akıllı telefonların günlük yaşamı ve toleransı bozma, akıllı telefona karşı yoksunluk ve akıllı telefondan olumlu beklenti düzeyleri azalmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi Öğretmeni, Akıllı Telefon, Bağımlılık, İletişim.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 2. Oturum

S60 - The Relationship Between Communication Skills of Physical Education Teachers and Smartphone Addiction

Atılay Birtürk, Turgay Biçer

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ABSTRACT

Aim: With the development of technology in recent years, the rate of use of smart phones is increasing. It is thought that teachers, who are in constant communication with their students and other people, use smart mobile phones in their daily lives for a long time, which may cause some problems and malfunctions in terms of communication skills. The aim of this study was; to measure physical education teachers' smartphone addiction level in terms of their communication skills.

Methods: Participants were 252 physical education teachers randomly selected from public and private schools in Istanbul in the 2019-2020 academic year. The "Personal Information Form" prepared by the researcher and the "Smartphone Addiction Scale" (Adult Form) adapted to Turkish (Demirci et al., 2014) were used as data collection tools in the study. In addition, the "Communication Skills Scale" (Adult Form) adapted by (Korkut-Owen and Demirbaş-Çelik, 2017) was used. Pearson Product Moment Correlation analysis was conducted to examine the relationship between physical education teachers' smartphone addiction levels and communication skills. While comparing communication skills and smartphone addiction levels by gender, independent samples t-test, one-way analysis of variance was used to compare according to age and working time. After one-way analysis of variance, bonferroni analysis, one of the post-hoc tests, was performed to determine the source of the difference in sub-dimensions with significant differences. SPSS 22 package program was used to analyze the data.

Results: As a result of the correlation analysis conducted to examine the relationship between the smartphone addiction levels of physical education teachers and their communication skills, attention to communication and disrupting daily life and tolerance ($r = -.154, p < .05$), withdrawal symptoms ($r = -.218, p < .01$) and positive expectation ($r = -.165, p < .01$) scores were found to be negatively significant. However, negative significance between positive expectation and compliance with communication principles ($r = -.125, p < .01$); A positive significance was found between physical symptoms and basic skills and self-expression ($r = .139, p < .05$). In addition, there is no significant difference in the smartphone addiction levels ($p > .05$) and communication skills ($p > .05$) of physical education teachers according to their gender.

Conclusion: As a result, as the level of attention of physical education teachers to communication increases, the levels of disturbing daily life and tolerance of smartphones, deprivation and positive expectations from smartphones decrease.

Keywords: Physical Education Teacher, Smartphone, Addiction, Communication.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 6. Oturum

S61 - Egzersiz ve Spor Bölümü Öğrencilerinde Duygusal Zeka: Güdülenme, Utangaçlık ve Öz Yeterlik Algısının Rolü

Lütfiye Söğütü

¹Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi Psikoloji Bölümü

ÖZET

Amaç: Duygusal zeka, bireyin davranışlarını yönlendiren ihtiyaç, dürtü ve gerçek değerlerini temsil etmekle birlikte diğer insanlarla olan ilişkilerinin ve iş yaşamındaki başarısının da belirleyicisi olmaktadır. Bu araştırmanın amacı egzersiz ve spor bölümü öğrencilerinde duygusal zeka ile ilgili olabilecek güdülenme, utangaçlık ve öz yeterlik faktörlerinin araştırılmasıdır. Spor psikolojisi alanında bu faktörlerin çalışılması ve geliştirilip olumlu yönde değiştirilmesi muhtemeldir. Bu faktörlerin saptanması gelecekte spor psikolojisi alanında hangi konuların önem kazanacağını da belirlemesinde faydalı olacaktır.

Yöntem: Araştırmaya katılmayı kabul edip onam veren 30 kadın, 45 erkek toplam 75 öğrenciye araştırmacı tarafından Sporda Duygusal Zeka Envanteri (SDZE), Utangaçlık Ölçeği (UÖ), Sporda Güdülenme Ölçeği (SGÖ), Genelleştirilmiş Özyetki Beklentisi Ölçeği (GÖBÖ) uygulanmıştır.

Bulgular: Korelasyon analizleri sonucuna göre; duygusal zeka ile öz yeterlik, içsel güdülenme ve dışsal güdülenme arasında pozitif yönde kuvvetli ilişki saptanmıştır (sırasıyla: $r = .633$, $r = .395$, $r = .301$ ve $p < 0.00$, $p < 0.00$, $p = 0.009$). Bu bulgu ile duygusal zeka puanları yüksek olan öğrencilerin olumlu öz yeterlik algısına sahip oldukları, içsel ve dışsal güdülenmelerinin olumlu yönde olduğunu söyleyebiliriz. Duygusal zeka ile utangaçlık ve güdülenmeme arasında negatif yönde kuvvetli ilişki saptanmıştır (sırasıyla: $r = -.420$, $r = -.25$ ve $p < 0.00$, $p = 0.027$). Bu bulgu ile öğrencilerin duygusal zeka puanları düştükçe utangaçlık ve güdülenmeme düzeylerinin arttığını söyleyebiliriz.

Sonuç: Genç yetişkinliğin hemen öncesinde olan üniversite öğrencilerinde kendisi ve çevresi ile ilgili öz yeterlik, içsel güdülenme, dışsal güdülenme gibi olumlu duygu ve algılara sahip olmanın yanı sıra utangaçlık ve güdülenmeme gibi olumsuz duygu ve algılara sahip olmanın duygusal zeka ile ilişkili olabileceği kanaatindeyiz. Bu kavram ve ilişkilerin ayrıntılı incelenmesi alanyazına katkı sağlayacağı gibi bu kavramların geliştirilmesine ve spor psikolojisi alanındaki önemlerinin daha iyi anlaşılmasına da ışık tutacaktır.

Anahtar Kelimeler: Duygusal Zeka, Güdülenme, Utangaçlık, Öz Yeterlik.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 6. Oturum

S61 - Emotional Intelligence in Exercise and Sports Department Students: The Role of Motivation, Shyness and Self-Efficacy

Lütfiye Söğütü

¹Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi Psikoloji Bölümü

ABSTRACT

Aim: Emotional intelligence, while representing the needs, the impulses and the real values that drive an individual's behaviours, is also a determinant in his relationships with others and his success in workplace. The aim of this research is to identify the factors of motivation, shyness and self-efficacy that could be related to emotional intelligence in students from sports and exercise departments. It is probable that these factors will be studied and developed by positive changes in spor psikolojisi*. It is beneficial to state that identifying these factors will be useful to determine which areas will come into prominence in sport psychology in the near future.

Method: Tests of Emotional Intelligence Inventory in Sport (EIIS), Shyness Scale (SS), Sport Motivation Scale (SMS), General Self-efficacy Scale (GSS) have been applied by the researcher to students composed of 30 females and 45 males, forming a participant group of 75 in total who have given their permission and accepted to take part in the research.

Results: According to the findings of the correlation analysis; a strong connection in a positive direction has been identified between emotional intelligence and self-efficacy paired with intrinsic motivation and external regulation. (In order: $r = .633$, $r = .395$, $r = .301$ ve $p < 0.00$, $p < 0.00$, $p = 0.009$). With this discovery, we can conclude that students with high scores of emotional intelligence have the sense of positive self-efficacy and their intrinsic motivation and external regulation are act in a positive direction. A strong connection in a negative direction has been identified between emotional intelligence and shyness paired with amotivation (In order: $r = -.420$, $r = -.25$ ve $p < 0.00$, $p = 0.027$). With this discovery we can conclude that as the student's emotional intelligence score decreases, his levels of shyness and amotivation increase.

Conclusions: We are in the opinion that having positive emotions and awareness like self-efficacy, intrinsic motivation and external regulation, as well as negative emotions like shyness and amotivation might be related to emotional intelligence in university students right before early adulthood. A diligent examination of these concepts and relationships will not only benefit the literature but will also help the development of these concepts and shed a light on their importance in the area of sport psychology.

Keywords: Emotional intelligence, Motivation, Shyness, Self-Efficacy.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 6. Oturum

S62 - Futbolcularda Hedef Yönelimi ile Akıldışı Performans İnançları

Selman Orhan, Hüseyin ÜNLÜ

¹Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Doktora Programı

ÖZET

Giriş: Sportif performansın psikolojik boyutunda hedef yönelimi ile akıldışı performans inançları ilişkisi önemli olup bu araştırmanın amacı, futbolcularda hedef yönelimi ile akıldışı performans inançları arasındaki ilişkiyi tespit etmektir.

Yöntem: İlişkisel tarama modelinde gerçekleştirilen araştırmanın örneklemini; 2018-2019 sezonunda Elazığ ilinde futbol oynayan toplam 221 (\bar{x} yaş=23.36±5.70) futbolcu oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak; ‘‘Kişisel Bilgi Formu’’, ‘‘Hedef Yönelimi Ölçeği’’ ve ‘Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2’’ kullanılmıştır. Verilerin analizinde; tanımlayıcı istatistikler ve Pearson korelasyon kat sayısı tekniği kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma örneklemindeki futbolcuların hedef yönelimi ölçeğinin görev yönelimi alt boyutundan (\bar{x} =3.88±0.73)’lik ve ego yönelimi alt boyutundan (\bar{x} =3.39±0.85)’luk ortalamalar elde ettikleri belirlenmiştir. Akıldışı performans inançları envanterinin alt boyutlarından sırasıyla; talepkarlık (\bar{x} =3.65±0.78), düşük tolerans (\bar{x} =3.78±0.74), felaketleştirme (\bar{x} =3.20±0.77), değersizleştirme (\bar{x} =2.74±0.70) ve akıldışı performans inançları envanterinden elde edilen toplam puanı ise (\bar{x} =3.35±0.58) olarak saptanmıştır. Akıldışı performans inançları toplam puanının hem görev yönelimi ile ($r=,19$; $p<.01$), hem de ego yönelimiyle ($r=,37$; $p<.01$) pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür.

Sonuç: Araştırmada, görev ve ego yönelimi ile akıldışı performans inançları toplam puanları arasındaki ilişkide pozitif yönde anlamlı ilişkiye rastlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ego Yönelimi, Görev Yönelimi, Akıldışı Performans İnançları.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 6. Oturum

S62 - Irrational Performance Beliefs with Goal Orientation in Football Players

Selman Orhan, Hüseyin ÜNLÜ

¹Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Doktora Programı

ABSTRACT

Introduction: The relationship between goal orientation and irrational performance beliefs is important in the psychological dimension of sportive performance. The purpose of this study is to determine the relationship between goal orientation and irrational performance beliefs in footballers. **Method:** The study carried out in the relational screening model and sample of the study consisted of 221 (\bar{x} age = 23.36 ± 5.70) footballers who were engaged in football in Elazığ province in the 2018-2019 season. As a data collection in the study; "Personal Information Form", "Goal Orientations" and "Irrational Performance Beliefs Inventory-2" were used. In the analysis of the data; descriptive statistics and Pearson correlation coefficient technique were used.

Findings: In the study it was determined that the soccer players in the sample obtained average scores from the sub-dimension of the task orientation (\bar{x} = 3.88 ± 0.73) and ego orientation (\bar{x} = 3.39 ± 0.85) of the goal orientation scales. In the irrational performance beliefs inventory sub-dimensions; demandingness, (\bar{x} = 3.65 ± 0.78), low frustration tolerance (\bar{x} = 3.78 ± 0.74), awfulizing, (\bar{x} = 3.20 ± 0.77), depreciation (\bar{x} = 2.74 ± 0.70) and total score of irrational performance beliefs inventory (\bar{x} = 3.35 ± 0.58) were determined respectively. It was seen that the positive and significant relationships between total score of irrational performance beliefs and task orientation ($r = .19$; $p < .01$) and also ego orientation ($r = .37$; $p < .01$)

Conclusion: In goal orientation; it was found positive and significant correlation between task and ego orientation and total scores of irrational performance beliefs.

Keywords: Ego Orientation, Task Orientation, Irrational Performance Beliefs.



GİRİŞ

Sportif performansta başarı önemli olup sporcular başarılı olmak için büyük uğraşlar vermektedir. Başarılı olmada sporcunun teknik, taktik ve fiziksel özellikleri kadar psikolojik özellikleride önem arz etmektedir. Tokdemir (2011)'e göre psikolojik boyut sportif başarıyı etkileyebilecek kişilik özelliklerinden sporcunun psikolojik yapısını belirleyen zihinsel, duygusal, bilişsel ve davranışsal süreçlere kadar pek çok özellikten oluşmaktadır. Psikolojik özelliklerin sportif performanstaki etkisine bakıldığında ise Başer (1998)'e göre; sporcuların fiziksel antrenman ve teknik, taktik çalışmalarla en iyi ihtimalle performanslarının %70-75'ini sergileyebildikleri düşünülmektedir. Geriye kalan %25-30'luk dilim ise psikolojik yöntem ve stratejilerinin uygulamasına göre belirlenmektedir. Bu literatür bilgileri ışığında sporda hedef yöneliminin akıldışı performans inançlarıyla ilişkisi önemli olup bu araştırmanın amacı futbolcularda hedef yöneliminin akıldışı performans inançları ile ilişkisini araştırmaktır.

Toros, (2004)'a göre sporcu kendi başarı ve yeteneğini diğer spor sporcularla karşılaştırarak ve değerlendirerek bir yargıya ulaşabilmektedir. Nicholls, Cheung, Lauer, & Patashnick, (1989) elde edilen bu başarı algısını hedef yönelimi olarak tanımlamıştır. Duda, (1989) ise hedef yönelimini spor bağlamına uyarlamıştır,

Hedef yönelimi, görev ve ego yönelimi şeklinde ikiye ayrılır. Görev yöneliminde sporcu başarıyı; sıkı çalışma, beceri geliştirme, ilerleme olarak tanımlamaktadır. Görev yönelimli hedefler, bir görevin ustalık gerektirdiğini içerir ve kendi yeteneklerini geliştirmek isteyen sporcularda bulunur. Ego yönelimli sporcu olma ise takım arkadaşlarından veya rakiplerinden daha iyi olma isteğini içerir. Görev yönelimli hedefler kişisel iken, ego yönelimli hedefler rekabet odaklıdır (Toros, 2002). Kısaca ego yönelimli sporcu "diğer kişi, rakip" odaklı iken; görev yönelimli sporcu "kendi kendinin" kaynağıdır (Zahariadis, Thessaloniki & Biddle, 2000).

Bilişsel-davranışçı yaklaşımlar içerisinde bulunan Akılcı-Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT) 1950'lerden günümüze kadar giderek gelişen bir terapidir. Albert Ellis, bu yaklaşımın öncüsü olup birçok görüşten etkilenmiştir (Gençtanırım & Acar, 2007). Ellis (1962) tarafından geliştirilen Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi'de (ADDT) akıldışı inançlar (irrational beliefs) kavramı kullanılmaktadır (Erdem & Bilge, 2008). Akıldışı inançlar gerçekçi, tutarlı, fonksiyonel olmayan, katı isteklere odaklanan inançları, akılcı inançlar ise gerçekçi, tutarlı ve fonksiyonel olan esnek ve tercihleri vurgulayan inançları ifade etmektedir (Dryden, 2006, Ellis, 1995). Akılcı inançlar şu şekildedir:

1. Taleplere karşı mutlak-değişmez olmayan tercihler (Talepkarlık): Mutlak-değişmez olmayan tercihler, bireyin olmasını istediği şeyleri talepkar olmadan nasıl elde edebileceğine ilişkin esnek düşüncelerdir. Örneğin: Sporcunun antrenör veya yöneticiye karşı "Bana iyi davranmanı isterim ama böyle davranmak zorunda değilsin" şeklindeki düşünceleridir (Çivitci, Türküm, Baki, & Hamamcı, 2009).

2. Felaketleştirici inançlara karşı felaketleştirici olmayan inançlar: (Felaketleştirme): Felaketleştirici olmayan inançlar, mutlak-değişmez olmayan tercihler başarılı olmadığında bu tercihlerden türetilen aşırı olmayan düşüncelerdir. Örneğin: Sporcunun antrenör veya yöneticiye karşı "Bana iyi davranmanı isterim ama böyle davranmak zorunda değilsin. Bana iyi davranmadığın zaman bu gerçekten talihsiz bir durumdur, ama korkunç değildir" şeklindeki düşünceleridir (Çivitci vd., 2009).



3.Engellenmeye karşı düşük tahammülün alternatifi olarak yüksek tahammülü yansıtan inançlar (Düşük Tolerans): Sporcunun antrenör veya yöneticiye karşı “Bana iyi davranmanı isterim ama böyle davranmak zorunda değilsin. Bana iyi davranmadığında buna tahammül etmek gerçekten zordur, ama buna dayanabilirim ve böyle davranmak benim için değerlidir” şeklindeki düşünceleridir (Çivitci vd., 2009).

4. Değerini düşürücü inançlara karşı kabul edici inançlar: (Değersizleştirme): Örneğin: Sporcunun antrenör veya yöneticiye karşı “Bana iyi davranmanı isterim ama böyle davranmak zorunda değilsin. Bana iyi davranmamış olman senin kötü bir kişi olduğun anlamına gelmez, bana karşı kötü davranan hata yapabilir bir insan olduğunu gösterir” şeklindeki düşünceleridir (Çivitci vd., 2009).

Akıldışı inançlar önemlidir, Çünkü; Akılcı duygusal davranış terapide (ADDT) duygusal ve davranışsal problemlerin arkasında akıldışı inançların yer aldığı belirtilmektedir (Dryden & Branch, 2008). Doğan’a göre (1995) ise insan ne iyi ne de kötü, ne mantıklı nede mantıksız bir varlık olup insanın verimliliği, mutluluğu ve başarısı akılcı düşünce ve davranışlara bağlıdır.

Spor ortamı düşünüldüğü zaman sporcuları etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Rekabet, performans sergileme, antrenörü tarafından beğenilme/beğenilmeme, takdir edilme/edilmeme, maddi gelir elde etme gibi birçok baskı unsuru bulunmaktadır. Bunlar gibi birçok faktör sporcuların akıldışı inançlar geliştirmesine kaynak olabilmektedir. Bu açıdan hedef yönelimi ile akıldışı performans inançları ilişkisi önemli olup bu araştırmanın ilgili literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

İlişkisel tarama modelinde gerçekleştirilen araştırmanın örneklemini; 2018-2019 sezonunda Elazığ ilinde futbol oynayan toplam 221 (Ort.yaş=23.36±5.70) futbolcu oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak; “Kişisel Bilgi Formu”, “Hedef Yönelimi Ölçeği” ve ‘Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2’ kullanılmıştır.

Verilerin analizinde; tanımlayıcı istatistikler, çoklu regresyon ve pearson korelasyon kat sayısı tekniği kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği (SGEYÖ)

Duda (1989;1995) tarafından hedef belirlemede ego ve görev yönelimi olarak bireysel farklılıkları belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. SGEYÖ, 5’li likert tipi ölçeğinde olup 2 alt boyut (Ego ve görev yönelimi) ve toplam 13 maddeden oluşur. Türk sporcuları için geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır (Toros, 2004).

Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2 (APİE-2)

Turner ve Allen (2018) tarafından, Akıldışı Performans İnançları Envanteri’nin (Turner ve ark., 2016) kısaltılması ile oluşturulmuştur. Toplam 20 maddeden oluşan envanter 5’li likert tipidir. Envanter performansla yönelik akıldışı inançları, Talepkarlık, Felaketleştirme, Düşük Tolerans ve Değersizleştirme olmak üzere 4 alt boyutta değerlendirmektedir. Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2 Türkçeye uyarlama çalışması, (Urfa & Aşçı, 2018a) tarafından yapılmıştır.



BULGULAR

Tablo 1. Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği ile Akıldışı Performans İnançları Envanteri-
2 Alt Boyutlarının Tanımlayıcı İstatistikleri

Değişkenler	n	Ort.	Ss
Ego Yönelimi	221	3,39	0,85
Görev Yönelimi	221	3,88	0,73
Talepkarlık	221	3,65	0,78
Düşük Tolerans	221	3,78	0,74
Felaketleştirme	221	3,20	0,77
Değersizleştirme	221	2,74	0,70
Akıldışı Performans Toplam	221	3,35	0,58

Araştırma örneklemindeki futbolcuların hedef yönelimi ölçeğinin görev yönelimi alt boyutundan (Ort.=3.88±0.73)'lik ve ego yönelimi alt boyutundan (Ort.=3.39±0.85)'luk ortalamalar elde ettikleri belirlenmiştir. Akıldışı performans inançları envanterinin alt boyutlarından sırasıyla; talepkarlık (Ort.=3.65±0.78), düşük tolerans (Ort.=3.78±0.74), felaketleştirme (Ort.=3.20±0.77), değersizleştirme (Ort.=2.74±0.70) ve akıldışı performans inançları envanterinden elde edilen toplam puanı ise (Ort.=3.35±0.58) olarak saptanmıştır.

Tablo 2. Hedef Yönelimi ve Akıldışı Performans İnançları İlişkisi		
Değişkenler	Akıldışı Performans İnançları Toplam	
Görev Yönelimi	r	,185**
	p	,006
	n	221
Ego Yönelimi	r	,357**
	p	,000
	n	221
Akıldışı Performans İnançları Toplam	r	1
	p	
	n	238

*p<.05 **p<.01

Tablo 2'de Akıldışı performans inançları toplam puanının hem görev yönelimi ile ($r=,19$; $p<.01$), hem de ego yönelimiyle ($r=,36$; $p<.01$) pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür.



Tablo 3. Akıldışı Performans İnançlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları					
Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	2.517	.205		12.262	.000**
Görev Yönelimi	.004	.058	.005	,070	.944
Ego Yönelimi	.240	.050	.354	4.815	.000**
R = .357a R ² = .127 F=15,873 p = .001					
a.Bağımlı Değişken: (Sabit) Akıldışı Performans İnançları Toplam					
b.Yordayıcı Değişken: Görev Yönelimi, Ego Yönelimi					

Tablo 3'e göre; Hedef yöneliminin, Toplam Akıldışı Performans İnançları düzeyini yordama denklemi (R² =.127, F=15,873, p<.05) önemli görülmüştür. Buna göre Ego Yönelimi Akıldışı Performans İnançları düzeyindeki toplam varyansın %13'ünü açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin sonuçlar incelendiğinde Ego Yönelimi, Akıldışı Performans İnançları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA

Araştırmada futbolcularda hedef yönelimi ile akıldışı performans inançları ilişkisi belirlenmiş ve bu değişkenler arasındaki etki ortaya konmuştur. Araştırmada futbolcuların hedef yönelimi ölçeğinin ego yönelimi alt boyutuna göre görev yönelimi alt boyutundan daha yüksek ortalamalar elde ettikleri belirlenmiştir. Akıldışı performans inançlarının ise orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Görev yönelimine göre ego yönelimi ile akıldışı performans inançları arasında pozitif yönde daha yüksek anlamlı bir ilişkinin (Tablo 2) olması beklendiği araştırma bulgusu olarak değerlendirilmiştir. İlgili literatürde Kristiansen, Roberts, & Abrahamsen, (2008)'in yaptığı çalışmada görev yönelimli sporcuların, hem problem çözme hem de duygu odaklı stratejilerde başa çıkma becerilerinin ego yönelimli sporculara oranla daha geliştiği saptanmıştır. Deen, Turner, & Wong, (2017) elit squash sporcularıyla yaptığı çalışma sonucunda ADDT'nin tüm sporcularda akıldışı inançları önemli ölçüde azalttığını belirlenmiş ve bazı sporcuların belirgin şekilde esneklik özelliklerini arttırmıştır. Dixon, Turner, & Gillman, (2017)'nin çalışmasında 105 profesyonel futbol antrenörünün akıldışı inançlarını tespit etmek amacıyla kısaltılmış genel tutum ve inanç ölçeği kullanılmış ve yüksek akıldışı inançlarda olay veya durumların daha fazla tehdit olarak değerlendirilmesi ve akıldışı inançların daha az meydan okumaya yönelik bilişsel değerlendirmelerle ilişkili olduğu saptanmıştır. Urfa ve Aşçı (2018)'nin araştırmasında ise sporcu olan ergenlerin daha fazla akıldışı inanca sahip olduğu saptanmıştır.

SONUÇ

Araştırmada, görev ve ego yönelimi ile akıldışı performans inançları toplam puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Ayrıca ego yöneliminin, akıldışı performans inançlarını istatistiksel açıdan anlamlı ve pozitif yönde etkilediği saptanmıştır.

Öneriler: Hedef Yönelimi ile özellikle Akıldışı performans inançları arasındaki ilişkilerin farklı örneklem ve branşlarda (bireysel, takım sporu) değerlendirilmesinin literatüre katkıda bulunacağı düşünülmüştür.



KAYNAKÇA

- Başer, E. (1998). *Uygulamalı Spor Psikolojisi: Performans Sporunda Psikolojinin Rolü*. Bağırman Yayınevi, Ankara.
- Çivitci, A., Türküm, S. A., Baki, D., & Hamamcı, Z. (2009). *Okullarda Akılcı-Duygusal Davranış Terapisine Dayalı Uygulamalar : "Kavramlar, Teknikler Ve Örnek Etkinlikler"*. Pegem Akademi Yayıncılık.
- Deen, S., Turner, M. J., & Wong, R. S. K. (2017). The Effects Of REBT, And The Use Of Credos, On Irrational Beliefs And Resilience Qualities In Athletes. *Sport Psychologist*, 31(3), 249–263. <https://doi.org/10.1123/tsp.2016-0057>
- Dixon, M., Turner, M. J., & Gillman, J. (2017). Examining The Relationships Between Challenge And Threat Cognitive Appraisals And Coaching Behaviours In Football Coaches. *Journal of Sports Sciences*, 35(24), 2446–2452. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1273538>
- Dryden, W. (2006). *First Steps in REBT: A Guide to Practicing REBT in Peer Counseling*.
- Dryden, W., & Branch, R. (2008). *The fundamentals of rational emotive behaviour therapy : a training handbook*. J. Wiley.
- Duda, J. L. (1989). Goal perspectives, participation and persistence in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 20, 42–56.
- Ellis, A. (1995). Changing Rational-Emotive Therapy (RET) To Rational Emotive Behavior Therapy (REBT). *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 13(2), 85–89. <https://doi.org/10.1007/BF02354453>
- Erdem, A. Y., & Bilge, F. (2008). Lise Öğrencileri İçin Meslek Seçimine İlişkin Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin Geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 29, 95-110
- Gençtanırım, D., & Acar, N. V. (2007). *Akılcı - Duygusal Davranışçı Yaklaşım ve Sezen Aksu Şarkıları*. 32(143).
- Kristiansen, E., Roberts, G. C., & Abrahamsen, F. E. (2008). Achievement involvement and stress coping in elite wrestling. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 18(4), 526–538. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2007.00646.x>
- Nicholls, J. G., Cheung, P. C., Lauer, J., & Patashnick, M. (1989). Individual differences in academic motivation: Perceived ability, goals, beliefs, and values. *Learning and Individual Differences*, 1(1), 63–84. [https://doi.org/10.1016/1041-6080\(89\)90010-1](https://doi.org/10.1016/1041-6080(89)90010-1)
- Toros, T. (2004). Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği-"SGEYÖ"- nin Türk Sporcuları İçin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 15(3), 155.
- Toros, Turhan. (2002). Elit Ve Elit Olmayan Erkek Basketbolcularda Hedef Yönelimi, Güdusel (Motivasyonel) İklim Ve Yaşam Doyumu. *Spor Bilimleri Dergisi*, 13(3), 24–36. Tarihinde adresinden erişildi <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbd/issue/16418/171524>
- Urfa, O., & Aşçı, F. H. (2018a). Examination of Psychometric Properties of the Irrational Performance Belief Inventory-2. *Psikoloji Çalışmaları / Studies in Psychology*, 38(2), 219–236. <https://doi.org/10.26650/sp2018-0004>
- Urfa, O., & Aşçı, F. H. (2018b). Spor Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Akıldışı İnançlarının İncelenmesi. *Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 20(2), 41–52.
- Zahariadis, Thessaloniki, P. N., & H Biddle, S. J. (2000). *Goal Orientations and Participation Motives in Physical Education and Sport: Their relationships in English schoolchildren* (C. 2).



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 6. Oturum

S63 - Öğrenci Sporcuların Akış Deneyiminin Performans Kaygısı ile İlişkisinde Bilinçli Farkındalığın Aracılık Rolü

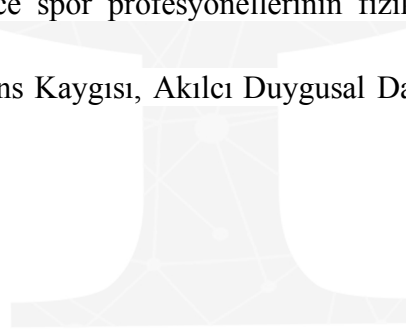
Ergün KARA

¹Anadolu Üniveristesi

ÖZET

Amaç: COVID-19'un yayılma oranını en aza indirmek için sosyal mesafe ve izolasyon önlemleri alınmış ve bu önlemler dahilinde tüm spor ligleri ve turnuvalar askıya alınmış veya iptal edilmiştir. Bu çalışmada, sporcuların COVID-19 izolasyon sürecinde antrenman devamlılığı ve mental sağlıklarının araştırılması ve gelecek sezon müsabakalarına fiziksel ve zihinsel olarak hazır olup olmadıklarının belirlenmesi amaçlanmaktadır. **Yöntem:** Çalışmaya farklı spor branşlarından 17.7 ± 2.72 yaşlarında 89 sporcu dahil edildi. Sporcuların izolasyon öncesi ve sonrası antrenman süreleri ve mental sağlıkları çevrimiçi anket platformu üzerinden sorgulandı. **Bulgular:** İzolasyon öncesine göre sporcuların birçoğunun antrenman süresinde azalma olduğu görüldü. Depresyon düzeyini ölçen CES-D ölçek puanları incelendiğinde, spor performanslarının izolasyon sürecinde azaldığını düşünen ve maçlara dönmeye hazır olmayan sporcuların puanları düşünmeyenlere göre daha yüksekti ($p < 0.01$). Anksiyete düzeyini ölçen Yaygın Anksiyete Bozukluğu-7 (YAB-7) ölçeği ve CES-D puanları incelendiğinde COVID-19 enfeksiyonu durumunda performanslarının düşmesinden endişe duyan ve müsabakalara dönmeden önce psikolojik desteğe ihtiyaç duyan bireylerin puanları diğer bireylere göre daha yüksekti ($p < 0.01$). **Sonuç:** Sonuçlar, sporcuların hem izolasyon sürecinde hem de spor müsabakalarına dönmeden önce spor profesyonellerinin fiziksel ve psikolojik desteğine ihtiyaç duyduklarını göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Performans Kaygısı, Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi, Duygu Düzenleme, Öğrenci Sporcu.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 6. Oturum

S63 - Mediating Role Of Mindfulness on Relationship Between Dispositional Flow And Performance Anxiety in Students Athletes.

Ergün KARA
¹Anadolu Üniveristesi

ABSTRACT

Aim: Social distance and isolation measures have been taken to minimize the spread rate of COVID-19, and within these measures, all sports leagues and tournaments have been suspended or canceled. In this study, it is aimed to investigate the training continuity and mental health of athletes during the COVID-19 isolation process and to determine whether they are physically and mentally ready for the next season competitions. **Methods:** 89 athletes, 17.7 ± 2.72 years old, belonging to different sports branches were included in the study. The training time and mental health of the athletes before and after isolation were questioned through the online questionnaire platform. **Results:** It was observed that most of the athletes had a decrease in the training time compared to before isolation. When the CES-D scale scores measuring the depression level were examined, the scores of the athletes who thought that their sports performance decreased during the isolation process and were not ready to return to the matches were higher than the individuals who did not think ($p < 0.01$). When Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) scale measuring the level of anxiety and CES-D scores were examined, the scores of the individuals who were worried about the decrease in their performance in case of COVID-19 infection and who needed psychological support before returning to the competitions were higher than the other individuals ($p < 0.01$). **Conclusions:** The results showed that athletes needed physical and psychological support by sports professionals, both during the isolation process and before returning to sports competitions.

Keywords: Performance Anxiety, Rational Emotive Behaviour Therapy, Emotion Regulation, Student Athletes.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 6. Oturum

S64 - Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Temelli Duygu Düzenleme Grupla Psikolojik Danışma Programının Öğrenci Sporcuların Performans Kaygısına Etkisi

Ergün KARA, Ayşe Sibel TÜRKÜM
¹Anadolu Üniveristesi

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı sporcular için Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi temelli duygu düzenleme grupla psikolojik danışma programı geliştirmek ve bu programın öğrenci sporcuların performans kaygısı üzerindeki etkisini test etmektir.

Yöntem: Sekiz oturum olan REBT temelli programın etkilerini test etmek için kontrol gruplu 2x2 yarı deneysel araştırma deseni uygulanmıştır. Çalışmaya 22 öğrenci sporcu katılmıştır (11 deneysel grup, 11 kontrol grubu). Çalışmanın verileri “Spor Performans Kaygı Ölçeği” ile toplanmıştır. Çalışmada etkileri test etmek için betimsel istatistikler, Bayesyan bağımlı gruplar T testi ve Bayesyan bağımsız gruplar T testi kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışma sonuçlarına göre REBT temelli programın deney grubundaki öğrenci sporcuların performans kaygısını düşürdüğü tespit edilmiştir. Son test sonuçlarına göre performans kaygısında deney grubu lehine anlamlı bir düşüş olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak REBT temelli duygu düzenleme programının öğrenci sporcuların performans kaygısı üzerinde pozitif etkisinin olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Performans Kaygısı, Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi, Duygu Düzenleme, Öğrenci Sporcu.

Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 6. Oturum



S64 - Effects Of Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Based Emotion Regulation Group Counselling Program On Performance Anxiety Of Student Athletes

Ergün KARA, Ayşe Sibel TÜRKÜM
¹Anadolu Üniveritesi

ABSTRACT

Aim: The purpose of this study was to develop Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) based emotion regulation group counselling program for athletes and then to experimentally test the effect of the program on performance anxiety of student athletes.

Methods: The effects of 8 sessions REBT based program was tested with 2x2 controlled quasi-experimental group design. 22 student athletes to participated in the study (11 in experiment and 11 in control groups). Sport Anxiety Scale-2 was used to assess the study construct. To test the effects of program descriptive statistics, Bayesian paired sample T-test and Bayesian independent sample T-test applied.

Results: The findings showed that the REBT based program had a significant effect on the decrease in performance anxiety of the experiment group's student athletes. The posttest results showed significant differences in performance anxiety favoring the experiment group. **Conclusions:** The findings indicated a positive effect of the REBT based emotion regulation program on the student athletes performance anxiety levels.

Keywords: Performance Anxiety, Rational Emotive Behaviour Therapy, Emotion Regulation, Student Athletes.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 6. Oturum

S65 - Sporcularda Akıldışı Performans İnançları ile Tükenmişlik Arasındaki İlişkide Tutkunluğun Aracı Rolü

Gözde Yahya, F. Hülya Aşçı
¹Marmara Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı, sporcuların performanslarına yönelik akıldışı inançları ile tükenmişlikleri arasındaki ilişkinin ve bu ilişkide tutkunluğun aracı rolünün incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 6 branştan (basketbol, voleybol, hentbol, okçuluk, taekwondo ve yüzme) 113 kadın ($X_{yaş} = 22.44 \pm 3.42$) ve 140 erkek ($X_{yaş} = 22.74 \pm 3.62$) olmak üzere toplam 253 sporcu ($X_{yaş} = 22.61 \pm 3.38$) katılmıştır. “Kişisel Bilgi Formu”, “Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2”, “Sporcu Tükenmişlik Ölçeği” ve “Tutkunluk Ölçeği” tüm katılımcılara uygulanmıştır. Verilerin analizinde ve aracı modelin incelenmesinde bootstrap yöntemi kullanılarak regresyon analizi yapılmıştır.

Bulgular: Aracılık etkisinin incelendiği analiz sonuçlarına göre, akıldışı inançlar ile tükenmişlik arasındaki ilişkide aracılık etkisi olduğu bulunmuştur. Uyumlu tutkunluk, akıl dışı inançların talepkarlık ve düşük tolerans alt boyutları ile tükenmişliğin duygusal tükenme (sırasıyla $c' = -.11$, $c' = -.12$, $p < .05$), duyarsızlaşma (sırasıyla $c' = -.14$, $c' = -.13$, $p < .05$) ve azalan başarı hissi (sırasıyla $c' = -.11$, $c' = -.12$, $p < .05$) alt boyutları arasındaki ilişkilere aracılık etmektedir. Takıntılı tutkunluk ise, akıl dışı inançların talepkarlık, felaketleştirme ve düşük tolerans alt boyutları ile duyarsızlaşma (sırasıyla $c' = -.05$, $c' = -.03$, $c' = -.05$, $p < .05$) arasındaki ilişkide aracılık etmektedir. Ayrıca takıntılı tutkunluk, akıl dışı inançların değersizleştirme alt boyutu ile duygusal tükenme ($c' = -.04$, $p < .05$), azalan başarı hissi ($c' = -.05$, $p < .05$) ve duyarsızlaşma ($c' = -.08$, $p < .05$) arasındaki ilişkide aracı role sahiptir.

Sonuç: Sonuç olarak, sporcuların sahip oldukları akıldışı inançların, yaptıkları spora olan tutkunlukları aracılığıyla tükenmişlikleri üzerinde etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Akıldışı Performans İnançları, Tutkunluk, Tükenmişlik.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 6. Oturum

S65 - The Mediating Role of Passion in The Relationship Between Irrational Performance Beliefs and Burnout in Athletes

Gözde Yahya, F. Hülya Aşçı
¹Marmara Üniversitesi

ABSTRACT

Aim: The purpose of this study was to investigate the relationship between the irrational performance beliefs and burnout in athletes, and the mediating role of passion in this relationship.

Methods: A total of two hundred fifty-three athletes, consisting of 113 females (Mage = 22.44 ± 3.42) and 140 males (Mage = 22.74 ± 3.62), from six different sport branches (basketball, volleyball, handball, archery, taekwondo and swimming) participated in the study. "Personal Information Form", "Irrational Performance Beliefs Inventory-2", "Athlete Burnout Questionnaire" and "Passion Scale" were administered to all participants. Regression analysis was performed by using bootstrap method in the data analysis.

Results: Analysis indicated mediating role of passion in the relationship between irrational beliefs and burnout. Harmonious passion mediates the relationship of the demandingness and low frustration tolerance sub-dimensions of irrational beliefs with emotional exhaustion ($c' = -.11$, $c' = -.12$, $p < .05$; respectively), depersonalization ($c' = -.14$, $c' = -.13$, $p < .05$; respectively) and personal accomplishment ($c' = -.11$, $c' = -.12$, $p < .05$; respectively) sub-dimensions of burnout. Obsessive passion mediates the relationship of demandingness, awfulizing, and low frustration tolerance sub-dimensions of irrational beliefs with depersonalization ($c' = -.05$, $c' = -.03$, $c' = -.05$, $p < .05$; respectively). In addition, obsessive passion has a mediating role in the relationship between the depreciation sub-dimension of irrational beliefs and emotional exhaustion ($c' = -.04$, $p < .05$), personal accomplishment ($c' = -.05$, $p < .05$) and depersonalization ($c' = -.08$, $p < .05$).

Conclusions: It can be said that the irrational beliefs play an important role in burnout through athletes' passion toward their sports.

Keywords: Irrational Performance Beliefs, Passion, Burnout.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Pazar, 7. Oturum

S66 - Spor Yapan Ergen Bireylerin Kişilik Gelişimine Eklektik Bir Bakış Açısı

İpek Salman

¹İzmir Ekonomi Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

ÖZET

Amaç: İnsanlar yaşamları boyunca sürekli gelişim ve değişim süreçleri içerisinde var olurlar. Bu değişikliklerin yoğun olarak meydana geldiği dönemlerden biri ergenlik dönemidir. Ergenlerde görülen birçok fiziksel, duygusal, bilişsel ve psikosozal özelliklerin değişimi kişilik gelişimine yön vermeye katkı sağlar. Ergen bireyin hızlı fiziksel ve psikosozal değişimlerle karşı karşıya kaldığı bu dönemde herhangi bir spor dalıyla ilgilenmesi kendine olan güvenini arttırması, kimlik çatışmasını başarıyla atlatması, problem çözme yeteneğinin gelişmesi, kendini keşfetmesi ve akranlarıyla daha sağlıklı iletişim kurabilmesini sağlayacaktır. Bu araştırmanın temel amacı, spor yapan ergenlik çağındaki bireylerin kişilik gelişimlerinde etkili olan çeşitli fiziksel, psikolojik, duygusal, sosyal değişkenleri eklektik bir bakış açısıyla incelemek ve sporun kişilik gelişiminde yarattığı farklılığa ilgili alanyazınına katkı sağlamaktır.

Yöntem: Bu çalışma, 1995'ten 2020'ye kadar Pubmed, Google Scholar ve PsycInfo veritabanları taranarak ve ayrıca 'kişilik gelişimi ve spor', 'ergenlik ve spor', 'spor ve ruh sağlığı' anahtar kelimeleri kullanılarak aranmıştır. Tarama sonucunda, ergen bireylerin spor yapıp yapmamalarından kaynaklanan kişilik gelişimi farklılıkları ve bunların psikolojik, sosyal, fiziksel ve duygusal sonuçları arasındaki ilişkiyi ele alan 13 ampirik makale çalışmaya dahil edilmiştir.

Bulgular: Araştırma bulguları, belli bir amaca yönelik aktivitelere ve organize sporlara katılmanın spor ile ergenlerin kişilik gelişimleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Ergenlik döneminde spor yapanların yapmayanlara göre daha olumlu kendilik imajına sahip oldukları, daha az oranda alkol ve madde kullandıkları, daha düşük depresyon ve anksiyete skorlarına sahip oldukları saptanmıştır. Spor yapmayanların kişilik gelişimi üzerinde cinsiyet etkili değilken spor yapan ergenlerde erkeklerin beden imgesi değerlendirmesi ve mental dayanıklılığı anlamlı olarak bulunmuştur.

Sonuç: Spor yapan ergenlerin yapmayanlara göre stresle başa çıkma, duygu regülasyonu, başarılı kimlik oluşumu, olumlu benlik saygısı açısından daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Bu araştırma sonucunda elde edilen bulguların, düzenli ve doğru şekilde spor yapmanın ergenlerin kişilik gelişimini nasıl etkilediği konusunda eğitimcilere, ebeveynlere, spor alanında çalışanlara kaynak sağlayarak yol göstereceği, literatüre katkıda bulunacağı ve yeni araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik, Kişilik Gelişimi, Spor ve Ruh Sağlığı.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Pazar, 7. Oturum

S66 - An Eclectic Perspective On The Personality Development Of Adolescents Doing Sports

İpek Salman

¹İzmir Ekonomi Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

ABSTRACT

Aim: People exist in continuous development and change processes throughout their lives. One of the periods in which these changes occur intensely is the adolescence period. The change of many physical, emotional, cognitive, and psychosocial characteristics seen in adolescents contributes to guiding personality development. In this period when the adolescent individual is faced with rapid physical and psychosocial changes, engaging in any sport will increase his/her self-confidence, successfully overcome identity conflict, develop the problem-solving ability, self-discovery and communicate with his/her peers in a healthier way. The main purpose of this study is to examine various physical, psychological, emotional, and social variables that are effective in the personality development of adolescents who do sports with an eclectic perspective and to contribute to the relevant literature on the difference created by sports in personality development.

Methods: This study was searched from 1995 to 2020 by browsing the Pubmed, Google Scholar, and PsycInfo databases, as well as using the keywords 'personality development and sports', 'adolescence and sports', 'sports and mental health'. As a result of the screening, 13 empirical articles addressing the relationship between personality development differences caused by whether adolescents do sports or not and their psychological, social, physical, and emotional consequences were included in the study.

Results: Research findings reveal that there is a significant relationship between sport and adolescents' personality development by participating in activities for a specific purpose and organized sports. It was found that those who do sports during adolescence have a more positive self-image, use less alcohol and substance use, and have lower depression and anxiety scores than those who do not. While gender is not effective in the personality development of those who do not do sports, body image assessment, and mental endurance of girls/boys were found to be significant in adolescents who do sports.

Conclusions: It is understood that adolescents who do sports are higher in terms of coping with stress, emotion regulation, successful identity formation, and positive self-esteem than those who do not. It is thought that the findings obtained as a result of this research will guide educators, parents, and those working in the field of sports by providing resources, contribute to the literature, and shed light on new research on how regular and correct exercise affects the personality development of adolescents.

Keywords: Adolescence, Personality Development, Sports And Mental Health.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Pazar, 7. Oturum

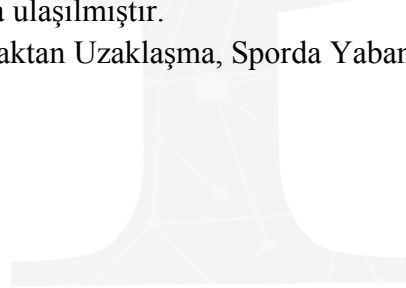
S67 - Sporcuların Ahlaktan Uzaklaşma ve Yabancılaşma Durumlarının İncelenmesi

Gamze Deryahanoğlu, Abdulkerim Çeviker
¹Hitit Üniversitesi

ÖZET

Bu araştırmanın amacı farklı branşlarda lisanslı sporcuların çeşitli değişkenlere göre ahlaktan uzaklaşma ve yabancılaşma durumlarının incelenmesidir. Araştırma Çorum ilinde 2019 – 2020 sezonu için vizeli ve lisanslı 153 sporcu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara Gürpınar (2015) tarafından geliştirilmiş “Sporda Ahlaktan Uzaklaşma” ölçeğiyle Deryahanoğlu (2019) tarafından geliştirilmiş “Sporda Yabancılaşma” ölçeği kullanılmıştır. Veriler tanımlayıcı istatistikler, frekans ve yüzde analizi, ANOVA ve bağımsız gruplarda t-testi ile analiz edilmiştir. Post hoc analizi olarak LSD kullanılmıştır. Analizler SPSS 21.0 programında yapılmış ve anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda; sporcuların branş değişkenine göre anlamlı fark olmadığı tespit edilirken, cinsiyet değişkenine göre Sporda Yabancılaşma Ölçeği Kuralsızlık alt boyutunda anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sporcuların ailede başka bireyi spor yapma durumuna göre Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeğinde anlamlı fark olduğu tespit edilmişken, aile ile beraber yaşama durumunda hem ahlaktan uzaklaşma ölçeğinde hem de sporda yabancı ölçeği ve alt boyutlarında anlamlı fark olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların spor yaşlarına göre puanları analiz edildiğinde ise sadece Ahlaktan Uzaklaşma Ölçeğinde anlamlı fark tespit edilmiş ve anlamlı fark yaratan grupların (1-2 ve 2-3) arasında olduğu belirlenmiştir. Sonuçlar genel olarak değerlendirildiğinde sporcuların aile ile beraber yaşama ve ailede başka spor yapanın olması ahlaktan uzaklaşma ve yabancılaşma durumlarını etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Ahlaktan Uzaklaşma, Sporda Yabancılaşma.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Pazar, 7. Oturum

S67 - Investigation of Athletes' Immorality and Alienation Situation

Gamze Deryahanoğlu, Abdulkerim Çeviker
¹Hitit Üniversitesi

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the immorality and alienation of licensed athletes in different branches according to various variables. The research was carried out on 153 visa and licensed athletes for the 2019-2020 season in Çorum. The "Alienation in Sports" scale developed by Deryahanoğlu (2019) with the "Moralization in Sports" scale developed by Gürpınar (2015) was used for the participants. The data were analyzed by descriptive statistics, frequency and percentage analysis, ANOVA and independent groups t-test. LSD was used as post hoc analysis. The analyzes were made in the SPSS 21.0 program and the level of significance was accepted as .05. As a result of the analysis made; While it was determined that there was no significant difference according to the branch variable of the athletes, there was a significant difference in the sub-dimension of the Alienation in Sports Alienation Scale Irregularity according to the gender variable ($p < 0.05$). While it was determined that there was a significant difference in the Moral Distancing Scale according to the sportsmen's status of exercising another member of the family, it was determined that there was a significant difference in both the immorality scale and the foreign scale and sub-dimensions in sports when living with the family. When the scores of the participants were analyzed according to their sports ages, a significant difference was found only in the Moral Alienation Scale and it was determined that there were groups (1-2 and 2-3) that made a significant difference. When the results were evaluated in general, it was concluded that the athletes living with the family and the presence of other sports in the family affected the status of immorality and alienation

Keywords: Sports, Moralization, Alienation in Sports.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Pazar, 7. Oturum

S68 - Görünüme Yönelik Sosyokültürel İnançların Benlik Saygısı, Psikolojik Sağlık ve Fiziksel Aktivite Düzeyini Belirleyici Rolü

Seda KAYA, Ceren YAMAN, Nazmi BAYKÖSE
¹Akdeniz Üniversitesi

ÖZET

Bu araştırmanın amacı görünüme yönelik sosyokültürel inançların benlik saygısı, psikolojik sağlık ve fiziksel aktivite düzeyini belirleyici rolünün incelenmesi olarak belirlenmiştir. Çalışmaya 118 kadın, 162 erkek toplam 280 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmanın amacına ulaşmak için; Craig vd. (2003) tarafından geliştirilmiş, Türk kültürüne uyarlaması Öztürk (2005) tarafından gerçekleştirilmiş olan “Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (IPAQ) kısa formu”, Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiş, Türk kültürüne uyarlaması Çuhadaroğlu (1986) tarafından gerçekleştirilmiş olan “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği”, Smith ve diğ. (2008) tarafından geliştirilmiş olan ve Türk kültürüne uyarlaması Doğan, (2015) tarafından yapılan “Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği” ve Schaefer, Harriger ve ark. (2015) tarafından geliştirilmiş, Türk kültürüne uyarlaması Cihan, Bozo, Scheafer ve Thompson (2016) tarafından gerçekleştirilmiş olan “Görünüme Yönelik Sosyokültürel İnançlar Ölçeği Revize-4 (SATAQ-4R)” kullanılmıştır. Verilerin çözümünde, betimsel istatistik yöntemleri ve Çoklu Adımsal Regresyon Analizden yöntemlerinden yararlanılmıştır. Çoklu Adımsal Regresyon Analizi, görünüme yönelik sosyokültürel inançların; benlik saygısı, psikolojik sağlık ve fiziksel aktivite düzeyinin belirleyicisi olup olmadığını test etmek amacı ile kullanılmıştır. Analizler SPSS paket programında yapılmış ve araştırmada anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak alınmıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde; Katılımcıların Fiziksel aktivite düzeyi ile Görünüme Yönelik Sosyokültürel İnançlar alt ölçeklerinden kaslılık alt ölçeği puanları arasında negatif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların benlik saygısı puanlarının ise aile, akran ve medya alt boyutları ile negatif ilişkili olduğu görülmüştür. Sonuç olarak araştırma bulguları katılımcıların benlik saygılarının belirleyicisinin medya olduğunu gösterirken, psikolojik sağlamlığın medya ve aile ile ilişkilendirilebileceği gözlemlenmiştir. Son olarak Fiziksel aktivite düzeylerinin kaslı görünüm isteği ile negatif ilişkide olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Görünüme Yönelik Sosyokültürel İnançlar, Benlik Saygısı, Psikolojik Sağlık, Fiziksel Aktivite Düzeyi.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Pazar, 7. Oturum

S68 - The Role of Sociocultural Beliefs in Appearance Determining the Level of Self-esteem, Psychological Stability and Physical Activity

Seda KAYA, Ceren YAMAN, Nazmi BAYKÖSE
¹Akdeniz Üniversitesi

ABSTRACT

The aim of this research was to examine the role of self-esteem, psychological robustness and the level of physical activity of sociocultural beliefs for appearance. A total of 280 people volunteered to study 118 women and 162 men. To achieve the purpose of the research; Craig et al. (2003) and adapted to Turkish culture by Öztürk (2005), the "International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) short form" developed by Rosenberg (1965) and adapted to Turkish culture by Çuhadaroğlu (1986).", Smith et al. The "Short Psychological Resilience Scale" developed by Doğan (2008) and adapted to Turkish culture, and Schaefer, Harriger et al. (2015) and adapted to Turkish culture by Cihan, Bozo, Scheafer, and Thompson (2016), "Sociocultural Beliefs Towards Appearance Scale Revise-4 (SATAQ-4R)" was used. Descriptive statistical methods and Multiple Stepwise Regression Analysis methods were used in the solution of the data. Multi-Step Regression Analysis, sociocultural beliefs about appearance; It was used to test whether it is a determinant of self-esteem, psychological resilience and physical activity level. The analyzes were made in the SPSS package program and the significance level in the study was taken as $p < .05$ When the research findings are examined; It was determined that there was a negative relationship between the physical activity level of the participants and the scores of the muscularity subscale, one of the Sociocultural beliefs towards appearance subscales. Self-esteem scores of the participants were found to be negatively related to family, peer and media sub-dimensions. As a result, while the research findings show that the media is the determinant of the participants' self-esteem, it has been observed that psychological resilience can be associated with the media and family. Finally, it can be said that physical activity levels have a negative relationship with the desire for a muscular appearance.

Keywords: Sociocultural Beliefs Regarding Appearance, Self-Esteem, Psychological Resilience, Physical Activity Level.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Pazar, 7. Oturum

S69 - Buz Hokeyi Hakemlerinin Hakem Öz Yeterliklerinin İncelenmesi

Murat Aygün

¹Ardahan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ardahan, Türkiye

ÖZET

Bu çalışmada, buz hokeyi hakemlerinin hakem öz yeterliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma grubunu, 2019-2020 sezonunda Türkiye’de aktif olarak buz hokeyi hakemi olarak görev yapan 97 kişi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak, katılımcılara kişisel bilgi formu ve Myers ve ark. (2012) tarafından geliştirilmiş, Türkçe uyarlama çalışması Karaçam ve Pulur (2017) tarafından geliştirilmiş 18 madde 5 alt boyuttan oluşan “Hakem Öz Yeterlik Ölçeği (HÖYÖ)” kullanılmıştır. Araştırmada bağımsız gruplar için t-testi (independent samples t-test), varsayımın karşılandığı durumlar için yapılan karşılaştırmalarda ANOVA (Analysis of Variance) tekniği kullanılmıştır. Hakem öz yeterlik ölçeği’nden elde edilen puanlarda cinsiyet ve eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmadığı ($p>0.05$), yaş değişkenine göre; iletişim alt boyutunda 22-24 yaş aralığında olan hakemler lehine, hakemlik statüsü alt boyutunda oyun bilgisi ve karar verme alt boyutunda uluslararası hakemler lehine, hakemlik yaptığı bölge değişkenine göre karar verme alt boyutunda Kocaeli, iletişim alt boyutunda Erzurum ilindeki hakemler lehine anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0.05$). Araştırma bulguları sonucunda, demografik değişkenlerin hakemlerin öz yeterliklerinde belirleyici etken olmasının yanında, hakemlerin yetiştikleri bölge, maç deneyimleri, hakemlik tecrübesi gibi etkenlerinde hakem öz yeterliklerinin belirlenmesinde etken olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Buz Hokeyi, Öz Yeterlik, Hakem, Hakem Öz Yeterlik, Buz Hokeyi Hakemi.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Pazar, 7. Oturum

S69 - Analysing Referee Self-Efficacy of Ice Hockey Referees

Murat Aygün

¹Ardahan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ardahan, Türkiye

ABSTRACT

The objective of this study is to analyse the referee self-efficacy of ice hockey referees. The study group includes 97 people who served actively as ice hockey referee in the 2019-2020 seasons in Turkey. In the study, personal information form and "Referee Self-Efficacy Scale (RSES)" consisting of 18 items and 5 sub-dimensions which is developed by Myers et al. (2012) and its Turkish adaptation done by Karaçam and Pulus (2017) have been used as a data collection tool. In the study, t-test has been used for independent groups, and ANOVA (Analysis of Variance) technique has used for comparisons required for cases where the assumptions have been provided. There is no significant difference in the scores obtained from the referee self-efficacy scale according to the variable of gender and education level ($p>0.05$). There is significant difference in favour of referees between the ages of 22-24 considering age variables. There is a significant difference at game knowledge in the sub-dimension referee status. There is a significant difference in favour of international referees in the sub-dimension of decision-making. Moreover, there are significant differences in favour of referees regarding various sub-dimensions. For instance, there is a remarkable difference in the referees living in Kocaeli according to the region of refereeing while there is a significant difference in the referees living in Erzurum in the communication sub-dimension ($p<0.05$). As a result of the research findings, it is thought that demographic variables are a determining factor in the self-efficacy of the referees, as well as the factors such as the referees' area of training, match experience, and referee experience.

Keywords: Ice Hockey, Self-Efficacy, Referee, Referee Self-Efficacy, Ice Hockey Referee.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Pazar, 7. Oturum

S70 - Konversiyon Bozukluğunda Düzenli Egzersizin Benlik Saygısına Etkisinin Hastalık Alt Tipleriyle İlişkisi

Mehmet Hamdi Örum
¹Kahta State Hospital

ÖZET

Amaç: Konversiyon bozukluğu (KB) anormal hareketler, yutma güçlüğü, güçsüzlük, konuşamama, bayılma, anestezi ve alışılmadık duyuşsal problemlerle karakterize psikiyatrik bir hastalıktır. DSM-5, KB'yi belirti alt tiplerine göre sınıflandırmaktadır. Çalışmalar KB alt tiplerinin bilişsel süreçler açısından farklılıklar gösterdiğini; somatosensöriyel belirtilerin motor belirtilere göre bilişsel hatalarla daha fazla ilişkili olduğunu saptamıştır. Bilişsel süreçlerin de benlik saygısı ile belirgin bir ilişkisi olduğu düşünüldüğünde, KB'de belirti alt tiplerinin tedaviye yönelik uygulamaların sonuçlarına etkisi olabileceği hipotezi kurulmuştur. Biz bu çalışmada, motor KB (M-KB) ve somatosensöriyel KB (SS-KB)'yi düzenli egzersizin benlik saygısına etkisi açısından karşılaştırmayı amaçladık.

Yöntem: Bu kesitsel çalışma Kahta Devlet Hastanesi psikiyatri polikliniğinde gerçekleştirildi. Hastalık alt tipleri Somatoform Dissosiyasyon Ölçeği (SDQ) ve klinik belirtilerin birlikte değerlendirilmesiyle belirlendi. Ek psikiyatrik bozukluk ve organik hastalığı olanlar, 18-65 yaşları dışındaki hastalar, okuma ve yazma bilmeyenler, herhangi bir ilaç kullananlar çalışmaya dâhil edilmedi. Hastalar sadece bireysel psikoterapi ile yönetilen hastalardı. On iki M-KB, 8 SS-KB hastası çalışma kriterlerini karşılamadıkları için çalışma devam ederken çalışmadan çıkarıldı. Egzersiz uygulaması, ilçe halk eğitim merkezinde görev yapan bir spor eğitmeni tarafından yapıldı ve takip edildi. Dört hafta boyunca haftada 4 gün, günde bir saat egzersiz yaptırıldı. Uygulama, dinamik esneme ile başlanıp iki gün aerobik, iki gün de pilates eğitimi verildi. En son statik esneme ile ders bitirildi. Hastalara egzersiz süreci başlangıcında ve bitiminde Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) ve Sosyal Uyum Kendini Değerlendirme Ölçeği (SUKDÖ) uygulandı. Düşünce Özellikleri Ölçeği (DÖÖ) sadece başta uygulandı. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 22,0 kullanıldı.

Bulgular: M-KB grubu 32 kadından, SS-KB grubu 35 kadından oluşuyordu. M-KB grubunun yaş ortalaması 24,25±5,88 yıl, SS-KB grubunun yaş ortalaması 26,25±6,88 yıldır (p=0,102). Ortalama eğitim süreleri (p=0,242), medeni durum (p=0,568), çalışma durumları (p=0,423) ve sigara kullanımları (p=0,754) benzerdi. İlk ölçek verilerine göre, RBSÖ ve SUKDÖ açısından iki grup arasında farklılık saptanmazken (p>0,05), DÖÖ total puanı açısından anlamlı farklılık saptandı (p<0,001); somatosensöriyel belirtiler (SS-KB) bilişsel hatalarla daha fazla ilişkiliydi. Bir aylık egzersiz sonrasında; hem M-KB (p<0,001), hem de SS-KB (p=0,023) grubunda RBSÖ ve SUKDÖ skorlarında düşüş (olumlu) saptandı. Ancak başlangıçta RBSÖ ve SUKDÖ skorları benzer olan M-KB ve SS-KB gruplarının egzersiz sonrası RBSÖ ve SUKDÖ skorları anlamlı farklılık gösterdi (p=0,012). M-KB grubunda benlik saygısı ve sosyal uyumda düzelme daha fazlaydı.



Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi

25-27 Eylül 2020



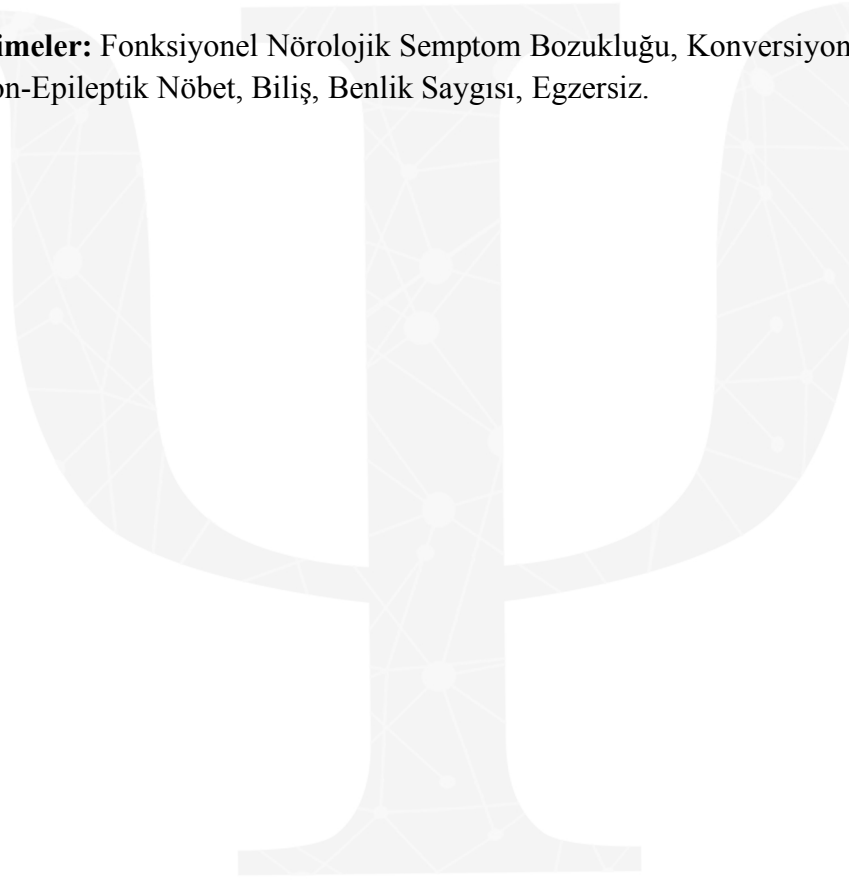
Spor Bilimleri
Fakültesi



Egzersiz sonrasındaki RBSÖ skorları ile DÖÖ skorlarının korelasyonu M-KB için anlamlı değilken ($r=0,260$; $p=0,101$), SS-KB için anlamlıydı ($r=0,699$; $p<0,001$).

Sonuç: Bilişsel yapıda yer alan işlevsiz inançlar bireyin düşüncesini biçimler ve psikopatolojiye özgü bilişsel hatalara yol açarlar. Bilişsel hatalar, hastaların tedavi uygulamalarından faydalanma oranını düşürür. Bizim çalışmamızda, her ne kadar tüm hastalar KB tanılı olsa da belirti türlerine göre iki ayrı alt grup oluşturuldu ve somatosensöriyel belirtileri olan KB hastalarında bilişsel hata düzeyinin daha fazla olduğu görüldü. Başlangıçta sosyal uyum ve benlik saygısı benzer olan iki grup, egzersiz sonrasında anlamlı farklılık gösterdi. Somatosensöriyel belirtilerin bilişsel hatalarla pozitif korelasyon gösterdiği ve egzersize bağlı ortaya çıkması beklenen benlik saygısı artışına engel olduğu görüldü.

Anahtar Kelimeler: Fonksiyonel Nörolojik Semptom Bozukluğu, Konversiyon Bozukluğu, Psikojenik Non-Epileptik Nöbet, Biliş, Benlik Saygısı, Egzersiz.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 2 Eylül 2020 Pazar, 7. Oturum

S70 - The Relationship Between the Effect of Regular Exercise on Self-Esteem and Disease Subtypes in Conversion Disorder

Mehmet Hamdi Örum
¹Kahta State Hospital

ABSTRACT

Objective: Conversion disorder (CD) is a psychiatric disorder characterized by abnormal movements, difficulty in swallowing, weakness, inability to speak, fainting, anesthesia and unusual sensory problems. DSM-5 classifies CD according to symptom subtypes. Studies show that CD subtypes differ in terms of cognitive processes; found that somatosensory symptoms are more related to cognitive errors than motor symptoms. Considering that cognitive processes have a distinct relationship with self-esteem, it has been hypothesized that symptom subtypes in CD may have an effect on the results of treatment-oriented applications. In this study, we aimed to compare motor CD (M-CD) and somatosensory CD (SS-CD) in terms of the effect of regular exercise on self-esteem.

Method: This cross-sectional study was conducted in the psychiatry outpatient clinic of Kahta State Hospital. Disorder subtypes were determined by evaluating the Somatoform Dissociation Scale (SDQ) and clinical symptoms together. Patients with comorbid psychiatric and organic diseases, patients other than 18-65 years of age, illiterate and using any medication were not included in the study. The patients were only patients managed with individual psychotherapy. Twelve M-CD and 8 SS-CD patients were excluded from the study while the study was ongoing because they did not meet the study criteria. Exercise practice was done and followed up by a sports instructor working at the district public education center. Exercises were done 4 days a week, one hour a day for four weeks. The application started with dynamic stretching, two days of aerobics and two days of pilates training. The lesson ended with the last static stretch. Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) and Social Adaptation Self-Assessment Scale (SASS) were administered to the patients at the beginning and end of the exercise process. The Cognitive Distortions Scale (CDS) was administered only at the beginning. SPSS 22.0 was used to evaluate the data.

Results: The M-CD group consisted of 32 females and the SS-CD group consisted of 35 females. The mean age of the M-CD group was 24.25±5.88 years, and the mean age of the SS-CD group was 26.25±6.88 years (p=0.102). Mean years of education (p=0.242), marital status (p=0.568), working status (p=0.423) and smoking status (p=0.754) were similar. According to the first scale data, there was no difference between the two groups in terms of RSES and SASS (p>0.05), while a significant difference was found in terms of CDS total score (p<0.001); somatosensory symptoms (SS-CD) were more associated with cognitive errors. After one month of exercise; There was a (in favor of the patients) decrease in RSES and SASS scores in both M-CD (p<0.001) and SS-CD (p=0.023) groups.



Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi 25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



However, the RSES and SASS scores of the M-CD and SS-CD groups, whose RSES and SASS scores were similar at the beginning, revealed a significant difference after exercise ($p=0.012$). The improvement in self-esteem and social adaptation was greater in the M-CD group.

The correlation between RSES and CDS scores after exercise was not significant for M-CD ($r=0.260$; $p=0.101$), but it was significant for SS-CD ($r=0.699$; $p<0.001$).

Conclusion: Dysfunctional beliefs in the cognitive structure shape the individual's thought and lead to cognitive errors specific to psychopathology. Cognitive errors reduce the rate at which patients benefit from treatment practices. In our study, although all patients were diagnosed with CD, two separate subgroups were formed according to symptom types, and it was observed that the level of cognitive error was higher in CD patients with somatosensory symptoms. The two groups, whose social adaptation and self-esteem were similar at baseline, differed significantly after exercise. It was observed that somatosensory symptoms positively correlated with cognitive errors and prevented the expected increase in self-esteem due to exercise.

Keywords: Functional Neurological Symptom Disorder, Conversion Disorder, Psychogenic Non-Epileptic Seizure, Cognition, Self-Esteem, Exercise.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 8. Oturum

S71 - Pandemi (COVID-19) Sürecinde Uzaktan Eğitim Alan Üniversite Öğrencilerinin Sağlık Algısı Düzeylerinin Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi

Hasan ULUKAN

¹Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Aydın, Türkiye

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı pandemi sürecinde uzaktan eğitim alan üniversite öğrencilerinin sağlık algısı düzeylerini belirlemek ve sosyo-demografik değişkenler açısından incelemektir.

Yöntem: Bu çalışma anket modelinde betimsel bir araştırmadır. Araştırma grubunu 2019-2020 bahar döneminde Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde uzaktan eğitim gören %50'si kadın, %50'si erkek olmak üzere 276 öğrenci oluşturmuştur. Öğrencilerin yaş ortalaması (20,95+1,47) olarak hesaplanmıştır. Araştırmanın verileri çevrim-içi anket yöntemiyle toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak, Diamond ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilen, Kadioğlu ve Yıldız (2012) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "Sağlık Algısı Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 15, en yüksek puan 75'tir. Verilerin normal dağılımı çarpıklık ve basıklık testiyle belirlenmiş, normal dağılım göstermeleri nedeniyle parametrik testler olan t-testi ve ANOVA testi uygulanmıştır. Öğrencilerin sağlık algısı düzeylerini belirlemek için tanımlayıcı istatistik kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir.

Bulgular: Yapılan analiz sonucu elde edilen bulgulara göre; öğrencilerin sağlık algısı ölçeği ile cinsiyet arasında yapılan karşılaştırmada erkeklerin lehine anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($t=-2.711$; $p=.007$). Öğrencilerin sağlık algısı düzeyleri ile yaş arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı farklılık olmadığı gözlenmiştir ($F=.364$; $p=.779$). Karantina sürecinde fiziksel aktivite yapma değişkenine göre yapılan karşılaştırmada sağlık algısı ölçeği ile fiziksel aktivite yapma durumu arasında anlamlı farklılıklar görülmüştür ($t= 4.510$; $p=.000$). Öğrencilerin kronik/süreğen rahatsızlığı olma durumu ile sağlığın önemi alt boyutu arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($t= -2.081$; $p=.038$). Öğrencilerin karantina sürecinde birlikte kaldıkları kişiler arasında kronik rahatsızlığının olma durumuna göre yapılan karşılaştırmada sağlık algısı ölçeği ile değişken arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür ($t=-.631$ $p=.528$). Öğrencilerin genel sağlık durumu ile sağlık algıları arasında yapılan karşılaştırmada sağlık algısı ölçeği ile genel sağlık durumu arasında anlamlı farklılıklar olduğu belirlenmiştir ($F=3.611$; $p=.007$).

Sonuç: Sonuç olarak öğrencilerin sağlık algısı düzeylerinin orta seviyenin üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda öğrencilerin kendi sağlığına ilişkin kişisel duygu, düşünce, önyargı ve beklentilerinin farkında olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri, COVID-19, Sağlık Algısı, Öğrenci.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 8. Oturum

S71 - Investigation of the Perception of Health Levels of Distance Education University Students in Terms of Socio Demographic Variables during the Pandemic (COVID-19) Process

Hasan ULUKAN

¹Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Aydın, Türkiye

ABSTRACT

Aim: The aim of this study is to determine the health perception levels of university students who receive distance education during the pandemic process and to examine them in terms of socio-demographic variables.

Methods: This study is a descriptive research in questionnaire model. The research group consisted of 276 students, 50% female and 50% male, studying distance education at Aydın Adnan Menderes University Sports Sciences Faculty in the spring term of 2019-2020. The average age of the students was calculated as (20.95 + 1.47). The data of the research were collected by online survey method. As a data collection tool, the "Perception of Health Scale" developed by Diamond et al. (2007) and adapted to Turkish by Kadioğlu and Yıldız (2012) was used. The lowest score that can be obtained from the scale is 15 and the highest score is 75. The normal distribution of the data was determined by the skewness and kurtosis test. Because of their normal distribution, the parametric tests t-test and ANOVA test were applied. Descriptive statistics were used to determine students' perception of health. The significance level was determined as .05.

Results: According to the findings obtained as a result of the analysis made; In the comparison between the students' perception of health scale and gender, a significant difference was found in favor of males ($t = -2.711$; $p = .007$). It was observed that there was no significant difference in the comparison between students' health perception levels and age ($F = .364$; $p = .779$). In the comparison made according to the variable of doing physical activity during the quarantine process, significant differences were found between the perception of health scale and the state of doing physical activity ($t = 4.510$; $p = .000$). It was determined that there is a significant difference between students' having a chronic / chronic disease and the importance of health sub-dimension ($t = -2.081$; $p = .038$). In the comparison between the people with whom the students stayed during the quarantine process according to the status of having chronic illness, it was observed that there was no significant difference between the health perception scale and the variable ($t = -.631$ $p = .528$). In the comparison between students' general health status and their perception of health, it was determined that there were significant differences between the health perception scale and general health status ($F = 3.611$; $p = .007$).

Conclusions: As a result, it was determined that the students' perception of health levels were above the middle level. In this case, it can be said that students are aware of their personal feelings, thoughts, prejudices and expectations about their own health.

Keywords: Sciences Of Sports, COVID-19, Perception Of Health, Student.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 8. Oturum

S72 - Pandemi'nin Tokyo Olimpiyat Oyunlarına Ekonomik ve Siyasi Yansıması

Nesrin Aksoy
¹Florya Bahçeşehir Koleji

ÖZET

2020 yılında Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan hızla tüm dünyada etki gösteren Korona Virüs pandemisi, insanların sosyal yaşamını etkilediği kadar, finans sektörünü ülke ekonomilerini de etkiledi. Japonya'da ilk vakanın ortaya çıkmasıyla şubat ayından itibaren, kamuoyu 2020 Tokyo ve Paralimpik Oyunları'nın planlandığı şekilde gerçekleştirilip gerçekleştirilmeyeceği sorusuna kilitlendi. Ekonomik başarı odaklı Shinzo Abe hükümetinin en büyük hedeflerinden biri, ülkeye büyük turizm geliri kazandırması beklenen dev organizasyonu gerçekleştirmektir. Bu çalışmada haber siteleri, köşe yazıları ve analiz raporları araştırılarak tarama yöntemi uygulanmıştır.

Pandemi'nin artan etkisi ardından kamuoyu olimpiyatların planlandığı şekilde gerçekleştirilememeye ihtimalini daha ciddi bir şekilde tartışmaya başladı. Japonya hükümeti, planlarda bir değişiklik olmadığını, Tokyo'nun 2020'deki olimpiyatlara ev sahipliği yapmak üzere çalışmalarını sürdürdüğünü duyurdu. Ulusal olimpiyat komitelerinden sürece itirazlar gelmeye başladı. Etkin tedavi ya da aşı bulunmadan organizasyonu gerçekleştirmenin atletler ve izleyiciler için risk oluşturacağına dair eleştirilerin ardından, Japonya Başbakanı Shinzo Abe ve Olimpiyat Komitesi başkanı Thomas Bach 24 Mart'ta olimpiyatların 1 yıl ertelenmesine karar verildiğini açıkladılar. 2013 yılında 7.3 milyar dolar olarak öngörülen toplam maliyetin 2018 yılında 12 milyar dolara ulaşmasının ardından, bu kez de yalnızca erteleme kararından doğabilecek ek maliyetin 2.3 milyar doları bulabileceği gündeme geldi. Normal şartlarda oyunların sponsorluğu için kaydolun 62 Japon şirketin altı yıllık sponsorluk hakkı karşılığında olimpiyatlara 3 milyar dolardan fazla destek taahhüt ettiği biliniyor. Beklenenin çok daha üzerine çıkan toplam maliyet nedeniyle, oyunların iptali en son seçenek olarak masada duruyor.

Sınırlı seyirci formülü öne çıkarken, milyonlarca dolarlık sponsorluk anlaşmaları ve masraflar nedeniyle finans, siyaset lobilerinin de iptal seçeneğine sıcak bakmadığı biliniyor. 2020 Tokyo Olimpiyat Oyunları gelecek nesillere emsal niteliğinde olup hem insanlık hem Japonya için bir prestij meselesidir. Bu tarihi görev her ne pahasına olursa olsun hurdaya çıkarılmayarak bir başarı öyküsü yazdıracaktır.

Anahtar Kelimeler: Olimpiyat, Pandemi, Tokyo, Ekonomi, Siyaset.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 8. Oturum

S72 - Political and Economic Reflections of the Pandemic on Tokyo Olympics

Nesrin Aksoy
¹Florya Bahçeşehir Koleji

ABSTRACT

The Coronavirus pandemic that emerged in the city of Wuhan China in 2020 and quickly spread across the World not only affected people's social lives, it also affected the financial sectors and economies of countries. In Japan since February when the first case was revealed, the people debated the question of the 2020 Tokyo Paralympic Games happening as planned or not. One of the biggest goals of the economic success oriented Shinzo Abe government was to actualise the giant organisation expected to bring the country great Tourism income. In this study, news websites, columns and analyst reports have been utilized.

After the increasing effects of the Pandemic, people started to consider the possibility of the olympics not happening as scheduled more seriously. Japanese government announced that there would be no changes and Tokyo was still preparing to house The Olympics in 2020. Many complaints started coming from National Olympic Committees. After complains about holding the organization without a cure or vaccine being very dangerous to both the athletes and the audience, in March 24, President of Japan Shinzo Abe and Head of The Olympics Committee Thomas Bhac announced that the Olympics have been postponed for 1 year.

After the estimated cost of 7,3 billion dollars in 2013 reaching 12 billion dollars in 2018, additional cost from the act of postponing reaching up to 2,3 billion dollars came to agenda. In normal sponsorship terms, it is known that 62 japanese companies have pledged more than 3 billion dollars to the olympics in return for 6 years of sponsorship rights. Because of the total expenditure levels above expectations, cancellation of the Games stays on the table as a last resort.

While the concept limited audience stands out, it is known that finance and politic lobbies don't take kindly because of the millions of dollars worth of sponsorship deals and expenses. 2020 Olympic Games serves as a model and is a matter of prestige for both the Humanity and Japan. This historical mission shall be written as a tale of glory that won't be scrapped no matter the cost.

Keywords: Olympics, Pandemic, Tokyo, Economy, Politics.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 8. Oturum

S73- Spora Bağlılık Düzeyinin Sporcü Tükenmişliğini Belirlemedeki Rolü

Gülçin Sezer Hocaoğlu, Mehmet Hocaoğlu, Turgay Biçer

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ²İstanbul Üniversitesi - Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Araştırmamızın amacı sporcularda spora bağlılık düzeyinin sporcü tükenmişliği üzerindeki rolünü belirlemektir. Yöntem: Çalışmaya 51 kadın (\bar{X} yaş=23,82±4,81) 59 erkek (\bar{X} yaş=24,90±8,32) olmak üzere en az üç yıl müsabaka deneyimi olan toplamda 110 sporcü gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara Lonsdale, Hodge ve Jackson (2007) tarafından geliştirilen Türk sporcülara uyarlaması Kelecek, Kara ve Aşçı (2018) tarafından yapılan Sporcü Bağlılık Ölçeği ve Raedeke ve Smith (2001) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Kelecek, Kara, Kazak, Çetinkalp ve Aşçı (2016) tarafından yapılan Sporcü Tükenmişlik Ölçeği uygulanmıştır. Bulgular: Cinsiyete göre spora bağlılığın dinçlik alt boyutu($p<0.05$), spor deneyimine göre spora bağlılığın güven, adanmışlık ve coşku alt boyutları($p<0.05$), milli sporculuk durumuna göre spora bağlılık ve tükenmişliğin tüm alt boyutları ($p<0.05$) ve haftalık spor yapma sıklığına göre spora bağlılığın adanmışlık($p<0.01$) alt boyutu , tükenmişliğin ise azalan başarı hissi ve duyarsızlaşma alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır($p<0.05$).Sporcuların spora bağlılık düzeylerinin, sporcü tükenmişliğini belirlemedeki rolüne ilişkin yapılan Regresyon analizi bulgularına göre sporcü tükenmişliğinin yordanmasında spora bağlılığın güven ($\beta= -0,260$) ve dinçlik ($\beta= -0,290$) alt boyutu için istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Sonuç: Sporcuların hedeflerine ulaşmada kendilerine olan inancını ifade eden güven ve bu hedefler için sahip olduğu fiziksel ve zihinsel yeterliği temsil eden adanmışlığın sporcü tükenmişliğinin azalmasında belirleyici olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Spora Bağlılık, Sporda Tükenmişlik.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 8. Oturum

S73- The Role of Athlete Engagement in Predicting Athlete Burnout

Gülçin Sezer Hocaoğlu, Mehmet Hocaoğlu, Turgay Biçer

¹Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ²İstanbul Üniversitesi - Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi

ABSTRACT

Purpose: The aim of this research was to determine the role of athlete's engagement levels in predicting athletes' burnout levels. **Method:** Fifty one female ($\bar{X}_{age}=23,82\pm 4,81$), 59 male ($\bar{X}_{age}=24,90\pm 8,32$) athletes; a total of 110 athletes who have at least three years of competitive experience were voluntarily participated in the study. Participants were given the Athlete Engagement Questionnaire which was developed by Lonsdale, Hodge and Jackson (2007) and adapted into Turkish population by Kelecek, Kara and Asci in 2018; the Athlete Burnout Questionnaire which was developed by Raedeke and Smith (2001) and adapted into Turkish population by Kelecek, Kara, Kazak, Cetinkalp and Asci in 2016. **Results:** Statistically significant differences were found between groups for the vigor subscale of athlete engagement in terms of gender ($p<0.05$); for the confidence, dedication and enthusiasm subscales of athlete engagement between the groups in terms of competition experience ($p<0.05$); for all subscales of both athlete engagement and athlete burnout subscales in terms of athletes' national representation status ($p<0.05$). Statistically significant differences were also found for the dedication subscale of athlete engagement, sport devaluation and reduced sense of accomplishment subscales of athlete burnout between groups in terms of weekly training volume ($p<0.05$). According to the result of the regression analysis which was conducted to determine the role of athlete's engagement levels in predicting athletes' burnout levels; a statistically significant relationship was found in predicting athlete burnout for both confidence ($\beta=-0,260$) and vigor ($\beta=-0,290$) subscales of athlete engagement. **Conclusion:** It has been observed that confidence which expresses the belief that athletes have in themselves in achieving their goals and commitment which represents the physical and mental competence they have for these goals are decisive in decreasing athlete burnout.

Keywords: Athlete Engagement, Athlete Burnout.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 8. Oturum

S74 - Sporcuların Psikolojik Toparlanmalarında PEACE Modeli

Turgay Biçer

¹Marmara Üniversitesi

ÖZET

Performans ve bir diğer adıyla başarı, sporda önemli bir olgudur ve sporcuların temel amaçlarından birisi de sürekli başarı göstermek ve sportif geleceklelerini güven altına almaktır. Ancak bu iyi niyetli bir çaba olmakla beraber, sporcular sporculuk yaşamlarında inişli çıkışlı bir durum gösterirler ve hem fiziksel hem de zihinsel olarak bir takım sorunlarla yüz yüze gelirler.

Sorunsuz bir yaşam ve sporculuk yaşamı olamayacağına göre, önemli olan sporcuların ne yaşara yaşasın en kısa zamanda toparlanmaları ve geri dönüşlerinin eskisinden daha da iyi olarak sağlanmasıdır. Hatta, yaşanan sorunları bir tecrübeye dönüştürerek bir zihinsel sağlık geliştirme şansı olarak kullanmalarıdır. Ne yazık ki sporcuların çoğu yaşadıkları bu sorunlar altında ezilmekte, duygusal fırtınalara esir düşmekte ve kendilerinin daha çok bir kurban olarak görme ve gösterme eğilimine yönelmektedir.

PEACE Modeli, Filozof Lou Marinoff tarafından geliştirilen bir felsefi sorun çözme yaklaşımıdır. Sporcuların yaşadığı anlam arayışı, algı yanılsamaları, nedensiz duygusal sorunlar, iletişim ve ilişki sorunları, zihinsel çarpıtmalar ve yaşanan diğer bireysel sorunları hızlı ve etkili biçimde kısa terapi olarak kullanabilecekleri etkili bir yaklaşım olarak önerilmektedir. Bu tekniği sporcunun kendi kendine yapabileceği bir uygulama olmakla birlikte bir sporcu performans danışmanı/mentorun da kullanabileceği etkili bir yaklaşımdır.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Toparlanma, Zihinsel Sağlık, Zihinsel Dayanıklılık, Geri Dönüş.



Sözel Bildiri Sunum Özetleri, 27 Eylül 2020 Pazar, 8. Oturum

S74 - PEACE Model for the Psychological Recovery of Athletes

Turgay Biçer
¹Marmara Üniversitesi

ABSTRACT

Performance, also known as success, is an important phenomenon in sports and one of the main goals of athletes is to show continuous success their sportive future. However, although this is a well-intentioned effort, athletes show a fluctuating situation in their sports life and face a number of problems both physically and mentally. Since it is not possible to have a smooth life and sports life, the important thing is that the athletes should learn recover as soon as possible no matter what they live, and their should return is even better than before. In fact, they turn the problems into an experience and use them as a chance to develop mental toughness and strength. Unfortunately, most of the athletes are overwhelmed by these problems, captured by emotional storms, and tend to see and show themselves more as a victim.

The PEACE Model is a philosophical problem-solving approach - developed by the Philosopher Lou Marinoff. The search for meaning, perception illusions, emotional problems, communication and relationship problems, mental distortions and other individual problems experienced by athletes is recommended as an effective approach that can be used quickly and effectively as a short/brief therapy. Although this technique is an application that the athlete can do on his own, it is an effective approach that can also be used by an athlete performance consultant / mentor.

Keywords: Mental Recovery, Mental Toughness, Psychological Comeback.



5.

Uluslararası
**Egzersiz ve Spor
Psikolojisi Kongresi**
25-27 Eylül 2020



Spor Bilimleri
Fakültesi



DESTEKLEYEN KURULUŞLAR



esp2020kongre.com



[egzersizvesporpsikolojisi](https://www.instagram.com/egzersizvesporpsikolojisi)



espkongre2020@gmail.com