

T.C.
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**İSTANBUL İLİ ANADOLU YAKASI FUTBOL KULÜPLERİNDE OYNAYAN
PROFESYONEL FUTBOLCULARIN; TAKINTI, BATIL İNANÇ VE DÜŞÜNCE
KONTROLLERİNİN İNCELENMESİ**

Onur KAVİ

Kocaeli Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetmeliğinin Beden
Eğitimi ve Spor Programı için Öngördüğü
BİLİM UZMANLIĞI TEZİ
Olarak Hazırlanmıştır.

KOCAELİ
2019

T.C.
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**İSTANBUL İLİ ANADOLU YAKASI FUTBOL KULÜPLERİNDE OYNAYAN
PROFESYONEL FUTBOLCULARIN; TAKINTI, BATIL İNANÇ VE DÜŞÜNCE
KONTROLLERİNİN İNCELENMESİ**

Onur KAVİ

Kocaeli Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetmeliğinin Beden
Eğitimi ve Spor Programı için Öngördüğü
BİLİM UZMANLIĞI TEZİ
Olarak Hazırlanmıştır.

Danışman: Doç. Dr. Elif KARAGÜN

KÜ GOKAEK 2018/241

KOCAELİ
2019

T.C
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

(Tez Onay Sayfası)

Tez Adı: İstanbul İli Anadolu Yakası Futbol Kulüplerinde Oynayan Profesyonel Futbolcuların; Takıntı, Batıl İnanç ve Düşünce Kontrollerinin İncelenmesi

Tez Yazarı: Onur KAVİ

Tez Savunma Tarihi: 14.06.2019

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Elif KARAGÜN

İş bu çalışma Jürimiz tarafından Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Sınavı Jüri Üyeleri		İmzası
Ünvanı	Adı Soyadı	
Üye	(Başkan)	Doç. Dr. Şeyma Akar
Üye	(Danışman)	Doç. Dr. Elif Karagün
Üye		Doç. Dr. Serap Çelik

ONAY

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

...../...../2019

Prof. Dr. Sema Aşkın KEÇELİ
Enstitü Müdürü

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı, İstanbul İli Anadolu Yakasında bulunan profesyonel futbol kulüplerinde oynayan futbolcuların; batıl inanç, takıntı ve düşünce kontrollerini belirlemektir. Ortaya konulan bu sonuçların da; yaş, eğitim düzeyi, medeni durum, kardeş sayısı, kaç yıldır lisanslı olarak futbol oynadıkları, kaç yıldır profesyonel oynadıkları, lig seviyesi ve uyruğunuz gibi değişkenler açısından değişip değişmediğini incelemektir.

Yöntem: Bu amaç doğrultusunda; Anadolu Yakası'nda bulunan ve profesyonel lig statüsünde mücadele eden 7 takıma bağlı çalışan toplam 233 profesyonel erkek futbolcuya; demografik özelliklerini belirlemek amacı ile araştırmacıların oluşturduğu Kişisel Bilgi Formu, Barut tarafından 2008 yılında Türkçe' ye uyarlanan Sporda Batıl İnanç ve Davranış Envanteri; Erol tarafından 1990 yılında geçerlilik ve güvenilirliği yapılan Mausley Obsesif Kompulsif Ölçeği ile Yorulmaz ve Gençöz tarafından 2008 yılında geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan Düşünceleri Kontrol Etme Ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS 25.00 paket programında analiz edilmiş; araştırmada elde edilen veriler ortalama, standart sapma ve yüzde olarak sunulmuştur. Normallik dağılımı Kolmogorov Smirnov testi ile incelenmiş, verilerin normal dağılım gösterdiği bulunmuş ve hipotezlerin test edilmesinde parametrik testler tercih edilmiştir. Korelasyon analizi, İkili grupların karşılaştırılmasında Bağımsız Örneklem T testi, çoklu grupların karşılaştırılmasında ise One Way Anova testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. İkili grupların karşılaştırılmasında Bağımsız Örneklem T testi, çoklu grupların karşılaştırılmasında ise One Way Anova testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Araştırmamızdaki bulgularda futbolcularda batıl inanç ve davranış durumları ile profesyonel lisans süresi, lig, totem, uyruk değişkenleri arasında; düşünceleri kontrol etme davranışları ile profesyonel lisans süreleri, lig, uyruk değişkenleri arasında; Obsesif kompulsif davranışları ile kaç yıldır lisanslı futbol oynadıkları, profesyonel lisans süreleri, lig, totem, uyruk değişkenleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuç: Futbolcuların batıl inanç ve davranış envanterinde lig, totem ve uyruk değişkenlerinde, düşünce kontrol ölçeğinde profesyonel futbol oynama yılı, lig ve uyruk değişkenlerinde, obsesif kompulsif bozukluk envanterinde ise profesyonel futbol oynama yılı, lig, totem ve uyruk değişkenlerinde anlamlı farklılık bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Sporda Batıl İnanç, Takıntı, Düşünceleri Kontrol Etme, Futbolcu

ABSTRACT

Objective: The aim of this study is to determine the players who play in professional football clubs located on the Anatolian side of Istanbul; to determine superstition, obsession and thought controls. These results are also; age, level of education, marital status, number of siblings, how many years they have played licensed football, how many years they have played professionally, whether they have changed in terms of variables such as league level and nationality.

Method: For this purpose; A total of 233 professional male football players in the Anatolian side and 7 teams in the professional league. The Personal Information Form, which was formed by the researchers to determine the demographic characteristics, was evaluated by Barut (2008) in Turkish. (Erol, 1990) by the validity and reliability of the Mausley Obsessive Compulsive Scale and Yorulmaz and Gençöz (2008) by the validity and reliability of the study was conducted. Data were analyzed in SPSS 25.00 package program. The data obtained in the study were presented as mean, standard deviation and percentage. Normality distribution was examined by Kolmogorov Smirnov test, data were found to be normal distribution and parametric tests were preferred to test hypotheses. Correlation analysis, Independent Sample T test for comparison of binary groups and One Way Anova test for comparison of multiple groups were used. The statistical significance level was accepted as 0.05. Independent samples T test was used for comparison of binary groups and One Way Anova test was used for comparison of multiple groups. The statistical significance level was accepted as 0.05.

Results: In our study, superstitious belief and behavior status and professional license period, league, totem, nationality variables among football players; professional licensing terms, league, nationality, with behaviors to control thoughts; Obsessive compulsive behaviors and how many years of licensed football play, professional license periods, league, totem, national variables were found a significant difference ($p < 0.05$).

Conclusion: In football, superficial and behavioral inventory, there were significant differences in league, totem and nationality variables, professional football playing year in the thought control scale, league and nationality variables, and obsessive compulsive disorder inventory in the years of professional football, league, totem and nationality variables.

Key Words: Superstition in Sports, Obsession, Checking Thoughts, Football Player.

TEŞEKKÜR

Bu uzun ama bir o kadar da keyifli anlar yaşadığım sürecin sonuna beş kala teşekkür etmek istediğim elbette bazı kişiler olacak çünkü bu uzun yol yalnız yürünemezdi...

Bu uzun ve keyifli yolculuğumda destek, yardım ve emeklerini esirgemeyen ve bu çalışmanın sizlere ulaşmasında bilgi ve birikimlerini benimle paylaştığı için değerli öğretmenim Doç. Dr. Elif KARAGÜN'e çok teşekkür ederim. Onunla birlikte bu yolda çalışmak benim için bir onurdu.

Yüksek lisans ve lisans eğitimim esnasında yoluma ışık tutan değerli hocalarım Doç. Dr. Elif KARAGÜN'e, Dr. Öğrt. Gör. Hakan AKDENİZ'e ve kendilerinden çok şey öğrenme fırsatı verdikleri için Dr. Öğretim Gör. Özlem KESKİN'e, Dr. Öğretim Gör. Gazanfer Kemal GÜL ve Dr. Öğrt. Gör. Gülşah SEKBAN hocalarıma ne kadar teşekkür etsem azdır.

Çalışmanın veri toplama sürecinde katkılarından dolayı sevgili dostlarım Cabir SEVİM, Orhan DEMİREL, Yunus YILMAZ ve Yıldırım SEYMEN'e tüm süreç boyunca inanılmaz bir özveri ile tek tek her bir verinin toplanmasında önemli katkıda buldukları için çok teşekkür ederim.

Yükseklisans eğitim hayatımın yol arkadaşları Sinem Didem ŞİMŞEK, Gülşah ÇELİKAĞ, Behçet KOÇOĞLU, Cansu YILDIRIM, Ezgi KOCABAL ve Ahmet Toygun AKYILDIZ'a derslerimizin güzel anıları ve çok kıymetli dostlukları için kendilerine çok teşekkür ederim.

Son olarak varlıklarından her zaman güç aldığım sevgili aileme, her zaman yanımda olan tüm sürecin birebir şahidi ve en büyük destekçisi biricik kız arkadaşşıma, kaç yaşında olursam olayım sıcak ana kucağım, sağlam baba ocağım için annem ve babama ve jürimin çok tatlı geçmesi dileği ile bana Yüksek lisans baklavası hazırlayan, güzel dileklerini hep yanımda hissettiğim babaanneme çok teşekkür ederim. İyi ki varsınız ve de hep olmaya devam ediniz...

Kısacası bu süreçte hayatımın kesiştiği herkese sonsuz teşekkürlerim ve en içten sevgilerimle...

Üstadında dediği gibi 'iyi kötü günler geçirdik, çoğunca da iyi günler, öperim o günleri' ...

TEZİN AŞIRMA OLMADIĞI BİLDİRİSİ

Tezimde başka kaynaklardan yararlanılarak kullanılan yazı, bilgi, çizim, çizelge ve diğer malzemeler kaynakları gösterilerek verilmiştir. Tezimin herhangi bir yayından kısmen ya da tamamen aşırma olmadığını ve bir intihal programı kullanılarak test edildiğini beyan ederim.

04/07/ 2019

Onur KAVİ

İmza



İÇİNDEKİLER DİZİNİ

ÖZET	i
ABSTRACT	ii
TEŞEKKÜR	iii
TEZİN AŞIRMA OLMADIĞI BİLDİRİSİ	iv
İÇİNDEKİLER	v
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	ix
ÇİZELGELER DİZİNİ	x
1.GİRİŞ	1
1.1 GENEL BİLGİLER	3
1.2. Batıl İnanç ve Davranış	3
1.3. Batıl İnanç ve Davranışların Durumsal ve Kişisel Bileşenleri.....	8
1.3.1. Sonucun Belirsizliği İlkesi	8
1.3.2. Denetim Odağı (Locus of Control).....	9
1.3.3. A Tipi Davranış Örüntüsü (ATDÖ).....	10
1.3.4. Sportif Benlik	10
1.4. Sporda Batıl İnanç ve Davranış	11
1.5. Sporda Yaşanan ve Gözlenebilen Batıl İnanç ve Davranış Örnekleri.....	12
1.6. Sporda Batıl İnanç ve Davranışlarla İlgili Yapılan Çalışmalar	14
1.7. Obsesif Kompulsif Bozukluk	16
1.7.1. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Yaygınlığı	16
1.7.2. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Cinsiyete Göre Dağılımı	16
1.7.3. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Başlangıç Yaşı	17
1.7.4. Obsesif Kompulsif Bozuklukta Prognoz	18
1.7.5. Obsesif Kompulsif Bozuklukta Eş Tanı	18
1.7.6. Obsesyon ve Kompulsiyonların İçerikleri.....	19
1.8. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Bilişsel Modelleri.....	21

1.8.1. Salkovskis'in Abartılmış Sorumluluk Modeli.....	21
1.8.2. Rachman'ın Girici Düşüncelerin Hatalı Yorumlanması Modeli.....	22
1.8.3. Clark'ın Bilişsel Kontrol Modeli.....	24
1.8.4. Obsesif Kompulsif Bozuklukta Obsesif İnançların Rolü	24
1.9. Obsesif Kompulsif Bozuklukla İlgili Yapılmış Çalışmalar.....	27
1.10. Bilişsel Düşünce Yöntemi	27
1.11. Negatif Düşüncelerin Farkında Olmak.....	28
1.12. Düşünceyi Durdurma Tekniği	29
1.13. Mantıksal Düşünme.....	30
1.14. Akıllı ve Ustaca Düşünme.....	31
1.15. Bilişsel Yeniden Yapılandırma.....	32
1.16. Spor ve Bilişsel Düşünme İlişkisi.....	32
2.AMAÇ	34
3.YÖNTEM	35
3.1.Araştırmanın Yöntemi	35
3.1.1.Araştırma İzinleri, Örneklem Seçimi ve Veri Toplama Araçlarının Uygulanması	35
3.2.Veritoplama Araçları.....	36
3.2.1.Kişisel Bilgi Formu	36
3.2.2.Batıl İnanç ve Davranış Envanteri.....	37
3.2.3.Maudsley Obsesif Kompulsif Envanteri	37
3.2.4.Düşünceleri Kontrol Etme Ölçeği (DKÖ).....	38
3.3.Verilerin Analizi.....	39
4.BULGULAR	40
4.1.Futbolcuların Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular	40
4.2.Futbolcuların Spor Durumlarına İlişkin Bulgular	41
4.3.Futbolcuların Tanımlayıcı İstatistik Test Sonuçlarına İlişkin Bulgular	41

4.4.Futbolcuların Yaş'a Göre Obsesif Kompulsif Bozukluk Envanteri Varyans Analizi Bulguları.....	43
4.5.Futbolcuların Yaş'a Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi Bulguları.....	44
4.6.Futbolcuların Yaş'a Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi Bulguları.....	47
4.7.Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları.....	49
4.8.Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre OKB Envanteri Bulguları	50
4.9.Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları	52
4.10. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları.....	53
4.11. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları.....	55
4.12. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre OKB Envanteri Bulguları.....	57
4.13. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları.....	58
4.14. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları.....	60
4.15. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre OKB Envanteri Bulguları.....	62
4.16. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları	63
4.17. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları.....	66
4.18. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre OKB Envanteri Bulguları ..	68
4.19. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları	69
4.20. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları.....	72

4.21. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre OKB Envanteri Bulguları.....	74
4.22. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları ile Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları	75
4.23. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları ile Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları.....	76
4.24. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları ile OKB Envanteri Bulguları	77
4.25. Araştırmaya Katılan Futbolcuların Uyuğuna Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları.....	78
4.26. Araştırmaya Katılan Futbolcuların Uyuğuna Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları	79
4.27. Araştırmaya Katılan Futbolcuların Uyuğuna Göre OKB Envanteri Bulguları.....	80
5. TARTIŞMA	82
5.1.Futbolcuların Batıl İnanç ve Davranış Durumları ile Sosyo-Demografik Özelliklerinin Tartışılması.....	82
5.2.Futbolcuların Düşünce Kontrol Durumları ile Sosyo-Demografik Özelliklerin Tartışılması.....	85
5.3.Futbolcuların Obsesif Kompulsif Bozukluk Durumları ile Sosyo-Demografik Özelliklerinin Tartışılması.....	87
6.SONUÇ VE ÖNERİLER	90
7.KAYNAKLAR DİZİNİ	92
ÖZGEÇMİŞ	99
EKLER	101
Ek 1. Demografik Bilgiler Anketi	101
Ek 2. Sporda Batıl İnanç ve Davranış Envanteri	101
Ek 3. Maudsley Obsesif Kompulsif Envanteri	103



SİMGELER VE KISALTMALAR

A.P.A	: American Psychology Association
AIDS	: Edinsel Bağışıklık Yetmezliği Sendromu
ATDÖ	: A Tipi Davranış Örüntüsü
DKÖ	: Düşünceleri Kontrol Etme Ölçeği
DSM-V	: Diagnostic and Statistical Manuel of Mental Disorders
OKB	: Obsesif Kompulsif Bozukluk
OKB	: Obsesif Kompulsif Bozukluk
OKBÇG	: Obsesif Kompulsif Bilişsel Çalışma Grubu
TDK	: Türk Dil Kurumu
BİDE	: Batıl İnanç ve Davranış Envanteri
TPD	: Türk Psikoloji Derneği

ÇİZELGELER DİZİNİ

Çizelge 3.1.1. Anadolu Yakasında Bulunan Futbol Kulüpleri Evreni ve Araştırmaya Katılan Örneklem.....	36
Çizelge 4.1. Futbolcuların Sosyo Demografik Özelliklerine Göre Yüzdelerik Dağılımları.....	40
Çizelge 4.2. Futbolcuların Spor Durumlarına İlişkin Yüzdelerik Dağılımları	41
Çizelge 4.3. Futbolcuların Tanımlayıcı İstatistik Test Sonuçları	42
Çizelge 4.4. Futbolcuların Yaş'a Göre OKB Envanteri Varyans Analizi Test Sonuçları (One Way Anova).....	44
Çizelge 4.5. Futbolcuların Yaş'a Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi Test Sonuçları (One Way Anova).....	46
Çizelge 4.6. Futbolcuların Yaş'a Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi Test Sonuçları (One Way Anova).....	48
Çizelge 4.7. Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi Test Sonuçları (One Way Anova).....	50
Çizelge 4.8. Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre OKB Envanteri Varyans Analizi Test Sonuçları (One Way Anova).....	51
Çizelge 4.9. Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi Test Sonuçları (One Way Anova).....	53
Çizelge 4.10. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi Test Sonuçları (One Way Anova)	55
Çizelge 4.11. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi Test Sonuçları (One Way Anova)	57
Çizelge 4.12. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre OKB Envanteri Varyans Analizi Test Sonuçları (One Way Anova)	58

Çizelge 4.13. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova).....	60
Çizelge 4.14. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi (One Way Anova).....	62
Çizelge 4.15. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre OKB Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova).....	63
Çizelge 4.16. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova)	65
Çizelge 4.17. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi (One Way Anova)	67
Çizelge 4.18. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre OKB Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova)	69
Çizelge 4.19. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova).....	71
Çizelge 4.20. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi (One Way Anova).....	73
Çizelge 4.21. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre OKB Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova).....	75
Çizelge 4.22. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları ile Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Analizleri (T Testi).....	76
Çizelge 4.23. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları ile Düşünce Kontrol Ölçeği Analizleri (T Testi).....	77
Çizelge 4.24. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları ile OKB Envanteri Analizleri (T Testi).....	78
Çizelge 4.25. Futbolcuların Uyruğuna Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Analizleri (T Testi).....	79

Çizelge 4.26. Futbolcuların Uyuğuna Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Analizleri (T Testi).....	80
Çizelge 4.27. Futbolcuların Uyuğuna Göre OKB Envanteri Analizleri (T Testi).....	81



1. GİRİŞ

Batıl İnanç ve davranışlar bizlere genel olarak menfi, dini ya da hurafeler gibi kavramları çağrıştırır. Gerçek hayatta batıl inanç diye tabir edilen davranış modelleri, bizler için yaşadığımız evreni daha yaşanılır hale getiren ve zihnimize açıklayamadığımız olayları insanüstü nesnelere ve olaylara atfedilen ve belki de mesuliyeti ilahi mekanizmaya yüklenen bir olgu olarak belirtilmiştir (Swedo 2006).

Obsesyon, takıntılı düşünce, fikir, dürtüler ile kompulsiyonlardan oluşan, kompulsiyonlar ise yineleyici davranışlar ve zihinsel eylemler olarak; aşırı titizlik, sürekli el yıkama durumu, hareketleri sürekli tekrar etme, eşya biriktirme ve sayma, sürekli düzenli olma, düzen hastalığının durumu olarak değerlendirilmiştir (Swedo 2006, TPD 2019). Obsesyon ve kompulsyonun pek çok türleri içerisinde batıl inançların, uğurlu, uğursuz sayılar ve renklerin yer aldığı da belirtilmiştir (TPD 2019).

Obsesyonların temelinde bilişsel açıdan düşünceleri kontrol etme olduğundan, kişinin kendi kontrolü dışında olan düşünceleri yani düşünce kontrolü olmadığında obsesyon gibi hastalıkların geliştiğinden söz edilmiştir. Obsesyon durumu içinde yer alan takıntı durumlarının spor ortamlarıyla da iç içe olduğunu görürüz. (Swedo 2006).

Takıntılı olma durumu ise sözlük anlamı olarak bakıldığında Türk Dil Kurumuna göre; bir şeye hastalık derecesinde düşkünlük, obsesyon olarak tanımlanmıştır. Bilimsel olarak obsesif kompulsif bozukluk herkeste az bir düzeyde de olsa görülebilen bir durum olarak değerlendirilmiştir. Kişinin kontrol dışında olan zihninde canlandırdığı ve aklından çıkaramadığı bazı düşüncelerden dolayı olan bir rahatsızlık şeklinde tanımlanmıştır. Her yaşta kişide ve meslek grubunda görülebildiği ve genlerden de geçme durumunun söz konusu olduğu belirtilmiştir. (TDK 2018 Swedo 2006).

Totem kavramı bakıldığında ise takıntı ile ilişkili olduğu görülmüştür. Çeşitli müsabakalar izlendiğinde takıntı dediğimiz örnek davranışlara rastlandığı özellikle bazı ünlü sporcuların totem olarak nitelendirdiği bazı ritüellerin/takıntıların basında zaman zaman yer aldığı görülmüştür. Totemlerin bir müsabaka öncesinde ya da müsabaka sırasında ortaya çıkan davranışlar olduğu bu davranışlardan bazılarının futbolcuların sahaya çimlere dokunarak çıkması, sağ ayakları üstünde sekerek çıkmaları, bazı branşlarda ise sürekli aynı şortu, taytı giymek, sürekli aynı tokayı takmak gibi davranışları da örnek olarak verebileceğinden de söz edilmiştir (Swedo 2006).

Tenis branşında dünya sıralamasında seri başı olan bir sporcunun setin en başında kullandığı topu tekrar isteyerek o topun ona uğur getirdiğini düşündüğünü söylemesi, takım idmanlarında veya müsabakada sürekli aynı formasını giymek isteyen aynı şortunu giymek isteyen sporculara rastlanabileceğinden söz edilmiştir. Bu gibi davranışlar sporcularda giyeceğe, yiyeceğe bağlı olarak antrenman veya müsabaka gelenekleri/totemleri olarak görülmektedir. Bu ve bunlar gibi davranışların listelerini çoğaltmak oldukça mümkün olduğundan söz edilmiştir. Çoğu sporcuda özellikle de elit düzeydeki sporcularda sıkça gözlemlenebilen bu davranışlara batıl inanç olarak nitelendirilebileceğinden söz edilmiştir (Swedo 2006).

Spor ortamlarında totem olarak değerlendirilen aynı formayı giyme, uğurlu tokayı takma, sürekli aynı saç kestirme, aynı adımla müsabaka sahasına girme, aynı numaralı formayı giyme gibi davranışlar aslında obsesyon ve batıl inanç tanımına bakıldığında bir tür takıntı ve batıl inançla uyduğu görülmektedir. Konu ile ilgili literatür incelendiğinde farklı meslek gruplarında batıl inanç ve obsesyon çalışılmış olmasına rağmen sporla ilgili tek bir çalışmanın olduğu görülmüştür (Barut 2008). Ancak profesyonel liglerde çalışan futbolcularda ilgili literatür incelendiğinde ise herhangi bir çalışmanın olmadığı görülmüştür. Bu açıdan konu ile ilgili medyada göz önünde olan profesyonel futbolcuların takıntı (obsesyon) tanımına uyan durumların profesyonel futbolcularda ne düzeyde olduğu? Sorusu akla gelmiş ve bu sorudan hareketle, İstanbul ili Anadolu yakasında bulunan profesyonel futbolcularda takıntı, batıl inanç ve düşünce kontrollerinin ne düzeyde olduğu araştırılması amaçlanmıştır. Bu araştırmanın sonucunda literatürde eksikliğini hissettiğimiz ve hem teoride hem de uygulamada alanında da işe yarayacağı düşünülen; takıntı, batıl inanç ve düşünce kontrolü kavramlarının araştırılmasının spor psikolojisi alanı için katkı sunacağı düşünülmüştür.

1.1 GENEL BİLGİLER

1.2. Batıl İnanç ve Davranış

Hızla gelişen bilimsel yaklaşımların evrenle, dünyayla ilişkili kavramların gerçekçi ve sağlıklı olabilmesi için yeteri düzeyde bilgi ve birikim edinilmesine ve yeni çalışmaların üretilmesine çok büyük katkı sağlamakla birlikte genellikle 20 yy. başlarında hızlıca artarak gelişim gösterdiği belirtilmiştir. (Ayhan ve Yarar 2005). Gücünü merak etmekten alan bilimin Jules Verne'in romanlarında yer alan insanoğlunun imkânsız diye bir şey tanımlamaması bilimizin tanık olduğu bir durum olmuştur. "Anlamlandırabilmenin" önemli bir özellik olarak kabul edildiği günden beri insanoğlu çok büyük bir yol kat etmiş. Başlangıç olarak aklın özgür düşünmeyle fitili ateşlediği bu gelişme döngüsel olarak devam etmiş olarak günümüzde "akıl" kavramının bilişsel süreçlerini öne sürerek tartışabilme fırsatı yaratmıştır. Bu da bizlerin kendi korkularımızı anlayabilmeyi, kendi benliğini kavramlaştırıp sağlıklı bir biçimde yapabilmemiz için olanak sağlamaktadır. Bu anlamlandırma ve kavramlaştırma durumu ilk yaratılan insanoğlu ile başladığına göre, modern insan ile ilk insan arasında bir karşılaştırma yapmak yanlış olmayacaktır. İnsan yeryüzüne geldiği ilk gün içinde bulunduğu dünya kendisi için bir karanlıktan ibaretti. Güneşin nereden doğup battığını anlamlandıramıyordu. Çevresine bakıp inceliyor, birçok olaya anlam vermekte zorlanıyordu. En kötüsü de karanlık içerisinde hissettiği korkuydu. En birinci korkularımızdan biride ölüm korkusudur. Akıl sağlığımız için ölüm korkusundan kaçınmalıyız. Sonunda insanoğlu totemleri ortaya çıkarmış. Yüzyıllarca ağaçlara çaputlar bağlanmış, ineklere ve birçok sembole tapılmış, bazı nesne ve canlılar kutsal hale getirilmiş. Birçok din bilimci batıl inanç ve davranışları yok saysa da dinden sonra insanoğlu olarak bizlerin varoluşsal korku ve endişelerimizi giderdiğimiz en temel araç batıl inançlar olarak değerlendirilmişti (Ayhan ve Yarar 2005).

Batıl inanç ve davranış kavramları hakkında çalışan bir araştırmacı için bu kavramları tartışmak, araştırmak ve zaman zaman tanımını yapmak oldukça zor olduğu belirtilmiştir. Türk Dil Kurumu sözlüğüne göre batıl; düzgün olmayan, çürük, temeli olmayan, boş bir inanç olarak tanımlandığı görülmüştür (TDK 1992).

Womack'ın tanımlamasına göre ise batıl inanç; reelde var olan davranışlar ve sonuçlar arasındaki sebepsel ve bütünsel bir sonuç olmasına rağmen insanın yapmış olduğu olağanın dışındaki, sürekli olarak tekrar eden ve değişmeyen tutum ve davranışların olumlu bir etkiye sahip olacağını sanmasıdır (Womack 1992). Warren tarafından ise batıl inanç;

bilimsel dayanaklarla ispat edilmiş olsa bile doğada yaşanan olayları doğaüstü güçlere maletme eğilimi olarak tanımlanmış (Warren 1934). Maller ve Lunden tarafından ise “birbirleriyle sebep-sonuç ilişkisi olmayan fenomen olarak nitelendirilen olaylar ve nesnelere arasında böyle bir ilişkinin var olduğunu iddia etmek olarak tanımlanmıştır (Maller ve Lunden 1993). Skinner ise batıl inanç ve davranışların kazanımlarını bir koşullanmanın geçici bir sonucu olarak ortaya çıkması olarak belirtmiş. Yine Skinner’e göre; eğer faydalı olacağını düşündüğümüz davranışların belirli bir seviyede birlikte olacak şekilde olursa, bu iki durum arasında nedensel bir sonucu taşıyan tesadüfen olmuş bir pekiştirmeye sebep olduğu, eğer bu faydalı olduğunu düşündüğümüz sonuç ve batıl inançlar arasında daha sonradan gelişen tesadüfi bağlantılar olursa örnekler pekiştirmeden yoksun olsa bile bu davranışın bir batıl inanç olarak düşünüldüğünden söz etmiştir (Skinner 1948).

Bunların dışında Langer, batıl inanç ve davranışlarla ilgili olarak söyledikleri kontrol hatası veya kontrol yanılması üzerinde bazı çalışmalar yapmışlardır (Langer 1975). Langer genel olarak insanların sebepleri etkilemeyecek olsalar bile kendilerini, benliklerini bir koşul olarak görmek için eğilimli bireyler olduklarını söylemiştir. Bu söylem, insanların gerçek hayatta bazı kontrol ettikleri dürtüleri olmasa bile durumları etkilemek için batıl inanç ve davranışları uyguladıklarını ayrıca bu tutum ve davranışın özel olarak kişilerin yeteneklerinin rol oynadığı zamanlarda geçerli olduğu, böyle zamanlarda da insanların kontrollerinden doğacak hataya ve batıl inanç ve davranışlara meyilli olduklarını açıklamıştır (Langer 1975). Bir başka söylem ise kişilerin yaşadıkları evrenin adil bir yer olduğuna inanılması gereken “adil dünya inancı”dır. Bu yaklaşıma göre kişiler çevrelerinin ve yaşadıkları evrenin adil ve eşit şartlarda yaşanan bir yer olduğuna inanmak istedikleri, bu düşünceden ve hatadan yola çıkarak kişilerin evrende sanki bir rolü yokmuş gibi davranışlar ve sonuçlar arasında var olduklarına inandıkları bir ilişki varmış gibi hareket ettiklerini, kişilerin genel olarak başarılı oldukları alanları, yeteneklerini, becerilerini ve buna bağlı olarak başarısız oldukları durumları da dışsal faktörlerden kaynaklandığını düşündükleri ve bunların yanı sıra meydana gelen olayların şans eseri meydana gelmiş olsa bile kişilerin bunu kendi kabiliyetlerine yordadıkları, insanoğlunun yaratılışı gereği şans faktörünü ve beceriyi karıştırdıkları ve bu sebepten dolayı batıl inançlarını gerçekleştirerek şans ve kader olgusunu etkileyebildiklerini düşündükleri belirtilmiştir (Lerner 1965).

Bilimin gerçeği; bilgi toplayarak gerçeği yorumlayarak bir öngörü ortaya koymaktır. Batıl inanç kavramında kişilerin dışarıdan gelen bazı uyarıcıları önemsedikleri bu duyuları evrenden aldıkları bilgi ve birikimlerini ortaya koyarak kendi öngörülerini ile algılarlar

(Skinner 1948). Fakat farkın batıl inançlarda insan organizmasıyla bir etkileşimi olduğu düşünülen elemanların, gerçek hayatta birbirinden bağımsız olduğu kişilerin gelecekte haberdar olma ve bunu kontrol edebileceklerini yanlış bir bağ kurarak gerçek ile hayal ettikleri arasında boş inançları icat etme hatasına düştükleri zaman geçtikçe de bu inandıkları boş inançları öğrenip onlara bağlandıkları ve git gide daha fazla inanır hale geldikleri görülmüştür. Skinner'e göre organizmanın bazı uyarıcılarla bağlantı kurarak davranışlarını ve düşüncelerini bu bağlamda harekete geçirerek fizyolojik bir ihtiyaca ihtiyaç duyduklarından söz edilmiştir (Skinner 1948). Tam olarak da bu sebeple birçok batıl inancın sonunda korku, kaygı, stres ve endişe verici durumların ortaya çıkardığı, örneğin toplum olarak da çoğu zaman gördüğümüz yağmur duasına çıkmak, kişilerin açlık, susuzluk gibi durumlar içinde olduklarından ve bir şekilde bu durumla başa çıkabilmenin gücünün, geleceklerini kontrol altına alabileceklerine inanma ihtiyaçları olduklarıdır. Belli bir endişe ve güdüleme seviyesine ulaşan kişilerin doğal olarak dışarıdan gelen uyaranlara daha açık olmaları yine bu nedenden dolayı batıl inançların oluşmasında kişilerin farklı sebepleri doğrultusunda yanlış önermeler kurmasına benzeyen bir nitelik olduğu ve bu niteliklerin Gestalt Psikolojisinin temel kavramlarına dayanabileceği düşünülmüştür (Ayhan ve Yazar 2005).

Bu kavramlardan ilkinin benzerlik kuralı olduğu (Das 2006). Bu kurala göre batıl inanç ve davranışlarda beklenen etkinin onun taklidini yaparak gerçekleşebileceğine inanmış, sevilmeyen kişinin tahtadan veya bezden yapılmış bir kuklası yani oyuncak hali yapılarak o kişiye bu oyuncak üzerinden zarar vereceğine inanıldığı gibi, Afrika'nın batısındaki Voodoo inancı bu inancın en bilinen önermelerinden olduğu, kişinin tipik bir uyarıcı genellemesi olarak söylenebileceği belirtilmiştir (Das 2006). Uyarıcı genellemesi bir kişinin davranışını bir uyaran mevcutken de devam etmesi olarak literatürde yer almıştır (Skinner 1948). Tecrübelerle bir kişiye vurulduğunda kişinin zarar gördüğünü edimsel koşullanma ile öğrenen kişinin, bu bağlantıyı düşmanı için yapmış olduğu bez bebek materyaline de taşıdığı görülmüştür. Bazen bu tür batıl inançların amaçlar doğrultusunda da kullanıldığı örneğin hasta olan bir kişinin iyileşmesi için veya kişinin başına gelebilecek kötülükleri önlemek için gibi, bu iyilik için yapılan batıl inançların ise sevdiği kişiyi kaybetme veya ona zarar geleceği korkusundan kaynaklandığı söylenilmiştir (Das 2006).

Batıl inançların oluşmasını etkileyen başka bir kural ise yine Gestalt Psikolojisi'nde genellikle kullanılmakta olan "Temas Kuralı" kavramı olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kavrama dayanan batıl inançlar da ise bir zaman herhangi birine temas etmiş bir eşyaya

anlam yükleyerek onun uğurlu olduğuna ya da birine temas eden bir eşyanın hala o kişinin etkisinin üstünde devam ettiğine inanıp o kişi üzerinde değişime yol açabileceğine inanılmasıdır. Bu kavramlara en basit örnek ise birinin saçı veya bir eşyası ile o kişiye zarar vermeye çalışma yanılgısıdır. Gerçekte bütün ile parça arasındaki bağ kopmuş olsa bile organizmada temsili olarak bunun devam ettiği inancı olduğu belirtilmiştir (Das 2006).

Psikolojinin enlerinden olan Skinner batıl inançları ‘güvercinlerin verdikleri tepkilerin şans eseri pekiştireçlerle ilişkilendirilmesinden kaynaklanan stereo tipik ve yinelenen davranışlar olduğunu söylemiştir (Skinner 1948). Amerikalı Psikolog Skinner’ın tanımlamasından da anlaşıldığı gibi batıl inançların sadece insanlara ait bir davranış durumu olmadığı Skinner tarafından 1948’te yapılan bilimsel çalışması batıl inançlarla ilgili olarak literatürde yapılan ilk çalışma olarak yer almıştır (Skinner 1948).

Söz edilen çalışma kendi vücut kütlesi normal oranının %75’ine getirilmiş karnı aç bir güvercin yemek kabı olan bir kafese konmuş, karnı aç olan güvercinin kabın içindeki yiyecekleri gördüğü ancak yiyeceğe asla direkt olarak ulaşamamaktadır. Önceden belirlenen bir süre ile güvercine 30 sn. de birkaç parça yem verildiği anlaşılmış ve Skinner, güvercinin yem verilmeden hemen önceki hareketlerini tekrarladığını gözlemlemiştir. Güvercinin kendi etrafında dönme ve zıplama gibi davranışlarıyla yemin verilmesi arasında bir bağlantı olmadığı, güvercinin kendi etrafında dönerken yemin verilmesinin bir rastlantıdan ibaret olduğu bu davranışın Skinner tarafından batıl davranışın icadı olarak tanımlandığı açıklanmıştır (Skinner 1948).

Örneğin; “Çok yaşa”, “Sağlıklı yaşa”, “God bless you/çok yaşa” ve diğer sözcükler dünyanın çoğu yerinde ve ülkemizde hapsirani bir kişiye söylenmekte olan cümleler olarak bilinmektedir. Tarih öncesi çağlarda insanlar soluğun ruhumuzdan bir parça olduğuna veya yaşam özünün olduğuna inanmışlar. Yaratıcı insanı var ettiğinde nefesini insanlara üflemiş ve o nefes ruhta bulunduğu sürece hayatın devam ettiğine inanılışına inanılmaktadır. Bu inançla birlikte hapsirani esnasında nefes alış verişin durması veya o kasılma hareketi ile soluğun dışarıya kaçıp gideceği korkusu inanılışı vardı (Skinner 1948). Bir başka kaynaktan ise hapsirani sırasında beyinde oluşabilecek semptomların, bedenine içine kötü ruhun girmesine fırsat vereceğine inanıldığına rastlanılmıştır. Romalılar hapsirani olmadan çok korkarlar ve salgın hastalıkların ortaya çıkacağını düşünürlerdi. Daha ileri zamanlarda Papa Gregory döneminde Roma’yı kasıp kavuran veba salgını bir sürü insanın canına mal oldu ve

Papa ilk kez hapşiran insanlara karşı “God bless you / Tanrı sizi kutsasın” sözcüğünü kullanmıştır (Skinner 1948).

Bu bilgiler Felson ve Gmelch’in açıkladığı belirsizlik teoremine göre kişiler olayların sonuçlarını belirli düzeyde kontrol edebilir. Bazen de kontrol edilemez güçlerden kaynaklandığını düşünmüşlerdir. (Felson ve Gmelch 1979). Kontrol edildiği düşünülen güçlerin insanın kendi kontrolü altındaki güçler olduğu (çabalamak, performans göstermek, bilgiyi aramak gibi). Kontrol dışı güçlerin ise kişilerin şans olaylarına ve uğur diye sınıflandırılan atıflardan oluştuğu söylenmektedir (Weiner 1995). Kişilerin çıkan bu sonuçları ne kadar uğur ve şans olayları ile nitelendirirlerse, batıl inançları sergileme olasılıkları da artacağı söylenmiştir. Esas olan batıl inançlı kişilerin çoğu zaman kontrol altında tutamadığı bazı güçleri kontrol edilir seviyeye getirmeye çalıştıkları ve bu şekilde arzu ettiği sonuçların artacağına inandıkları belirtilmiştir (Weiner 1995).

Festinger ile ortaya çıkan “bilişsel çelişki” teoremi ise kişilerde sürekli uyumlu hareket etme eğiliminden söz etmiştir. Bu teorem de özellikle davranış ve tutum kelimelerinin birbirlerine zıt olduğu dönemlerde bilişsel çelişkinin olduğundan söz edilmektedir. Bu uyum durumu tutum ve davranışın birbirleri ile tutarlı bir ilişkide eğilimi olduğundan bahsetmektedir. Bu teorem tutum ve davranış bileşenlerinin birbirlerine zıt olduğu zamanlarda bilişsel olarak bir çelişkinin olduğundan bahsetmektedir. Bu uyum durumu tutum ve davranışların birbirleriyle alakalı bir şekilde görünmesine sebep olan motivasyon sağlayıcı bir durum olarak bahsedilmiştir. (Festinger 1957). Tutum ya da davranışlardan herhangi bir tanesi değişmediği müddetçe insanın yaşayacağı çelişki durumu devam edecektir. Bu çelişkili olma durumu da insanda aşılması gerekli olan bir durumdur (Festinger 1957). Bu durumu aşabilmekte ancak çelişki durumunun tamamen ortadan kalkması ile sağlanacaktır. Bu bağlamda düşünürsek eğer batıl davranışlar sergileyen insanlar da sıkça bilişsel çelişkili olma durumları beklenmektedir. Bu da batıl inançların olumsuz bir yönüdür. Çelişkili bu durum insanın kendi davranışlarını veya tutumlarını değiştirerek aşması yolundan geçer, genel olarak tutumlardaki değişikliğin daha çok değişim gösterdiğini görülmektedir. Hayalinde ki işin başka bir iş olduğu şuan hoşlanmadığı bir işte çalışan kişinin yaşadığı çelişkili durum da bu durumlara örnek olarak söylenebilmektedir. Bu kişinin içinde bulunduğu çelişkili durumu sonlandırmak için iki mesleği de gözden geçirip sevmediği işin olumlu yönlerini bulup içinde bulunduğu çelişkili durumu sonlandırarak meslek hakkında ki fikirlerini değiştirmesi gerektiği düşünülmektedir. Mesleğin bırakılması yani davranışı değiştirmek oldukça zor bir durumdur bu sebepten

dolayı tutumu değiştirmek ve mesleğinin olumlu yönlerini bulmak işini sevmek daha kolay olacağı düşünüldüğü söylenmiştir. Batıl davranışlar sergileyen kişiler de bu olayda olduğu gibi tutum ve davranışlarının mantiken yanlış olduğunu bilseler bile, işe yaradığını düşündükleri davranışlarını değiştirmek istemedikleri için bunun yerine tutumlarını değiştirmeyi tercih etikleri görülmektedir (Festinger 1957).

1.3. Batıl İnanç ve Davranışların Durumsal ve Kişisel Bileşenleri

Kişilerin batıl inanç ve davranışlarını belirsizliğin olduğu zamanlarda ve sonucun sadece önemli olduğunu düşündükleri zamanlarda da uyguladıkları bu olayın sebebi olarak da bireylerin kişiliğinde bu teoremi etkileyecek bir olgu var ise hangi kişilikteki insanlar bu teoremi hayata geçirmeye ihtiyaç duyarlar? Bazı kişilerin çevrelerini kontrol altına almakta oldukça başarılıdırlar, bazıları ise batıl davranışlar sergileyerek onlardan ayrıldıkları belirtilmiştir. (Buhrmann ve Zaugg 1981).

1.3.1. Sonucun Belirsizliği İlkesi

Spor yapan bireylerinde bazı zamanlarda batıl tutum ve davranışları gergin durumu en aza indirmek için kullanırlar. Bu gergin durumdan kasıt ise müsabakada ya da müsabakadan önce kendilerinin geliştirdiği yorgun olma hissi, kendini halsiz yetersiz hissetme gibi kendinden şüphelenme gibi düşünceler ve titreme gibi psikolojik tepkiler olduğu, bu gerginlik tepkileri müsabakadan müsabakaya ve zor olarak görünen rakipten kolay olarak görülen rakibe göre değişkenlik gösterebildiği görülmektedir. Takımlar arasındaki başarı veya kalite farkı birbirine yakın olarak görülüyorsa belirsizlik durumunda önemli bir rol oynamaktadır. Bir takım kendilerinden emin ve mutlak favori ise yani diğerini yenecek durumda ise belirsizlik oranı çok düşük olduğu düşünülmektedir. Eğer diğer takım iyiye ve başarı ve kalite olarak birbirlerine denk ise belirsizlik oranı yüksek olduğu söylenilmektedir. Yani rakiplerin kalite ve başarı statüsü belirsizlik ilkesini belirlemektedir. Sonuç olarak bakacak olursak belirsizliğin oldukça fazla olduğu durumlarda psikolojik gerilim oranı da yüksek çıktığından söz edilmiştir. (Kahnemann ve Tversky 1984).

Sonuçlara ilişkin belirsizlik ilkesi ile ilgili olarak batıl inançların sonuca bağlı olarak önem yönünden etkilendiği, sonuçların önemli olmadığı müsabakalarda, bireylerin psikolojik gerilimlerinin düşük olduğu görülmektedir. Bunun aksine sonuçların önemli olduğu müsabakalarda ise kişilerin genel olarak huzursuz olma durumu, yorgunluk hissi, müsabaka ile ilgili takıntılı düşüncelere sevk olma ve artan kan basıncı gibi psikolojik gerilimin yüksek olması durumunu daha fazla hissettikleri görüldüğü söylenmiştir (Schippers ve Van Lange 2005). Buna rnek olarak, spor yapan bireylerin doğal olarak

önemi yüksek gördükleri bir final müsabakasından antrenman maçlarına oranla daha çok gerilim hissettiklerini, sonuç olarak müsabakanın önemi düşük seviyeden yüksek seviyeye doğruysa batıl inançlar eğilim daha fazla olacağı düşünülmektedir. Özetleyecek olursak; bu belirsizlik durumuna göre batıl inançlara sahip insanlar belirli olan olayların sonuçlarına kısmen müdahil olunabilir kısmen de kontrol dışı güçler tarafından belirlendiğine inandıkları, kontrol edilebilen güçler kişinin kendine ait bir güç olduğu kadar diğerlerinin kontrol ettikleri gücün kuramcılara göre ise kontrol dışı güçler ise şansın ve talihin ön planda olduğu olgular olduğunu söylemişlerdir. İnsan ne kadar düşüncelerini şanstın yana kullanırsa o derece de batıl inanç ve davranış geliştirmeye meğilli olduğu belirtilmiştir (Schipper ve Van Lange 2005).

1.3.2. Denetim Odağı (Locus of Control)

Kişilerin olağan dışı gelişen bazı olayların kendi kontrollerinin dışında olduğu inancına sahiptirler işte bu yaşanan duruma “denetim odağı” denildiği açıklanmıştır (Rotter 1966). Julian Rotter’ın denetim odağı teoremine göre kişilerin iki türlü olduğu, İçsel denetim odaklı kişilerin gelişen durumun kendi yapmış olduğu davranışlardan kaynaklı olduğuna inandıkları, Dışsal denetim odaklı kişilerin ise yaşanan durumu şanslarına ve talihlerine bağladıkları görüldüğü söylenmektedir. Levenson içsel denetim odağının kişilerin spor yaparken motivasyon sağladığının tersine dışsal denetim odağının ise spor yaparken kişinin arzu ve isteğini düşürdüğü belirtilmiştir (Levenson 1973). Bunların sonucu olarak içsel denetim odaklı kişilerin hayatlarının ve şans olarak nitelendirdikleri kader inançlarının emredicileri olduğu bu bireyler dışsal denetim odaklı bireylere oranla kendi yaşamlarına daha fazla kontrol kurduklarını düşünürler ve bir müsabaka esnasında daha çok başarılı ve inançlı oldukları görülmektedir. Bu söylemlerin ışığında Matute, pekiştirmenin olağan dışı olduğu kontrol edilmekte zorlanılan durumlarda kişilerin batıl davranışları kontrol etmede hatalı oldukları belirtmiştir. (Matute 1994). Yani bir başka söylemle dış denetim odaklı kişilerin batıl inanç geliştirmekte daha çok meyilli olduğundan söz edilmektedir. Batıl olarak inandıkları şanslarını kontrol ettiklerine inanmış kişiler ise batıl inanç ve davranışı daha çok geliştirdikleri söylenmektedir. Bunun zıttı olarak Frederick sporcuların kendileri batıl inanç ve davranışın genel kullanımını belirleyici bazı yapılar ile beraber bu konuyla alakalı denetim odağının anlamlı olarak rol oynadığını bulduğunu belirtmektedir (Bleak ve Frederick 1998).

1.3.3. A Tipi Davranış Örüntüsü (ATDÖ)

A tipi davranış örüntüsü fazla tekrar etmeyle ve çalışarak, sürekli daha fazlasını isteyen daha kısa sürede başarı kazanma odaklı sporcu kişilerin karakterize özellikleri olduğu görülmektedir (Bartner ve Rosenman 1967). A tipi davranış örüntüsü özelliğini gösteren kişiler sabırsız olma, vakit azlığı, başarılı olmak için çabalamak, kızgın olma hali, çok çalışma hırsları, yorgunluğu baskı altında tutan, çok aktiviteye katılan, kontrol edilmekte zorlanan, çevresel olaylar üstünde kontrolü olduğunu belirlemeye çalışan hızlı adımları gerektiren aktiviteleri sürdüren karakterize özelliklerini yansıtan bireylerin olduğu belirtilmektedir (Bartner ve Rosenman 1967). A tipi davranış örüntüsü bireyin olaylar üzerinde etkili olduğunu öngören bir dürtü ile yönetilmektedir. Bu dürtü kontrolü elinde tutmak için, batıl inanç ve davranış geliştirmeye destek olduğu belirtilmiştir (Bartner ve Rosenman 1967).

1.3.4. Sportif Benlik

Brewer ve arkadaşları sportif benliği kişinin sportif açıdan kendini tanıma oranı olarak tanımlamışlardır. Kuvvetli bir sportif geçmişi olan sporcular bir öze sahiptirler; bu öz, sportif bakış açısından süregelen bilgileri kontrol etmeye rehberlik ederek bu bilgileri organizasyon şemasında takip ettiği belirtilmiştir (Brewer ve diğ. 1993). Bu sporcular genel olarak ego yönelimine yakın ve sporcu kimliklerine alakalı görünürler. Sheppard batıl inanç ve davranışları, aktiviteye katılmanın fazlalığının bir rolü olarak görmektedir. Bu sebepten ötürü ego yönelimi çok yüksek olan sporcularda daha çok batıl inanç ve davranış örneği sergileyeceği beklenildiği belirtilmiştir. Sportif benlikte hem olumsuz hem de olumlu neticeleri değerlendirmeyi gerektirdiği söylenmiştir (Neil ve diğ. 1981). Sportif benlikte batıl inanç ve davranışlar ile uygulamayla ilişki göz ardı edilmezse Van Raalte ve arkadaşları sporla iç içe olan kişilerin batıl inanç ve davranış gözlemlenen kaygılı durumları azaltan bir yol olarak gördükleri için ve daha fazla ego yöneliminde oldukları için daha çok kaygı hissettiklerini belirtmişlerdir. Bu sebepten dolayı fazla ego yönelimi olan sporcular kaygıyı daha fazla hissettikleri için batıl inanç ve davranışları eleştirdikleri görülmüştür (Van Raalte ve diğ. 1991). Neil (1980) sporun müsabaka seviyesinde hedef arttığında batıl inanç ve davranış ritüelleri geliştirmede ve uygulamanın arttığını belirtmiştir. Batıl davranışlar sergileyen sporcular aktiviteye katılım seviyesinin bir sebebi olarak görülmüştür (Neil 1980).

1.4. Sporda Batıl İnanç ve Davranış

Womack (1992) sporda batıl inanç ve davranışı: Sporcuların şans faktörlerini ve dışarıdan gelen faktörlerin kontrolü ile kendilerini güçlü gördükleri durumlarda yaptıkları hareketleri tekrar ederek, ardışık ve teknik olarak performanstan farklı olduğu durum olarak tanımlamıştır (Womack 1992). Bu tekrar eden hareketlerin ve batıl inançların ritüel dediğimiz kavramı kullanmaya olanak sağladığı batıl inançların müsabaka öncesinde düşündüğümüz yani karşılaşma öncesi yaptığımız hazırlıklardan ayrıldığı söylenmektedir. Lakin genellikle bu durum herkes tarafından anlaşılabilir olduğu bazen bu davranışların müsabakanın öncesinde bir etkisinin olmadığı anlaşılmıştır. Ama bu ritüellerin müsabakanın öncesinde zihinsel olarak müsabakaya hazırlanma açısından performansa hazırlanma için olumlu bir etkisinin olduğu söylenilmektedir. Bu sebeple de müsabaka öncesi mental hazırlık öğrenilmiş olur. Spor yapan bireyler performans göstermek için davranışsal ve bilişsel stratejiler kullandıkları görülmektedir (Cohn 1990). Bu stratejilere imgeleme, gevşeme teknikleri, odaklanma stratejileri ve baş etme stratejilerini örnek verilmektedir. Spor yapan bireyler müsabaka esnasında performanslarını arttırmak için bu hazırlık süreçlerini kullanırken, bunların aslında batıl inançlardan ve ritüellerden ayrıldığı görüldüğü belirtilmiştir (Eklund ve diğ. 1993). Performans göstermeden önceki hazırlık periyotları uzman spor psikoloğu tarafından özel olarak desteklenip hazırlanarak takıma özgü ve bireysel olarak geliştirilir. Sonraki süreç ise örneğin bir atletin bireysel olarak performans gösterdiği sonuçları etkileyebileceği durumlarda öz-kontrol üzerine odaklanır. Ters olarak batıl ritüeller şansın kontrolünün ölçülebileceğini etkilemiş olup algılanan kaygı düzeyini azaltarak bağlantılı davranışların büyük bir çoğunluğunu içerdiği belirtilmiştir (Eklund ve diğ. 1993).

Batıl inançların sıklıkla ya fiziksel becerinin ön planda olduğu ya da başarısız olunan seviyenin yüksek olduğu risk oranı yüksek sporlarda kullanıldığı görülmektedir (Womack 1992). Womack, batıl inanç ve davranışların spor yapan bireyler tarafından en uygun performansı sergilemek için kaygı, stres ve tehlikeli durumları ve duygusal olarak sabit olmayı ifade etmek için kullanıldığını belirtmektedir (Womack 1992). Fazla stresli bir müsabakada spor yapan bireyler sonuç odaklı ve durum üzerinde sabitlik ve kontrol sağlamak için batıl inanç ve davranışlara başvurdukları, algılamış oldukları güven duygusu artarken bazı durumları kontrol altına alma ve sabitlik hissi sporcuda sakin kalmayı ve heyecan hissini dindirmeyi, kaygılı olma durumunu yatıştırdığı açıklanmıştır (Womack 1992).

Malinowski batıl inanç ve davranışlara yönelmedeki en başlıca sebebin gelişen koşullardaki kişinin kaygı düzeyinin yüksek olması ve belirsizlik diye belirtmiş yine müsabaka seviyesinin, baskının ve gerilimin sporcuya müsabakayla ilgili kontrol hissiyatını elde etmek için batıl inanç ve davranışları kullanmaya sevk ettiğini belirtmiştir (Malinowski. 1927, Womack 1992).

1.5. Sporda Yaşanan ve Gözlenebilen Batıl İnanç ve Davranış Örnekleri

Uruguaylı yazar Eduardo Galeano'nun 'Gölgede ve Güneş'te Futbol' kitabında sporda gerçekleştirilen batıl davranışların özellikle futbol branşında olan sporcuların daha çok gerçekleştirdiğini söylemektedir (Galeano 1997). Gizli güçlere olan inancıyla tanınan Uruguay milli takımının yıldız oyuncusu Adhemar Canavessi 1928 Olimpiyat Oyunları finalinde takımına zarar verdiğini düşündüğü için final müsabakasına çıkmayarak herkesi şoke etmiştir. Düşüncesine göre ne zaman takımı Arjantin'e karşı oynasa maçı kaybediyormuş. Amsterdam'da bu düşünce ile oynamadığı maçta takımı galip gelmiştir (Galeano 1997). Başka ilginç bir olay da 1937 yılında efsane kulüplerinden biri olan Vasco Da Gama Kulübü'nün başına gelenlerdir. Vasco'nun 12-0 gibi farklı bir skorla yendiği bir takımın taraftarı "Bir tanrı varsa Vasco 12 yıl şampiyon olamasın" bedduasıyla ağzı dikilmiş bir kurbağayı Vasco'nun sahasına gömmesi ile başlamıştır. Bunun üzerine Vasco takımının yöneticiler kurbağayı bulmak için bütün sahayı delik deşik etmişlerdir lakin bulamamışlardır. Bunun üzerine kötü ruhların futbola hâkimiyeti başlamıştır inancı hâkim olmuştur ve Vasco takımı tam 11 yıl şampiyon olamamıştır. Büyünün son bulmasına 1 yıl kala Vasco şampiyon olur ve kulüp başkanı "Tanrı cezamızı bir yıl affetti" diyerek olayın ciddiyetini gözler önüne sermiştir (Galeano 1997). 1953 yılında bu kez de Flamengo takımı tam 9 yıl şampiyon olamaz, takımın taraftarlarından olan Peder Goes bu olay üzerine futbolcuları maçlardan önce klişeye götürüp ayinlere katılmalarını sağlar, Flamengo bu ayinlerden sonra üç yıl üst üste şampiyon olur. Rakipleri bu durumdan rahatsız olur ve Flamingoyu haksız rekabet elde etmeden ötürü kardinale şikayet ederler. Peder Goes kendini savunsa da şampiyonluk 4. Sezonda kaybedilir. (Galeano 1997). Latin Amerika kıtası bu şekilde batıl inançlar çevresinde futbol branşını devam ettirirken, Avrupa kıtasının takımları da boş durmamaktadır. İspanya'nın unutulmaz oyuncularından Hernandez Coranado'nun hikâyesidir, Real 50'li yılların başında statlarını ve futbol sahalarını yenileyerek büyütme kararı almışlardır bu olay üstüne saha genişletilir fakat altı sene Real şampiyon olamaz, Bu kötü şans ise bir Real Madrid taraftarının sahanın ortasına gömmüş olduğu sarımsağın çözdüğüne inanılmaktadır (Galeano 1997). Futbolla alakalı büyülerin en

çok rastlandığı olaylar ise Dünya şampiyonalarıdır. 86 ve 90 Dünya kupalarında Arjantin teknik direktörü futbolculara tavuk eti yemeği yasaklamıştır uğursuzluk getirdiğine inandığı için tüm turnuva boyunca sporcular dana eti yemişlerdir. 86 da kupa kazanılmıştır ama 90 da kaybedilmiştir. Tavuk etinin uğursuzluğunu yoksa başka bir sebep mi bilinmez (Galeano 1997). 94 Dünya Kupası'nda ise gündemde Freddy Rincon vardır. Kendisine büyü yapıldığını düşünen ve bacağına kırılacağına inanan ve ayrıca sarı ve kırmızı kartlar göreceği kehaneti ile uyarılır. Rincon o sene oynadığı futboluyla hayranlarını hayal kırıklığına uğrattır lakin ayağı kırılmamıştır. (Galeano 1997). Dünya kupalarında büyü olaylarını tap noktasına çıkararak Afrika kıtasından turnuvaya katılan takımlar olmuştur. Büyü olayları aslında Afrikalılar için çok normal olaylardır. Kıtalarında yapmış oldukları turnuvalarda bu tür olayları sıkça yapmaktadırlar ve sıradan olarak görülmektedir. Kalelerin altlarına gol olmaması için ölü hayvan postları gömmeleridir. En sıra dışı olanı ise Afrika kupasında Kamerun ile Mali takımları arasında oynanan müsabakada iki takım ülkelerinin neredeyse savaşa girecek duruma gelmeleridir. Olayın sebebi ise Kamerun takımının antrenörlerinden Nkono'nun büyücü olması ve Kamerun'un maçı 3-0 kazanması sonrasında Nkono'nun gözaltına alınmış olmasıdır (Galeano 1997). 2002'de ise Fransa ile Senegal takımları arasında oynanan müsabakada voodoo büyüsü ile Fransız medyası derinden sarsılır. Senegalli büyücüler federasyonları tarafından Kore'ye getirilir ve büyücülerden birinin televizyon ekranlarına yansıyan bir tavuğun sol bacağına kırıp bir şeyler okumasıyla aynı gün içerisinde Zidane isimli Fransız futbolcunun da sol bacağından sakatlanması ile sarsılan Fransızlar o maçı Senegal takımına kaybedip elenmişlerdir. Senegal takımının daha sonra yine şansı yaver gitmiş ta ki kupada Türkiye ile karşılaşmaya kadar öyle ki Türkiye de büyücü Senegal takımına karşı Diyanet tarafından seferberlik ilan edilmiştir, dualar okunup hutbeler verilmiştir. Senegal'in büyüsü işlemeyip devre dışı kalmışlardır. (Galeano 1997). Ülkemiz futbolunda da büyü olayları, kurban kesme, dualar okuma gibi hadiseler yaşanmaktadır. En son yaşanan olayları hatırlamaktayız Galatasaraylı futbolcu Mondragon'un yaptırdığı söylenen 'Kara Kolombiya Büyüsü' , Fenerbahçe'nin kadrolu medyum olduğu öğrenilen ve şuan da emniyet tarafından aranılan Ayten Hanım'ı hepimiz hatırlamaktayız. Galatasaraylı yönetici Ergun Gürsoy 86-87 sezonunda Fenerbahçe'nin şampiyon olmaması için 'Kafes Büyüsü' yaptırdıklarını söylemiştir (Galeano 1997). Şaşırtıcı bir olayda Erzurum'da yaşanmıştır, Erzurumspor son maçına çıkacaktır kümede kalması için ya galip gelmesi ya da beraberlik alması gerekmektedir Erzurum'un sevilen hocalarından olan Naim hocaya taraftarlardan takım için dua etmesi istenilir Naim hocada kıramaz ve kabul edip dua eder. Maç 0-0 berabere ve uzatmalarda Erzurumspor yenilir ve

küme düşer. Taraftar Naim hocayı bulur ve hocam nasıl dua ettim küme düştük diye serzenişte bulunur, hocada ‘Oğlum ben 90 dakika için ettim nerden bileyim maç uzatmalara gidecek’ der (Galeano 1997). Dünyada ve ülkemizde bu örnekleri çoğaltmak mümkündür. Örneğin; Serena Williams; ayakkabı bağlarını hep aynı şekilde bağlamaktadır, hep aynı soyunma odasını kullanıp hep aynı yerde duş almaktadır. İlk serviste topu 5 kez yerde sektirirken 2.serviste ise 2 kez yerde sektirmektedir ve bu yapmış olduğu davranışların ona uğur getirdiğine inanmaktadır (Galeano 1997). Ana Ivanoviç; Genç Sırp asıllı tenisçi servis atışından önce topu bir kez sektirmektedir. Beyaz çizgilere asla basmıyor eğer basarsa o sayıyı kaybedeceğine inanıyor (Galeano 1997). Eski Wimbledon şampiyonu Goran Ivaniseviç; arabasını sürekli aynı yere park etmesi ile biliniyor (Galeano 1997). Rafael Nadal; Maç başlamadan önce iki şişe suyu etiketleri görünecek şekilde oturduğu sandalyenin altına koyuyor ve çoraplarının uzunluklarına dikkat ediyor keskinlikle 15 cm geçmemesine özen gösteriyor (Galeano 1997). Maria Sharapova; top toplayan çocuklardan topları sağ tarafından alıyor ve asla topu sol eliyle almıyor sağ tarafının ona uğur getirdiği inancı mevcut kendisinde (Galeano 1997). Roberto Carlos; Dünyanın en iyi sol beki olarak lanse edilen futbolcu maça çıkmadan önce formasını kesiyor ve bunun uğuruna inanıyor (Galeano 1997). Gheorghe Hagi; Müsabakaya çorabının alt kısmını keserek çıktığını söylüyor ve kesmeyi unutup çıktığı müsabakaların kötü geçtiğinden söz ediyor (Galeano 1997). Lampard; kendine ait internet sitesinde sahaya her zaman sağ ayakla çıktığını, kötü oynamış olduğu bir müsabakadan sonra kramponlarını dışarıya fırlattığını söylüyor. Maça çıkmadan önce arabasında sürekli aynı parçayı dinlediğini kulübe giderken de sürekli aynı yolu kullandığını belirtiyor. (franklampart.net. 2018). Rio Ferdinand; Soyunma odasından dışarıya çıkarken uğur getirsin diye yüzüne bir bardak su vuruyor (sabahgazetesi.net. 2007). Adrian Mutu; Başına gelecek belaları def etmek için atletini ters giydiğinden bahsetmişti (sabahgazetesi.net. 2007).

Sonuç olarak bu ve buna benzer örnekler çoğaltılabilir fakat literatürü ilgilendiren tarafı batıl davranışların hangi koşullar ve durumlarda ortaya çıktığıdır.

1.6. Sporda Batıl İnanç ve Davranışlarla İlgili Yapılan Çalışmalar

Psikolojinin araştırma konularından biri olan batıl davranışlarla ilgili ilk yapılan bilimsel çalışmanın Amerikalı Psikolog Skinner’ın 1948’de güvercinler üzerinde yapmış olduğu çalışma olarak kabul edilmiştir(Skinner 1948). Batıl davranışlarla ilgili olarak yapılan ilk çalışma olması ile birlikte sonra ki yapılacak çalışmalara da örnek olduğu belirtilmiştir(Skinner 1948). Spor da görülen batıl davranışların yeni oluşan bir olgu

olmadığı 1900'lü yılların başlarında Gardiner spor yapan bireylerde batıl davranışlarla ilgili gözlemler yaptığı görülmüştür (Bleak ve Frederick 1998). Womack, birçok atletizm takımıyla çalışmış ve bu davranışların sporcudan sporcuya çeşitlendiğini, riskli sporlarda daha çok bu davranışların görüldüğünü bulmuştur. (Womack 1992) Buhrmann spor yapan bireylerde batıl davranışların kadın sporcuların, erkek sporculara oranla daha fazla batıl davranış sergiledikleri ve bu davranışların yaşla birlikte artan yani pozitif korelasyon ilişkisi içinde olduğunu bulmuştur. (Buhrmann ve Zaugg 1981). Anderson ve Sheppard buz hokeyi oynayan kadın ve erkek sporcularda yüksek ego ve yarışma düzeyinin yüksek olduğu müsabakalarda fazla batıl davranışı gösterme yaygınlığını olduğu görülmüştür (Neil ve diğ. 1981). Burger ve Lynn yapmış oldukları bir çalışmada Birleşik Amerika ve Japonya'da profesyonel olarak beyzbol sporu ile ilgilenen sporcuların arasında da batıl davranışların kullanımının yağın olduğunu gözlemlemişlerdir. İki ülkenin beyzbol oyuncuları arasında gönüllü olarak katılacakları bir çalışma yürütmüşlerdir. İlk başta katılan sporculara batıl davranışın tanımı yapıp açıklanmıştır, bu tanım "müsabaka esnasında size şans getirdiğine inanarak yaptığınız herhangi bir şey var mı?" şeklinde bir soru cümlesi olmuştur. Yine örnek olarak; şans getirdiğine inandıkları kıyafetleri giymek, şans getirdiklerine inandıkları bir yerde oturmak, sadece şans getirdiğine inandıkları belli başlı yiyecekleri yemek ve sahaya hep aynı yerden girmek gibi çeşitli davranış serilerine ilişkin soru listeleri sporculara sunulmuştur. Bu davranışları da hangi sıklıkta ve müsabakadan önce mi? ya da sonra mı? yaptıkları sorulmuştur (Burger ve Lynn 2005). Daha sonra ise sporcuların bu davranışların performansları üzerinde etkisi olup olmadığı konusundaki düşünceleri sorulmuş verilen yanıtlara bakıldığında ise "her zaman, sık sık, bazen, nadiren ve hiçbir zaman" şeklinde sınırlandırılmıştır. Yine sporculara "Şansın beyzbolda hangi sıklıkla müsabakada olanları etkilediği şeklinde bir soru yöneltilmiştir. Bu soruya verilen yanıt seçeneklerinin "çoğunlukla, sık sık, bazen, nadiren ve hiçbir zaman" şeklinde yine sınırlandırılmıştır. Bu araştırma sonucunda; müsabaka sırasında şansın sonuçları etkileyebileceğine ilişkin yanıtlar veren sporcuların daha çok batıl davranış sergiledikleri gözlemlenmiştir. Kültürel farklılıklar açısından Amerikan vatandaşı olan sporcuların Japon vatandaşı olan sporculardan daha fazla batıl inanca sahip oldukları görülmüştür. Amerikalı sporcuların batıl inançlarının bireysel performanslarına daha fazla etki ettiklerine inanmışlardır. Ayrıca Japon sporcular ise batıl davranışların takım performanslarını olumlu yönde etkilediğine Amerikalı sporculara oranla daha çok inandıkları görülmüştür. (Burger ve Lynn 2005). Bleak ve Frederick spor ortamlarında batıl inanç ve davranışı araştırmışlardır; araştırmaya jimnastik, atletizm, futbol gibi çeşitli branşlardan 107 sporcuyu dâhil etmişlerdir. Batıl davranışın kullanımı, Sportif

başarının önemini, Sportif kaygıyı, Denetim odağını ve dindarlığı ölçmüşlerdir. Araştırmanın sonucunda şu görülmüştür ki batıl davranışların kullanımı branşlardan branşlara çeşitlilik gösterdiği en çok kullanılan batıl davranışın ise sportif başarı üzerinde etkili olacağı düşünülen batıl davranışlar olduğu söylenmiştir. Bunların yanı sıra ise kaygının, denetim odağının, başarılı olmanın öneminin ve dindar olmanın batıl davranışların kullanılması üzerinde anlamlı olarak etkileri olduğu görülmüştür (Bleak ve Frederick 1998).

1.7. Obsesif Kompulsif Bozukluk

Takıntısı olan birey oluşmuş olan sıkıntılı düşüncelerini sadece düşünmediği bu düşüncelerden sıyrılmak için bazı hareketlere başvurduğu bu yapmış olduğu hareketlerin de kafasında olan bozuk düşüncelerden sıyrılmak için yaptığını belirtmiştir. (A.P.A. 2002). Takıntı ise ilk olarak tekrar eden bir düşüncede bulunma olduğu ikinci olarak bu takıntılı olan düşüncüyü kontrol etme çabası içinde bulunduğu üçüncü olgu ise bireyin takıntılarının içten geldiğinin farkında olduğu şeklinde açıklamalar ile sıralanmıştır (Karamustafalıoğlu ve diğ. 2008). Kişinin istemi dışında gelişen düşüncelerin aklına gelmesinin kişide olumsuz duygular oluşturduğu ve kişinin kendini olumsuz düşüncelerden korunmak için de kaçma gibi davranışları sergilediği (rahatsız edici düşüncüyü aklına getirmekten kaçınma, kirli olduğunu düşündüğü bir kişiden veya mekândan uzaklaşmak, dokunmamak gibi). Obsesyonu olan bireyin obsesyonlara yol açan durumdan kaçamadığı zaman takıntılı olduğu obsesyonu etkisiz hale getirmek içinde kompulsiyonlara başvurabildiği belirtilmiştir (Clark 2004).

1.7.1. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Yaygınlığı

Obsesif Kompulsif Bozukluğun genel olarak ülkemiz üzerinde görülme olasılığı %3'e yakın olduğu söylenmiştir (Clark 2004). Farklı ülke ve kültürlerde yapılmış olan epidemiyolojik çalışmalar kontrol edildiğinde Obsesif Kompulsif Bozukluğun görülme oranının % 1 ile 3 arasında değiştiği belirtilmektedir (Clark 2004). Son dönemlerde yapılan çalışmaların bulguları da benzer şekilde yaygınlıkla ilgili oranlar vermektedir. Ruscio ve arkadaşları tarafından yapılan epidemiyolojik çalışmada Obsesif Kompulsif Bozukluğun hayat boyu görülme oranının 2.3 olarak belirtilmiştir (Ruscio ve diğ. 2010).

1.7.2. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Cinsiyete Göre Dağılımı

Obsesif kompulsif bozuklukta erkek ve kadınlar arasında cinsiyet açısından klinik örneklem ve tarama çalışması örneklemeleri bulgularında farklı özellikler gösterildiği klinik örneklemelerle yapılan araştırmalarda kadınlarda erkeklere oranla obsesif kompulsif

bozukluğun biraz daha fazla görüldüğü bulunmuştur (Weissmann ve diğ. 1994). Epidemiyolojik olarak yapılan çalışmalarda ise kadınlar ile erkekler arasında bir fark olmadığı belirtilmiştir (Grabe ve diğ. 2000).

Labad ve arkadaşları OKB'nin belirtileri olarak başlangıç yaşı ve prognoz açısından oldukça önemli olan bu bozuklukların cinsiyet farklılıklarının söz konusu değişkenler üzerinde dikkate alınarak değerlendirilmesi gerektiğini belirtmişlerdir (Labad ve diğ. 2008). OKB'de cinsiyet açısından çok büyük farklar olmamasına rağmen OKB belirtilerinde hastalığın başlangıç yaşına göre cinsiyet farklılıklarının daha fazla olduğu gözlemlenmiştir (Lochner ve Stein 2001). Ergenlikten önce ve çocukluk çağındaki obsesyon başlangıç durumunun erkek çocuklarda kadınlara oranla daha yaygın olduğu belirtilmiştir (Geller. 2006). Bu hastalığın belirtileri açısından obsesyonların erkek bireylerde, kompulsiyonların ise kadın bireylerde daha fazla yaygın olduğu belirtilmiştir (Minichiello ve diğ. 1990). OKB belirtilerinin alt tiplerine bakıldığında ise kontrol etme kompulsiyonları'nın erkek bireylerde, temizlenme kompulsiyonları'nın kadın bireylerde daha çok görüldüğü izlenmiştir (Noshirvani ve diğ. 1991). Dinsel ve Cinsel obsesyonların ise erkeklerde kadınlara oranla daha yaygın olduğu görülmüştür (Labad ve diğ. 2008). Ayrıca sırlama/simetri, biriktirme alt tiplerinin, özellikle saldırganlık içeren obsesyonlarla ilgili çelişkili durumları içerdiği belirtilmiştir (Labad ve diğ. 2008, Noshirvani ve diğ. 1991).

1.7.3. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Başlangıç Yaşı

Takıntı durumu olarak da değerlendirilen OKB'nin başlangıcının ergenlik dönemi ile yirmili yaşların başlarına denk geldiği, nadir olarak ellili yaşlardan sonra da ortaya çıktığı söylenmiştir (Rachmman ve Hogson 1980). Takıntı rahatsızlığının ortalama olarak başlangıç yaşı 19,5 olarak belirtilmiştir (Ruscio ve diğ. 2010). Ülkemizde yapılmış olan çalışmalarda ise OKB'nin başlangıç yaşının yirmili yaşların başı olarak ifade edilmiştir (Karadağ ve diğ. 2006, Sayar 1999, Tamam, Saygılı ve Ünal 2003). Ancak cinsiyet farklılığından oluşan bir ranj değerinin mevcut olduğu bunun da erkeklerde 14 ile 19 arasında, kadınlarda ise 21, 22 yaşlarına göre değiştiği açıklanmıştır (Steketee ve Barlow 2002). Bunlara benzer şekilde ülkemizde yapılan çalışmalarda da rahatsızlığın başlangıcının erkeklerde kadınlara oranla daha önce olduğu görülmüştür. Ayrıca çocuk yaşlarda da OKB'nin başlayacağı belirtilmiştir (Wicks-Nelson ve Israel 2003). Takıntı sorununu ele alırken erken başlangıçlı ve geç başlangıçlı iki farklı alt tip olarak ele alınması gerektiği çeşitli yazılarda mevcuttur (Janowitz ve diğ. 2009). Erken başlangıçlı OKB'de eş tanı oranının daha yüksek olduğu ve kompulsiyonların daha yoğun olduğu belirtilmiştir (Geller ve diğ. 1998). OKB'nin

belirtilerini ve başlangıç yaşını inceleyen araştırmalarda sıralama-simetri ve dinsel-cinsel içerikli kompulsiyonların diğer belirtilere göre daha erken olduğunu gösterilmiştir (Labad ve diğ. 2008).

Takıntının yavaş yavaş ortaya çıkabileceği gibi aniden stresli bir ortamda veya stresli bir durumda kalındığı zamanda aniden akut bir şekilde de görülebildiği söylenmiştir (Lensi ve diğ. 1996). Hastalığın başlangıcının birçoğunun aniden başladığından söz edilmiştir. OKB hastalarının çoğunda hamilelik döneminde ya da sonrasında, ailede yakın birinin ölümü veya travmatik bir olay sonrası başladığı belirtilmiştir. Yapılan araştırmalara göre erken OKB'li hastaların geç OKB'li hastalara oranla daha aniden ortaya çıktığı ve hastalığın başlangıcına yönelik daha tetikleyici olumsuz yaşam olaylarının olduğu ortaya konmuştur (Millet ve diğ. 2004).

1.7.4. Obsesif Kompulsif Bozuklukta Prognoz

Obsesif Kompulsif Bozukluk ile ilgili izlenim çalışmaları; uygulanan tedaviye cevap verme ve iyileşme oranının %20, takıntı rahatsızlığı ile ilgili belirtilerde ilerleme ve hastalığın kötüye gidişatı oranlarını %5 ile %14 arasında, alevlenme ve kısmi veya tam olarak iyileşmenin oluşturduğu dalgalanmalı seyir oranlarının ise %2 ile %47 arasında olduğu gösterilmiştir (Skoog ve Skoog 1999). Buna benzer olarak OKB'nin belirtilerinin gidişatının kronik olduğu söylenebilir. Yapılan bazı çalışmalarda belirtinin şiddet düzeyi ile iyileşme arasında negatif bir ilişki olduğunu göstermiştir (Steketee ve Barlow 2002). Tedaviye yanıt vermeme durumu bezen tedaviyi bırakma ve düzenli takip etmeme ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür (Stanley 1995). Genellikle erken başlangıçlı tanılarda tedaviyle uyumunun zorlaştığından söz edilmiştir (Fontenelle ve diğ. 2003).

1.7.5. Obsesif Kompulsif Bozuklukta Eş Tanı

OKB'de eş tanı oranlarının yüksek olduğu görülmüştür (Brown ve diğ. 2001). OKB olan bireylerin %90'ında başka bozuklukta tanı ölçülerini karşılaştığı görülmektedir (Ruscio ve diğ. 2010). DSM-V öncesinde yapılmış olan çalışmalarda ve eksek değerlendirilmesinde OKB'de eş tanı bulgularında hem eksen I de olan bozukluklara hem eksen II de olan bozukluklara yer verilmiştir. Yapılmış olan çalışmalar değerlendirildiğinde eksen I bozukluklarının eksen II bozukluklarına oranla eş tanı oranlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Eksen II ile ilgili yapılan çalışmalar daha fazla çelişkili sonuçlar sunmuştur. OKB tanısı alan bireylerin yarısından fazlasında bir başka eksen I bozukluğu ve %33 ile %97 arasında bir başka eksen II bozukluğu olduğu belirtilmektedir.

Obsesif Kompulsif Bozukluk ile eş tanı olarak görülen en yaygın Eksen I bozukluğu kaygı ve duygu durum bozukluklarıdır. OKB ile duygu durum bozukluklarının birlikte görülme oranının yaklaşık $\frac{3}{4}$ olduğu belirtilmiştir (Ruscio ve diğ. 2010, Millet ve diğ. 2004). Duygu durum bozukluklarının arasında en sık görülen ise majör depresyon olduğu belirtilmiştir. Takıntı ile depresyonun yaşam boyu birlikte görülme oranının ise %67 olduğu açıklanmıştır (Karadağ ve diğ. 2006). Bazı araştırmalar OKB'nin kendi içerisinde yarattığı sıkıntı halinin depresyona sebep olduğu ve bu iki bozukluğun belirtilerinin birlikte ortaya çıkma oranının ise %8 olduğu ifade edilmiştir. Kaygı bozukluklarından olan; sosyal fobi, özgül fobiler, panik bozukluğu ve genellenmiş kaygı bozukluğunun sıklıkla OKB ile eş tanı olarak görülmektedir (Rasmussen ve Eisen 1992, Brown ve diğ. 2001).

1.7.6. Obsesyon ve Kompulsiyonların İçerikleri

OKB'de saldırganlık, kirlenme/bulaştırma, kuşku, cinsel, dinsel, simetri/düzenleme, somatik ve biriktirme obsesyonları olmak üzere 8 obsesyon tipi bulunduğu belirtilmiştir (Clark 2004, Goodman ve diğ. 1989).

Bu obsesyonlara bakıldığında; saldırganlık obsesyonlarına sahip kişide kendisine veya başkasına yönelik olan öldürme, yaralama, gibi şekillerle zarar verme düşünceleri ya da imgeleri yer almadığı bu obsesyona sahip kişilerin bıçak, makas gibi kesici aletlerden ve sevdikleri kişilerle yalnız kalmaktan korktukları onlara zarar vereceklerini düşündükleri için ayrıca kendini arabaların önüne atma veya binadan atlama gibi düşüncelerinin de mevcut olduğu belirtilmiştir. (Goodman ve diğ. 1989).

Kirlenme/Bulaşma obsesyonu olan kişilerin ise; kendisini veya bir başkasının kirlendiğini pislik, mikrop, idrar gibi mikrop kapabileceği şeylerin kendisine veya başkasına bulaştığı gibi düşüncelere sahip oldukları açıklanmıştır. (Goodman ve diğ. 1989).

Kuşku obsesyonunun içerisinde kişinin yapmış olduğu bir işi net olarak yapıp yapmadığını hatırlayamadığı ve emin olamadığı örneğin kişi ütüyu prizden çekip çekmediğinden, ocakta olan yemeğin altını kapatıp kapatmadığından veya kapıyı kilitleyip kilitlemediğinden emin olamadığı ifade edilmiştir. (Goodman ve diğ. 1989).

Cinsel obsesyona sahip kişinin zihninde cinsellikle ilgili utanç verici kabul edilemez düşünceleri yer aldığı bu düşünceler içinde çocuklarıyla, ebeveyniyle veya hemcinsiyle cinsel ilişkiye girdiğini düşünmesi gibi imgelere sahip olunabildiği de belirtilmiştir. (Goodman ve diğ. 1989).

Simetri/Düzenleme obsesyonuna sahip kişide ise nesnelerin ve olayların belli bir düzen içerisinde olmasını veya eşyaların tam bir simetri düzgünlüğünde olması ile ilgili düşüncelerin yer aldığı ve dinsel obsesyonları olan kişilerin düşüncelerinde yatanlar günah sayılan düşünceler ve imgelerin yer aldığından söz edilmiştir. (Goodman ve diğ. 1989).

Somatik obsesyona sahip kişilerde ise Kanser, AIDS gibi hayatlarını tehlikeye atacak bir hastalığa yakalanması ile ilgili düşüncelerin yer aldığından söz edilmiştir. (Goodman ve diğ. 1989). Biriktirme obsesyonlarının ise herhangi bir nesnenin gerekli olmamasına rağmen istifleme biriktirilme, ihtiyacı kalmamasına rağmen herhangi bir şeyi saklama gibi tekrarlayıcı düşünceleri içerdiği söylenmiştir. (Goodman ve diğ. 1989).

Obsesif Kompulsif bozuklukta temizlenme, düzenlenme, tekrarlanma, kontrol etme, biriktirme ve sayma olmak üzere Kompulsiyon tipi sayıldığı söylenmektedir (Goodman ve diğ. 1989).

Kontrol etme kompulsiyonlarının, bir eylemin yapılıp yapılmadığının kontrol etme davranışlarını kapsadığını, güvenliği sağlamak veya kuşkuları gidermek ile alakalı olarak ortaya çıkan musluğun, kapının kapalı olup olmadığı ile kuşkulananın örnek verileceği temizlenme kompulsiyonlarının, kişinin çevresindeki her şeyi temizleme arzusu içerdiği, eşyaları, çevresini, kendisini sürekli temizleme çabasında olduğu, sürekli el yıkama, banyo yapma, evi temizleme gibi görülen kompulsiyonlar olduğu söylenmiştir. (Goodman ve diğ. 1989).

Tekrarlanma kompulsiyonlarının, kişinin bazı davranışlarını sürekli olarak tekrar etmesinin, sürekli bir metni okuması gibi verilebileceği durumların olduğundan söz edilmiştir. Düzenlenme kompulsiyonlarının ise, bir düzen ve tertip sağlamak için çevresindeki her şeyi düzenlemek istedikleri. Eşyaları vs. sürekli düzenli ve simetri içerisinde tutmaya yönelik kompulsiyonlar olduğu söylenmiştir. (Goodman ve diğ. 1989).

Biriktirme kompulsiyonlarının, herhangi bir şeyi ihtiyacı olmamasına rağmen biriktirme kompulsiyonu olduğu söylenmiştir. (Goodman ve diğ. 1989).

Sayma kompulsiyonlarının, apartman katlarını, otomobil plakalarını, belli bir süreye kadar olan sayma kompulsiyonları olduğu ifade edilmiştir(Goodman ve diğ. 1989).

1.8. Obsesif Kompulsif Bozukluğun Bilişsel Modelleri

Diğer kaygı bozukluklarındaki gibi obsesif-kompulsif bozuklukla ilgili bilişsel modelleri yorumlama biçimlerinin önemine vurgu yapılmaktadır. Bu durumda kaygı oluşturan durumun birey tarafından düşünülüş biçimi olduğu belirtilmektedir (Beck ve Greenberg 1985). Kaygı bozukluğu durumunun ortaya çıkışında ve devam etmesinde genellikle tehdit ve tehlikeyle alakalı hatalarını düşünme bu düşünceleri yada olayları yorumlama biçimlerine dikkat çekilmektedir.

OKB ile alakalı genel olarak kabul edilmiş olan bilişsel yaklaşımlarda yeniden yorumlama seçenekleri temel olarak ele alınmaktadır. OKB ile abartılmış sorumluluk algısı modeli (Salkovskis 1985), hatalı düşünce yorumu modeli (Rachman 1997) ve kontrollü düşünce modeli (Clark 2004). Obsesif bozuklukların ortaya çıkmasında hem de devam etmesinde en çok kabul edilen yaklaşımların olduğu, yaklaşımların temel özelliklerinin OKB ile ilgili detaylı bir araştırma ortaya koyan en güncel yaklaşım olan OKB bilişsel çalışma grubu'nun çalışmalarına tanıklık eden ve OKB ile modellere zemin hazırlayan son yıllarda Obsesif Kompulsif Bilişsel Çalışma Grubu (OKBÇG) ile ilgili çalışmaların arttığından söz edilmektedir. Bu çalışmalar da özellikle ele alınmış olan Obsesif İnançların OKB'deki rolünün öne çıkmasında kavramsal temellerin ve OKB'deki rollerin birer birer ele alındığı ilk olarak OKBÇG çalışmalarına liderlik etmesinin nedeni abartılmış sorumluluk algısı modeli, hatalı düşünce yorumu modeli ve kontrollü düşünce modeli olarak açıklanmıştır.

1.8.1. Salkovskis'in Abartılmış Sorumluluk Modeli

Sorumluluk algısı modeline göre OKB'nin hem başlangıcında hem de sürdürülmesinde bireyin sorumlulukla alakalı algısının önemli olduğu söylenmiştir (Salkovskis 1985). Herkesin sahip olduğu istemsiz düşüncelerin karşısında eskiden yaşamış oldukları olayların sonucunda sorumluluk sahibi olan kişilerin bu düşüncelerinden çok fazla sıkıntı duydukları söylenmiştir (Salkovskis ve diğ. 1999). Nötr uyarıların bu bireyler için daha çok risk faktörü içerdikleri hissedilen sıkıntı halinden kurtulmak ve sorumluluk duygusunu en aza indirmek için görülen kompulsiyonların kısa zaman içinde rahatlama hissi sağlayacak olsa da uzun vadede istemsiz düşündüğünü düşüncelerinin tekrarlamasına ve obsesyon-kompulsiyon döngüsüne sebep olduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda, herhangi bir düşüncenin obsesyon olarak düşünülmesi için bireyin, bu düşünceyle ilişkili olası sonuçlardan sorumluluk duyması gerektiği belirtilmiştir (Salkovskis 1989).

Abartılı sorumluluk algısı OKB belirtisi ile ilgili yapılmış olan literatürde birçok çalışma mevcuttur. İncelenen bu çalışmaların sonuçları doğrultusunda abartılı sorumluluk algısı değerlendirmelerinin OKB belirtisiyle pozitif olarak anlamlı ilişkili olduğu görülmüştür (Fritzler, Hecker ve Fawzy 2008, Hacıömeroğlu 2008, Salkovskis ve diğ. 2000, Wilson ve Chambless 1999, Yorulmaz, Karancı ve Tekok-Kılıç 2006). Salkovskis abartılmış sorumluluk algısı modelini yalnız OKB'ye özgü bir olgu alanı olduğundan dolayı tüm obsesyonların genelinde yer aldığından söz etmiştir. Yapılan bazı çalışmalarda bu inançların OKB'ye özgü olmadığı depresyondan kaynaklı veya kaygı bozukluklarından kaynaklı olduğunu belirtmişlerdir (Foa ve diğ. 2001).

1.8.2. Rachman'ın Girici Düşüncelerin Hatalı Yorumlanması Modeli

Rachman'ın (1997) girici düşüncelerin hatalı yorumlanması modeline göre, her bireyin bazen sahip olacağı istemsiz düşüncelerin, imgelerin veya dürtülerin ve bunların sebep olduğu sonuçların taraflı yorumlanmasının OKB'nin ortaya çıkışında ve devam ettirilmesinde çok önemli olduğu, insanların % 80 ile 90'ında OKB'dekine benzeyen şekilde girici düşüncelerin olduğu belirtilmiştir (Clark ve Purdon 1995, Forrester ve diğ. 2002). Hem OKB tanısı alan hem de OKB tanısı almayan bireylerin girici düşüncelerini kontrol etmek için kompulsiyonları gerçekleştirme gibi yöntemlere başvurdukları söylenmektedir (Rassin ve diğ. 1999). Ancak OKB'li kişilerin girici düşünceler ve sonuçlarla alakalı daha çok rahatsız hissettikleri, bu düşüncelerinin olması ve verdikleri tepkiler açısından farklılaşmaktadırlar. Rachman'a göre (1997) girici düşüncelerin yanlış yorumlanmasının ve girici düşüncenin; bu denli önemli olarak değerlendirilmesini, kişiselleştirilmesini, kişinin benliğine yabancı olarak değerlendirilmesinin, gerçekleşme olasılığının çok düşük olsa bile potansiyel sonuçları olacağına düşünülmesi ve bu sonuçların ciddi düzeyde tehlikeye ve zarara yol açacağı şeklinde yorumlanması biçiminde beş boyut üzerinden gerçekleştiğinden söz edilmiştir. Girici düşüncelerin yukarıda söz edilen şekillerde yanlış yorumlandıkları için tekrarlayıcı nötrleştirme ve kaçınma davranışlarını ortaya çıkardığı, nötrleştirme ve kaçınma davranışlarının girici düşüncenin felakete sonuçlanmadığını (sonuçlanmayabileceğini) görmeyi engelledikleri için ve yanlış yorumların oluşturdukları kaygıyla kısa vadede baş etmeyi sağladıkları için OKB'nin hem ortaya çıkmasında hem de sürülmesinde yer aldıkları belirtilmiştir.

Girici düşüncelerin var oluşu olumsuz ve istemsiz düşüncelerimiz kişisel olarak anlamlı ve önemli olarak anılmaktadır. İstemsiz düşüncelerimiz 'ahlakın dışında kabul edilen, günah olarak atfedilen, delilik tanısı olarak gösterilen vb.' durumlar olarak

söylenmekte. Böylelikle herhangi bir girici düşüncenin obsesyon olarak atfedilmesi için bireyin değerlerine yönelik tehditler ve yanlış yorumların önem kazandığı, obsesif davranışların içerikleri (örneğin; cinsellik, saldırganlık, dinsel) ahlaki değer yargılarımızda yer alan önemli başlıklar olduğu ve bu sebepten dolayı benlikle ilişkilendirildiği açıklanmıştır (Rachman 1997). Bir bireyin nazik olmaya, yardımsever olmaya önem göstermesi durumunda diğer kişilere yönelik saldırganlık dürtüsünü bu birey için kabul görmez ve benliğe tehdit olarak algılanmadığı, Rachman'a göre bireyin değer yargılarında önemli olan şeyin obsesif davranışların gelişmesinde önemli bir aşama olduğu, bunlara ek olarak kişinin düşüncesinin obsesif bir davranışa dönüşmesi için ahlaki yargıları ile ilişkisinin olmasının yanı sıra bu düşüncenin felaket olarak nitelendirilmesi gerektirdiği belirtilmiştir.

Girici düşüncenin varlığının yanlış anlaşılması ile alakalandırabileceğimiz Rachman'ın modelinde var olan bir diğer bilişsel hatanın Düşünce-Eylem kaynaşması olduğu belirtilmiştir (Shafran ve diğ. 1996). Düşünce ve eylem kaynaşmasının; kişinin düşüncelerinin ve davranışlarının birlikte yorumlanması veya görülmesi şeklinde tanımlandığından söz edilmiştir (Rachman 1993). Bundan dolayı birey için herhangi bir olumsuzluk, kabul görmeyecek bir şeyi düşünmek bu düşünceyi gerçekleştirmekle aynı ahlaki değer olarak kabul edildiği düşünce-eylem boyutunun diğer bir taraftan farklı bir boyutu da bireyin herhangi bir olumsuz, istenilmeyen bir düşünceye sahip olmayla bu düşünceyi gerçekleştirme olasılığını yükselteceği inancına sahip olabileceği açıklanmıştır. Düşünce-eylem kaynaşmasının obsesif kompulsif bozukluktaki rollerine literatürde araştırmalarda yer verilmiş ve düşünce-eylem kaynaşmasının OKB'yle alakalı bilişsel yakınlık sebebi olduğu araştırmalarca desteklendiği belirtilmiştir (Rachman ve diğ. 1995, Berle ve Starcevic 2005). Düşünce-eylem kaynaşmasının, girici düşüncelerin yaygınlığını, girici düşüncelere karşı dirençli olmayı, sorumluluk duyma ve nötr olma davranışlarını arttırdığı belirtilmiştir (Rassin ve diğ. 1999). Bunlarla birlikte obsesif kompulsif bozuklukta düşünce eylem kaynaşmasının daha çok suçluluk duygusunu hissetme (Zucker ve diğ. 2002) ve düşüncelerini bastırmaya yönelik davranışların çoğalması (Rassin ve diğ. 2000) ile ilişkilendirilmiştir.

Tüm bu durumlara ek olarak obsesif davranışların dışında düşünce eylem kaynaşmasının depresyonda, panik atak bozukluklarında, kaygı bozukluklarında ve yeme içme bozukluklarında da görülmekte olan bir bilişsel hata olarak kabul edilmiştir (Berle ve

Starcevic 2005, Abramowitz ve diğ. 2003, Shafran ve Rachman 2004, Rassin ve diğ. 2001, O’Leary ve diğ. 2009).

1.8.3. Clark’ın Bilişsel Kontrol Modeli

Düşünce kontrol modeline (Clark, 2004) göre, istemsiz düşüncelerin kaynak olduğu rahatsızlık halini kontroldeki başarısızlık durumu OKB’nin hem başlangıç tanısında hem de devam ettirilmesinde en etkili faktör olarak belirtilmiştir. Girici düşüncelerle alakalı iki farklı hatalı yorumdan bahsedilmiştir. Birinci yorumda girici düşüncenin var oluşu bir tehdit ve tehlike olarak belirtilmiştir. Bireyin girici düşüncelerinin kontrolünde ki aşırı çabası kaynaklı düşünceye aşırı derecede odaklı ve kontrol edilememe durumundan ortaya çıkmış olan kontroldeki yetersizlik olarak yorumlandığı belirtilmiştir. Bireyin girici düşüncelerinin aşırı derecede kontrol etmesinden kaynaklı olarak girici düşünceye aşırı odaklanması ve kontrolde güçlük çekilmesi durumunun ise kontroldeki yetersizlik olarak ikincil hatalı yorumlama olarak tanımlanmıştır. Zihinsel kontrol stratejileri ile bireyin, girici düşüncelerinin zihninden uzaklaştırılmak istenmesi ve tamamen ortadan kaldırmak için bir çaba içerisinde olduğu zihnen girici düşüncelerin tamamen ortadan kaldırmanın mümkün olmadığı her bir girişimin “başarısızlık” şeklinde yorumlanmadığı bu yorum döngüsünü harekete geçirerek kontrol çabalarını arttırıldığı ifade edilmiştir (Clark 2004).

Araştırma bulguları, obsesif kompulsif bozukluk hastalığı olan kişilerin klinik olmayan gruplara göre zihinlerindeki düşüncelerini daha rahat kontrol ettiklerini, düşüncelerini bastırmaya yönelik daha çok başarısızlık durumu algıladıklarını, düşünce kontrolünün ise obsesyonel düşüncenin sıklığından arttığını ortaya çıkarmıştır (Purdon ve Clark 1999).

1.8.4. Obsesif Kompulsif Bozuklukta Obsesif İnançların Rolü

Obsesif kompulsif bozuklukların genelinde, prognozunda ve iyileşme sürecinde bilişlerin üstünde fazlaca durulduğu OKB’nin ortaya çıkışında ve devamında istemsiz düşüncelerin herkesin aklına geldiği fakat OKB rahatsızlığı olan bireylerde bu düşünceler, imgeler, dürtüler ile obsesif kompulsif bozuklukların aracı role sahip olduğundan söz edilmiştir. Bundan dolayı OKB rahatsızlığı olanların istemsiz düşüncelerinin olması ve bunları yoğun yaşamalarından dolayı asıl obsesif kompulsif inançların normal gruplardan farklı olmadığı belirtilmiştir. OKBÇG’ ye göre abartılmış sorumluluk algısı modeli, tehdit öngörüsü, düşüncelerin aşırı önemsenmesi, titizliğin, mükemmeliyetçiliğin ve belirsizliklere

tahammülsüzlüğün OKB'nin ortaya çıkmasında ve devam etmesinde en çok inanılan inançlar olduğu açıklanmıştır.

Abartılmış sorumluluk algısı; olumsuz düşüncelere kişinin kendisinin sebep olduğu ya da bunları değiştirebileceğine dair inançlı olduğu hemen hemen herkeste görülebilecekken OKB'ye sahip kişilerde böyle düşünceler aşırı derecede önem kazanmış ve bu düşüncelere çok değer verdikleri görülmüştür. Kişi oluşacak sorunları kendisinden bilmesi, yaşayacağı veya yaşatacağını düşündüğü zararlardan kendisini sorumlu tutması ayrıca bu zararları önleyebileceğini düşündüğünü ve bunu kendinden başka kimsenin önleyemeyeceğini düşündüğü belirtmiştir. Kişinin kendine veya başka birine zarar vereceği düşüncesi, yanlış yorumların sonunda kendi düşüncelerini bastırma çabasında olma güvenlik arayışına girişme davranışlarına başvurduğundan söz edilmiştir. Söz ettiğimiz uygulamalar ile bu düşüncelerin zarar ya da sıkıntıda ki sorumluluk algısının kısa zaman da olsa azalabileceği negatif pekiştirici olmasından dolayı korunduğu aktarılmıştır (Salkovskis ve Forrester 2002). Ayrıca tehlikelerin önlenmiş olmasına dair inancın pekişmiş olması Salkovskis girici düşünceler ile OKB belirtileri açısından ilişkili olabileceği olgusuna dikkat çekmiştir. Girici düşüncelerin sıklığından ve yoğunluğundan yüksek olduğu kişilerde sorumluluk algısında bir yükseklik yoksa düşüncelerin OKB ile değil de depresif ya da diğer kaygı bozuklukları ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Sorumluluk algısı olağan bir zarar görme düşüncesine yol açmasından dolayı bununla ilişkili olarak da kendini suçlamayı ve "kendine dönük tehlike" ve olası zararı önlemeyi içeren "tehlikeyi önleme" boyutlarının hepsini kapsadığından özellikle zarara yol açma inancının bahsedilmiştir (Yorulmaz ve diğ. 2006). Söz konusu bahsedilen boyutların farklı OKB belirtileri ile ilişkisi açısından kendine dönük tehlike boyutunun hem temizleme hem de kontrol etme belirtileri olduğundan bahsedilmiştir (Yorulmaz ve diğ. 2006). Kişinin kendisini başına gelebilecek olası bir zarardan korumaya yönelik sorumluluk algısının gelişmiş olması, temizlik kompulsiyonları, diğer kişilere yönelik zararı azaltmaya yönelik koruyucu sorumluluk algısı ve kontrol etme kompulsiyonları ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. (Rachman 2002). Özellikle ülkemizdeki bazı çalışmalarda eylem-düşünce kaynaşmasından ahlak boyutu ile OKB belirtileri arasında bir bağlantı olduğu ve sorumluluk inancının aracılığına girdiğini dikkat çekmektedir (Altın ve Gençöz 2011). Sorumluluk algısına dair hatalı yorumların altından bir öğrenme güdüsünün yatabildiği düşünülmüştür (Salkovskis ve diğ. 1999). Normal bir zaman içinde bu mekanizmanın işlevselliği ve genellemesi her tehdit durumunda aktif olması ile

işlevsizleşeceği ayrıca, OKB'nin etiolojisinde ve sürdürülmesinde de bunun önemli olduğu görüldüğü belirtilmiştir (Salkovskis ve diğ. 1999).

Abartılmış tehdit öngörüsünden, OKB vurgulanan önemli diğer inanç alanı olduğu bilişsel modellerde genel geçer vurgulanmıştır. Uyarının kendisinden ziyade kişinin uyarana ile ilgili düşüncelerini, yorumlarının psikopatoloji ile ilişkili olduğu dolayısıyla ile kaygı bozukluklarının olabileceği düşünülmüştür. Tehdit ve tehlikeyle baş etme ilişkisinin yorumlama biçimi ile birlikte bunların sonuçlarının ciddiyetine bunlarla baş edilebilecek durumda olup olunmayacağına özgü inançların ve algılarında etkili olabileceği faktörler arasında yer aldığından tehdit öngörüsünde kişilerin tehdit 'in korkulan sonuçlarına ve zararlarına dair olasılığın ve bu olasılığın şiddetinin daha fazla olabileceği açıklanmıştır (OKBÇG 1997). Abartılı tehdit öngörüsü ile OKB belirtileri arasındaki ilişki kaygıyı ve tehdidi azaltmak için ortaya konan uygun olmayan stratejilerin başarısız olmasından dolayı paradoksal olarak kaygının artması ile açıklandığı belirtilmiştir (Sookman ve Pinard 2002). İçsel ya da dışsal uyarıcıların yanlış yorumlanması ile kişi tehdit ve tehlikenin ortaya çıkmasına ilişkin olasılığı, tehdit ve tehlikenin zarar verici sonuçlarının şiddetini daha yüksek algılama eğiliminde olduğu açıklanmıştır (Sookman ve Pinard 2002). Ayrıca OKB hastalarının negatif yaşam olaylarının başlarına gelme olasılığını pozitif yaşam olaylarının başlarına gelme olasılığından yüksek algıladıkları belirtilmiştir (Gilboa ve diğ. 2000). OKB'deki kaçınma davranışlarının özellikle tehdit ve tehlike olasılığını azaltmaya ya da ortadan kaldırmaya, kompulsyonların ise tehdit ve tehlikenin olası sonuçlarını azaltmaya ya da ortadan kaldırmaya yönelik baş etme biçimleri olduğu düşünülmüştür.

Düşüncelerin aşırı derecede önemsenmesi, negatif girici düşüncelerin aşırı önemsenmesi ile ilgili inanç ve yorumları içerdiği düşüncelerin varoluşu bunların önemli ve anlamlı olduklarının göstergesi olduğuna dair inanç şeklinde tanımlanmıştır. Bu inanç çerçevesinde; düşüncelerin varlığı tek başına bunların önemli ve anlamlı olduğunun göstergesi olduğu Thodarson ve Shafran'a (2002) göre girici düşüncelerin kişinin kendisi ile ilgili anormal, kötü, tuhaf, deli olduğu gibi önemli bazı şeyleri ifade ettiği, girici düşüncelere sahip olmanın kötü şeylerin gerçekleşme riskini arttırmakta ve girici düşüncelerin gerçekleşmese bile önemli oldukları aksi halde var olmayacakları şeklindeki üç yorumlama biçimi ile düşüncelerin aşırı önemsendikleri ifade edilmiştir. Düşüncelerin aşırı önemsenmesi OKB'nin bilişsel modellerinde de vurgulanmıştır. Bilişsel model çerçevesinde girici düşüncelerin kendisinden ziyade sıkıntıyı yaratan bu düşüncelerin olası zarar ve sorumluluk işaretleri olarak algılanmasına yol açan yorumlama biçimi olduğu söylenmiştir

(Salkovskis 1999). Girici düşüncelerin varlığı normal sayılabilecekken daha önce değinildiği üzere kişinin bunları günlük hayata etki eden nüfus eden biçimde algılaması ile bu düşüncelerin varlığını anormal hale getirdiğini söylenmiştir (Rachman 1997). Girici düşüncelerin günlük hayata nüfus ettiklerinin düşünülmesi Büyüsel Düşünce ve Düşünce-Eylem Kaynaşması şeklinde tanımlandığı sonuçların nedenleri olarak girici düşüncelerin algılanmalarının Büyüsel Düşünce olarak adlandırıldığı düşünce-eylem kaynaşması ise ahlaki boyut ve olasılık boyutu olmak üzere iki farklı şekilde tanımlandığı düşünce eylem kaynaşmasında kişi ahlaki olarak bir şeyi düşünmenin o eylemi gerçekleştirmekle aynı olduğuna inandığı ya da herhangi bir girici düşünceye sahip olmanın onun gerçekleşme olasılığını arttırdığına inandığı açıklanmıştır. Düşünce eylem kaynaşmasının kişinin sıkıntısını, sorumluluk algısını, olası zararlarla ilgili suçluluk duygularını ve bunlarla baş edebilmek için nötrleştirme çabalarını arttırdığı belirtilmiştir (Shafran ve Rachman 2004).

1.9. Obsesif Kompulsif Bozuklukla İlgili Yapılmış Çalışmalar

Karakuş (1999) yapmış olduğu çalışmada spor yapanların takıntılara daha fazla dayanıklı olduklarını bulmuştur (Karakuş, 1999). Takıntı rahatsızlığına etkisi olduğu ifade edilen düşüncelerin, Glutamat tarafından takıntıyı azaltmada etkili olduğu bir çalışma mevcuttur (Rosenberg. 2002).

1.10. Bilişsel Düşünce Yöntemi

Bilişsel düşünce yöntemine göre; birey çevre etkileşiminde kişinin uyumunu tehlikeye düşüren, var olan kaynaklarını zorlayan ya da var olan kaynaklarını aşan çevresel talepler olduğu belirtilmiştir (Uçman 1990). Bu durumda kişinin durumunu anlamlandırması, düşünce kontrolünü belirleyip belirleyemeyeceğinin ana denetleyicisi olduğu bilişsel psikolojiye göre asıl önemli olanın bireyin olayları algılama biçimi olduğu, yani kişinin olaya verdiği anlam önemli rol oynadığı belirtilmiştir. Bu nedenle de bir olayı algılayışımız ve onunla baş edebilecek becerilerimizi değerlendirişimiz o olayı ‘‘stres verici’’ veya ‘‘stres vermeyici’’ olarak tanımlamamıza neden olduğu açıklanmıştır (Akman 2004).

Görüldüğü gibi bilişsel düşünce yöntemi, insanları aktif olarak düşünen ve karar veren canlılar olarak ele almaktadır. İnsanlar gelişimleri boyunca dünyaya ve kendilerine ilişkin şemalar oluşturdukları, oluşturdukları bu şemaların öğrenilmiş bilgilerin temsilcileri olduğu, bazı şemalar evrensel iken (suyun kaldırma kuvveti) gibi bazı şemalar ise (kişinin

öğretmenine ve arkadaşlarına ilişkin şemaları) gibi şemaların kişisel olduğu belirtilmiştir (Rice 1999).

Bilişsel düşünce yönteminde en dikkat çekici ismin, Richard Lazarus olduğu görülmektedir. Lazarus kişiler tarafından bir şeyi stres verici olarak tanımlaması süresince sağlıklı düşünemedikleri ve hiçbir şeyin stres verici olmadığını ileri sürmüştür. Hiçbir olayın evrensel olarak stres verici olmadığını, insanların yaşadığı stresin yoğunluğunu, yine insanların olaylara verdiği anlamlarla ilişkili olduğunu, örneğin kişi daha önce herhangi bir uyarıcıyla yaşamış olduğu başarısızlık deneyimlerine bağlı olarak aynı uyarıcıyla tekrar karşılaştığında yine başarısızlık yaşayacağı yorumunu yapabilir (bir maçta başarısız olan bir sporcu aynı maçın rövanşında daha maça başlamadan başarısız olacağını düşünebildiği ifade edilmiştir.(Tömek 1996)

1.11. Negatif Düşüncelerin Farkında Olmak

İnsanlar tarafından aynı olayın farklı görebildiği ve bu olayın sonunda bazı kişilerin düşünceleri pozitif olurken diğerlerinin düşüncelerinin negatif olabildiği söylenmiştir. Kişilerin bu düşüncelerinin onlarda çeşitli duyguları yaşamalarına neden olduğu aslında düşüncelerin birçoğunun yerleşmiş ve otomatik kazanılmış düşünceler olabileceği söylenmiştir. Ayrıca bu düşüncelerin mantıklı, pozitif, üretici olabildiği veya bunun tam karşıtı da olabileceği ayrıca bu düşüncelerin mantıklı, pozitif, üretici olabildiği veya bunun tam karşıtı da olabileceği ifade edilmiştir. Bunların ikisi arasındaki farkın sporcuların performansları üzerinde etkili olduğu negatif düşünceler bize yaşam, deneyimleri ve öğrenmelerle yerleştikleri değiştirilmelerinin zor da olsa mümkün olduğu negatif düşünceler tarafından meydana gelen stresle başa çıkmada ilk adımın bunların farkında olunması gerektiği ifade edilmiştir.

Genellikle aşağıda açıklanan 6 grup negatif düşüncenin sporcuların yeteneklerine etki ederek performansları üzerinde olumsuz etkilerde bulunduğu belirtilmiştir.

- Performansla ilgili kaygı. Özellikle ortaya konulan performans başarısının diğerleriyle karşılaştırılması.
- Sporcunun kafasında oluşan alternatif tepkiler sonucu karar vermede yetersiz ve karışıklık olması.
- Stresle ilgili fiziksel bulgularla aşırı meşgul olunması.
- Düşük performans ortaya koymanın sonuçları üzerinde aşırı durulması.

- Cezaların, yanlışların üzerinde aşırı durarak sporcuların öz değerlerini ve gelecek performanslarını olumsuz etkilemeleri.
- Yetersizlik düşünceleri. Devamlı kendi kendini eleştirmeler ve kusur bulmalar.

Sporcu negatif düşüncelerinin performansını olumsuz etkilediğine inandığında ona yardımcı olunabileceği negatif düşüncelerin, stres bulgularına öncelik eden düşüncelerin bulunmasıyla saptanabileceği, sporcuların durumları ve bu durumlara verdikleri tepkilerin farkında olmaları durumunda, negatif düşünmeye yol açan düşüncelerini ve duygularını belirledikleri iddia edilmiştir.

1.12. Düşüncüyü Durdurma Tekniği

Sporcuların üretici olmayan negatif düşüncelere sahip olmaları durumunda düşüncüyü durdurma tekniğinin yararlı olabileceği, sporcuların kafasında negatif düşüncelerin belirmesi durumunda sporcu kendisine ‘dur’ diye bağırarak negatif düşüncelerini durdurabildiğini ve bunu yapıcı bir düşünce ile değiştirebildiğini düşüncüyü durdurma ve pozitif olanla değiştirmenin kolay gibi görünmesine karşın belli zorlukları olan bir teknik olduğu ifade edilmiştir. Geçilme ve başarısız olma düşünceleri ortaya çıkan sporcular seyirciden, antrenörlerinden ve diğer yakınlarından gelecek tepkileri de gözden geçirebildikleri bu düşüncelerin de sporcuların daha gergin ve aşırı stres yaşamalarına neden olduğu bildirilmiştir.

Düşüncüyü durdurma tekniği sporcularda aşağıdaki gibi geliştirilebileceği açıklanmıştır (Ellis ve Grieger 1977).

- Negatif düşünceleri meydana getiren olayın sporcuların hatırlamasına yardımcı olmak.
- Sporcuların bu negatif düşüncelerini dikkat ve performanslarının bozucu olduğu konusunda aydınlatmak.
- Sporcuların negatif düşüncelerini durdurabilecekleri bir işarete sahip olmalarını sağlamak örneğin kendine durdur diye bağırmanın, parmağını çıtlatma vb. işaretlerin verilmesiyle sporculara negatif düşüncelerini park etme yani sonra ilgilenilmek üzere kenara bırakmayı öğretilmesi gerektiği bildirilmiştir.
- Sporculara negatif düşünceler ile değiştirebileceği pozitif, yapıcı ve üretici olan düşünceler bulmalarına yardımcı olmak gerektiği

- Sporcunun hayal becerilerini kullanarak önce negatif düşünceleri canlandırmaları sonra negatif düşüncelerini öğrendiği işaretle durdurmaları daha sonra da bu negatif düşünceleri pozitif olanlarla değiştirmelerinin öğretilmesi
- Sporcu bu tekniği yarışma esnasında kullanmayı öğrenmesinin önemli olduğu belirtilmiştir.

Sporcuların negatif düşünceyi durdurma tekniğinde başarılı olması için bunun yararına inanması ve bu konuda isteklilik, motivasyon sergilemesinin bu tekniğin geliştirilmesi için birkaç haftalık bir çalışmanın söz konusu olduğu belirtilmiştir (Ellis ve Grieger 1977).

1.13. Mantıksal Düşünme

Mantıksal düşünme sporcuların negatif düşüncelerini durduramadıklarında ve bunları pozitif olanlarla değiştiremediklerinde yararlı olduğu negatif düşüncelerini durduramayan sporcunun, bunlara gerçekten inandığından değişmekte zorluk çektiği bu durumda düşüncelerle mantıklı olarak tartışıldığı sporcuların mantıksız bulduğu düşüncelerini mantıklı ve gerçekçi bir çizgiye çekmek için antrenör ve spor psikologlarıyla uzun uzun konuşması ve tartışmalara girebildiğini sporcularda aşırı strese neden olan beş mantıksız inanışında aşağıda yer aldığı gibi olduğu belirtilmiştir (Ellis ve Grieger 1977).

1. Her bir önemli insan tarafından sevilmeli ve onaylanmalıyım. Eğer böyle bir şey olmuyorsa bu korkunç bir şeydir.
2. Zayıflık göstermemeli ve yanlışlık yapmamalıyım.
3. Haksız davranan veya nazik olmayan insanlara kusur bulmalısın onları bir hiç kadar değersiz görmelisin.
4. Eğer geçmişte yaşadığın kötü deneyim varsa bu halen bugün de senin davranışlarını ve duygularını belirlemektedir.
5. İnsanlar benim istediğim gibi değil, kendi istedikleri gibi davranmaktadırlar.

Ellis bu mantıklı olmayan inanışlarla mücadele ederek bunları aşağıda açıklandığı gibi mantıklı bir çizgiye çekmek gerektiğini söylemiştir.

1. İnsanların onay ve sevgisini kazanmak güzel bir şey fakat bunlar olmadan da kendimi kabul edilebilir ve bundan zevk alabilir hale getirebilirim.
2. Her şeyi iyi yapmak oldukça tatmin edici fakat bazen yanlışlıklar yapmak insana özgüdür.

3. Haksız davranılmama rağmen diğerlerine kusur bulmak benim performansımın düzelmesine yardımcı olmuyor. Ben kendi davranışlarımdan sorumluyum.
4. Geçmişte kötü bir deneyim yaşamış olabilirim. Eğer çok çalışmayı arzularsam değişiklik meydana getirebilirim.
5. İnsanlar kendi istedikleri gibi davranacaklardır benim onların davranışlarını istediğim gibi değil.

Mantıklı olmayan düşüncelerle mücadele öncelikle bu yukarıda açıkladığımız mantıksız düşüncelerin eritilmesi gerektiği bunun da çok kolay olmayabileceği spor psikoloğu veya antrenörlerle iletişim halinde olmanın bu konuda yardımcı olabileceği açıklanmıştır (Akt. Konter 1996).

1.14. Akıllı ve Ustaca Düşünme

Damon Burton ön denemelerini yaparak ortaya etkili bir düşünce kontrol yöntemi atmıştır. Bu teknik sporcuların kendi kendine yaptıkları mantıklı olmayan konuşmaları, negatif ve saçma değerlendirmelerini bulmak onları yapıcı, akıllıca ustaca düşüncelerle değiştirmek ve böylece sporculara yardımcı olmayı amaçlayan bir teknik olduğu belirtilmiştir (Burton 1986). Bilişsel düşünme yöntem teknikleri basitten zora doğru sıralanmıştır. Eğer negatif düşünme duruma özgü olarak meydana geliyorsa negatif düşünceyi durdurma tekniği başlangıç olarak seçilmesi gerektiği sporcuların yarışmasal stresle başa çıkmaları için de bedensel ve bilişsel gevşeme teknikleri, yarışma koşullarında uygulayabilecek duruma gelmeleri gerektiği ve antrenörler bu yarışmasal koşulların her anının hayalini sporcularına kurdurarak o anların yarışmasal strese alışık bir durum kazanmalarına yardımcı olabilecekleri bunun dışında antrenörlerin, antrenman koşullarını yarışma koşullarına benzer daha stresli bir duruma getirmeleri gerektiği bunun için Amerika’da bazı takımların negatif tezahüratta bulunan seyircileri kiraladıkları, böylelikle sporcuların bedensel ve bilişsel gevşeme tekniklerini stresli koşullarda kullanarak yarışma koşullarının stresine daha alışık duruma geldikleri açıklanmıştır (Konter 1996).

Sporcuların spor psikologlarıyla hazırlayacakları detaylı sistematik ve yarışmasal planlar ve karşılaşılabilecek aksilik durumlarında harekete geçirilecek alternatif planların önceden hazır edilmesinin sporcuların yarışmasal stresle başa çıkmalarında önemli rol oynadığı hedef kurmanın ilkeleri sadece stresin kontrolünde değil aynı zamanda öz güvenin yapılandırılmasında ve motivasyonun meydana getirilmesinde önemli olduğu belirtilmiştir (Konter 1996).

1.15. Bilişsel Yeniden Yapılandırma

Bilişsel yeniden yapılandırma tekniğinin, en genel anlamıyla olay veya uyarıcı hakkında yapılan değerlendirmelerin değiştirilmesine hizmet ettiği belirtilmiştir (Rice 1999, Baltaş 1987, Allen 1984). Bu tekniğin uygulanmasından önce stres yaşantısının ortaya çıkmasında bilişsel aktivitenin rolünden ve ne tip bilişlerin stres tepkisini tetiklediğinden bahsetmenin yararlı olacağı aynı olay, bazı kişiler için stres yaşantısının başlatıcısı olabilirken diğerleri için herhangi bir ruhsal veya fizyolojik değişime yol açmayabilir. Bu durum olaylara ve strese yol açan şeyin doğrudan olay olmadığını açık bir göstergesidir. Strese yol açan olay değil olayın kişi tarafından oluşturulan yorumlarıdır. Duyguları veya stres yaşantısını ortaya çıkaran olayın veya uyarıcının kendisi değildir, olayın değerlendirme biçimidir. Çoğu olay veya uyarıcı herkes için aynı şeyi ifade edecek kadar net ve belirgin değildir. Çoğu olay veya uyarıcı herkes için aynı şeyi ifade edecek kadar net ve belirgin değildir. Böyle bir durumda; olayın anlamı kişiler için farklı olabilmektedir. Kişinin belirsiz uyarıcı ile ilgili ilk bilişsel tepkisi etiketlemedir. Bu anlam verme sürecinin hemen ardından, verilen anlama uygun tahminler yürütülür, beklentiler oluşturulur. Her insan sahip olduğu farklı bilişsel yapılar ve düşünme tarzları sebebiyle aynı uyarıcının birbirinden farklı değerlendirilmelerini üretebilmektedir. Aynı olayın farklı kişilerde birbirine benzemeyen ruhsal yaşantılar veya stres düzeyi ile sonuçlanmasının tek sorumlusu bu kişilerin birbirinden farklı olan değerlendirildiği belirtilmiştir (Onbaşlıoğlu 2004). Otomatik düşünceler, uyarıcıların değerlendirilmesi sırasında adeta bir refleks gibi ortaya çıkmaktadır. Çoğu insan çeşitli olaylar karşısında zihinlerinde canlanıveren bu düşüncelerin farkına bile varmaz. Farkına bile varılmayan otomatik düşüncelerin üzerinde durulması sorgulanarak mantıksız olduklarının verilmesi imkânsızdır. Bu yüzden otomatik düşünceler kişi üzerinde etki etmeye devam eder. Otomatik düşünceler çocukluktan başlayan ve zaman içinde zenginleşerek şekillendiği belirtilmiştir (Rice 1999, Baltaş 1987).

1.16. Spor ve Bilişsel Düşünme İlişkisi

Spor ile bilişsel düşünme arasında çok karmaşık bir ilişki olduğu düşünmenin fizyolojik, psikolojik veya sosyal boyutlu olabileceği ancak araştırmalar psikolojik boyutunun spor ortamında en önemli sebebi olduğunu gösterdiğini sporun, sonuçlarının fiziksel yetkinliğe bağlı olan, içine kültürel değerlerin ve normların da katıldığı kurumsallaşmış oyunlar olarak görüldüğü düşünülebilir. Bu çalışma sporda batıl inanç, takıntı ve düşünce kontrol arasındaki ilişkiyi araştırmaktadır. Sporun düşünce kaynaklı olması yapılan spora ve bu sporu yapan bireye bağlı olduğu söylenebilir. Sporun düşünce

kaynakları hem bireye hem de duruma özeldir. Bu durumdan iki modeli spesifikleştirmekte fayda olduğu düşünülebilir. Motivasyon, kinestetik beceri, yorumlama, yenileme ve teknoloji farkı bulunan, yüksek oranda rekabet ve organizasyon gerektiren ‘’atletik spor’’ ve değerler ve yönlendirmeler içeren ‘’oyun sporu’’ Oyun modeli potansiyel atletik modelden daha az stresli olduğu çoğu spor programı bu iki modeli karmaşık bir karşılıklı ilişki ile içinde barındırır ki buda sporun paradoksal doğasını yansıttığı bildirilmiştir (İkizler 1996).

Sporun stres yaratma kapasitesi spor durumlarının nasıl bir payı olduğuna bağlıdır: Bu durumların örnekleri aşağıda belirtilmiştir.

- 1- Kişinin hedef ve değerlerini bozma veya tehlikeye atma
- 2- Kişinin fiziksel sağlığında belirsizlik yaratma
- 3- Kişinin kimliğinin korunmasını tehdit etme
- 4- Kişinin çevresini kontrol etmesini etkilemesi.

Başarı kazanma veya kaybetme birbiriyle ilişki içinde olsalar da aşırı şekilde tanımlandıkları bu yüzden özellikle çocukların performansları sonucunda aleni olarak nasıl tepki vermeleri gerektiği konusunda kafalarının karışıklığı örneğin kaybeden bir takımda istisnai şekilde iyi performans çıkaranların takıma bağlılık ile kendini olumlu değerlendirmeleri arasındaki farkı göremeyebilecekleri aslında kazanan ve kaybedenlerin sosyal bağlamda, hedefleri için gösterdikleri çabalar ve bu çaba oranında ulaştıkları hedefler ile belirlendiği iddia edilmiştir (İkizler 1996).

2. AMAÇ

Bu araştırmanın amacı, İstanbul İli Anadolu Yakasında bulunan profesyonel futbol kulüplerinde oynayan futbolcuların; batıl inançlar, obsesif-kompulsif bozukluklar ve düşünce kontrol etme şekillerini belirlemektir. Belirlenen bu sonuçların da; yaş, eğitim düzeyi, medeni durum, kardeş sayısı, lisanslı futbol oynama yılı, profesyonel olarak çalışma yılı, lig seviyeleri, uyrukları, gibi değişkenlere göre değişip değişmediğinin incelenmesidir.

İnsanların özellikle para kazanmak ve yaşamlarını idame ettirmek için profesyonel futbol oynadıkları ortamların kaygı, tükenmişlik düzeylerini gibi duygu durumlarını değerlendiren çalışmalar olduğu görülse de; batıl inanç, takıntı ve düşünce kontrolleri açısından değerlendirilen herhangi bir araştırmaya rastlanılmaması bu tez çalışmasının özgün olduğunu göstermiştir.

Bu açıdan profesyonel futbolcularda batıl inanç, takıntı, düşünce kontrol özelliklerini belirleyen ve bu özelliklerin de farklı sosyo-demografik değişkenler açısından değerlendiren başka bir çalışmanın olmaması da bizim çalışmamızı özgün kılmaktadır. Bu çalışmamız alanda ilk olması açısından yapılacak sonraki çalışmalara veri sağlaması açısından önemli görülmüştür.

3. YÖNTEM

3.1.Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma betimsel bir çalışma olup İstanbul ili Anadolu yakasında bulunan profesyonel futbol oyuncularının takıntı, batıl inanç ve düşünce kontrollerinin incelenmesini amaçlamaktadır. Bu çalışmanın evreninin İstanbul ili Anadolu yakasında bulunan profesyonel futbolcular oluşturmaktadır.

3.1.1. Araştırma İzinleri, Örneklem Seçimi ve Veri Toplama Araçlarının Uygulanması

Araştırma amacı doğrultusunda öncelikle İstanbul ili Anadolu yakasında bulunan profesyonel futbol kulüplerinin sayısı belirlenmiştir. Kulüp sayılarını belirlemek için Türkiye Futbol Federasyonunun resmi internet sitesinden yararlanılarak (tff.org.tr). İstanbul ili Anadolu yakasında bulunan toplam 7 profesyonel kulübün isimleri tespit edilmiş ve telefon numaraları alınmıştır. Araştırma evrenimiz olan İstanbul İli Anadolu yakasında bulunan toplam 7 profesyonel kulüp yöneticileri ile görüşülerek; araştırmanın amacı ve yapılacaklar hakkında açıklamalarda bulunularak ön onaylar alınmış, evrenin tamamı araştırma kapsamına alınmıştır. Kocaeli Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulundan KÜ GOKAEK 2018/241 numaralı etik kurul onayı alınmıştır. Tez başlığı kabulünden ve etik kurul izinleri alındıktan sonra kulüplerle iletişime geçilmiş kulüp yöneticileri tez başlığı ve etik kurul onayı sonrası araştırma önemi ve yapılacak işlemler ve araştırma hakkında detaylı açıklamalar yapılarak ölçek uygulamaları için 2018-2019 futbol sezonunun ilk devresi olan 2018 yılı Ağustos ve Aralık ayları arasında belirlenen kulüplerin tümüyle görüşülmüştür. Bu araştırmada evrenini oluşturan İstanbul İli Anadolu yakasında bulunan 7 kulübün hepsine araştırmanın amacı ve detayları hakkında bilgi verilmiştir. Araştırmaya gönüllü katılmak isteyenlere ölçek uygulamaları yapılmıştır. Gönüllülük esasına dayalı olarak araştırmaya katılan profesyonel futbolcuların bilgileri çizelge 3.1.1. 'de sunulduğu gibi evrenin tamamı olan 233 futbolcuya ulaşılmıştır. Kulüp yönetiminin belirlediği gün ve saatte futbolcularla toplantı yapılmış, bu toplantılar genelde kulüplerin kendi toplantı odalarında olmuştur. Kulüp yönetimi tarafından belirlenen gün ve saatte araştırmacı bizzat toplantıya katılmıştır. Araştırmanın amacı ve yapılacak işlemler futbolculara anlatılmıştır. Araştırmanın amacı açıklandıktan sonra gönüllü katılmak isteyen profesyonel futbolculara ölçekler dağıtılmış ve eksiksiz her soruyu okuyup doğru cevap vermelerinin önemi hakkında açıklamalarda bulunulmuştur. Ölçeklerin doldurulması için yaklaşık otuz dakika süre tanınmış ve otuz dakikanın sonunda doldurma işlemi bittikten sonra yine araştırmacı tarafından ölçekler

toplanmıştır. Toplanan 233 ölçek incelenmiş ve eksik doldurulan ölçekler olup olmadığına bakılmış 3 tane ölçekte eksiklik olduğu tespit edilmiş ve araştırma kapsamından çıkarılmıştır. Geriye kalan 230 adet ölçek araştırma kapsamına alınmıştır, araştırma kapsamına alınan bu ölçekler SPSS 25.0 paket programda çözümlenmiş ve bulgularımızı oluşturmuştur.

Çizelge 3.1.1. Anadolu Yakasında Bulunan Futbol Kulüpleri Evreni ve Araştırmaya Katılan Örneklem

Kulüp Adı	Toplam Futbolcu Sayısı	Araştırmaya Katılan Futbolcu Sayısı	Yüzde %
Fenerbahçe S.K	35	35	15,2
Ümraniyespor	34	34	14,8
Pendikspor	40	40	17,4
Tuzlaspor	41	41	17,8
Sancaktepe Belediye Spor	26	26	11,2
Şile Yıldız Spor	27	27	11,6
Sultanbeyli Belediye Spor	30	30	12,0
Toplam	233	233	100

3.2. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada profesyonel futbolculara geçerlik ve güvenilirlik çalışması Barut (2008) tarafından Türkçe' ye uyarlanan Sporda Batıl İnanç ve Davranış Envanteri; Erol (1990) tarafından geçerlilik ve güvenilirliği yapılan Mausley Obsesif Kompulsif Ölçeği ile Yorulmaz ve Gençöz (2008) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan Düşünceleri Kontrol Etme Ölçeği kullanılmıştır ve araştırmacılar tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır.

3.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Profesyonel futbolcuların; batıl inanç, takıntı ve düşünce kontrollerini etkileyebileceği düşünülen sosyo-demografik özelliklerinin tespit edilebilmesi amacıyla literatür bilgileri ışığında araştırmacılar tarafından hazırlanan 9 soruluk kişisel bilgi formu uygulanmıştır (EK-1).

3.2.2. Batıl İnanç ve Davranış Envanteri

Araştırmaya esin kaynağı olan batıl inanç ve davranış envanteri 1981 yılında Buhrmann ve Zaugg tarafından geliştirilen orijinal ismi “Superstitious Ritual Questionnaire” olan bu envanter esasta 40 maddelik likert tipi bir envanter olup 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar sırasıyla giyim ve görünüş, uğurlu sayılan nesnelere, oyun ve karşılaşma öncesi, oyun ve karşılaşma sırasında, takım davranışları ve dua etme olmak üzere altı alt boyuttan oluşmaktadır. Sporcuların oyun / karşılaşma öncesi veya sırasında kullandıkları batıl inanç ve davranışların sportif performanslarına yardım etmede ne kadar etkili olduğunu ölçmektedir (Buhrmann ve Zaugg 1981). Türkçeye çevrilme sürecinde ise Barut (2008) yılında envanterin çevrilme sürecinde ilk olarak çeviri işlemine başlamadan önce envanterdeki tüm maddeleri ve yanıt formatlarını emik (kültüre özgülük) ya da etik (evrensellik) yaklaşımların bakış açısından gözden geçirmiştir. Bu gözden geçirme esnasında kültüre özgülük anlamında bazı maddelerin kültüre uygun olmadığı görülmüştür. Kültürümüze uygun olmayan maddeler çıkarıldıktan sonra 37 maddelik özgün bir envanter oluşturulmuştur. Bu son taslak ölçeğin anlaşılabilirliğini test etmek için Mersin İdman Yurdu Spor Kulübü A takımında oynayan 27 futbolcuya uygulanmıştır. Uygulamada test tekrar test yöntemi uygulanmış, bu pilot çalışmanın sonucunda ölçeğin test tekrar test korelasyon katsayısı 0,95 bulunmuştur (Barut 2008). Bu çalışmamız içinse güvenilirlik katsayısı Cronbach Alpha değeri ise 0,73 bulunmuştur. Bu da çalışmamız için ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir.

3.2.3. Maudsley Obsesif Kompulsif Envanteri

Maudsley Obsesif Kompulsif Ölçeği Hodgson ve diğ. (1979)'nın geliştirdikleri ve 30 soruluk kişinin kendisini değerlendirmesini sağlayan bir ölçektir. Kişinin takıntılarını anlayarak diğer hastalardan ayırmak için oluşturulmuştur. Maudsley Obsesif Kompulsif Envanteri'nin Türk toplumu için adaptasyon ve standardizasyon, iç tutarlılık, test tekrar test, güvenilirlik ve geçerlilik çalışması Erol (1990)'nın çalışmalarıyla yapılmıştır. Ölçeğin kontrolü elinde tutma, titizlik, yavaşlama, kararsızlık durumları olmak üzere dört skaladan oluştuğu, ayrıca ruminasyon olarak isimlendirilen beşinci bir bileşen daha olduğu, analizler sonunda beş alt ölçek ve beş puan elde edildiği bildirilmiştir. Türk toplumu için yapılan uyarılma çalışmasında da, eksikliği belirtilen obsesif düşünce boyutuna MMPI testinden yedi madde eklenerek soru listesi otuz yedi maddeye çıkarılmıştır. Sonuçlar, ölçeğin ülkemizde güvenilir biçimde kullanılabileceğini göstermiştir (Erol 1990). Ancak,

Türkiye’deki örnekleme erkek, kadın ve genel gruptan üç faktör elde edilmiş, Türk skalasının dört yerine üç alt ölçekten oluşmasının daha uygun olacağı belirlenmiştir. Bunlar “temizlik - titizlik”, “obsesif düşünce”, “kontrol etme” ve “yavaşlık” faktörleri olarak adlandırılmıştır. Değerlendirme, on birinci madde dışındaki diğer maddelerde yanıtlayanların işaretlediği her “doğru” seçeneğine bir puan verilerek yapılmaktadır. Toplanan puanlar, her bir maddeden elde edilen sayısal değerlerle belirlenmektedir. En yüksek değerler toplam obsesyon puanı için otuz yedi, kontrol etme için dokuz, temizlik için on bir, yavaşlık yedi, kuşku için yedidir. Bu faktörler için Cronbach alfa katsayıları sırasıyla .61, .66 ve .65 olarak tespit edilmiştir (Erol 1990). Bizim araştırmamız için ise güvenilirlik katsayısı Cronbach Alpha değeri 0,68 olarak bulunmuştur. Bu da çalışmamız için ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir.

Kontrol etme maddeleri: 2, 6, 8, 14, 15, 20, 22, 26, 28

Temizlik maddeleri: 1, 4, 5, 9, 13, 17, 19, 21, 24, 26, 27

Yavaşlık maddeleri: 2, 4, 8, 16, 23, 25, 29

Kuşku maddeleri: 3, 7, 10, 11, 12, 18, 30

Türkiye’deki geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarını Erol (1990)’ nın çalışmalarıyla bulunmuştur. Ölçek, araştırma ve klinik uygulama konularında geçerli ve güvenilir bulunmuştur.

3.2.4. Düşünceleri Kontrol Etme Ölçeği (DKÖ)

DKÖ, istenmeyen düşüncelerle baş etmede kullanılan çeşitli üstbilişsel kontrol yöntemlerini değerlendirmek amacıyla Wells ve Davies (1994) tarafından geliştirilen 30 maddelik bir ölçektir. Ölçek, 4’lü Likert tipi (1= Asla, 2= Neredeyse her zaman) derecelendirmeye dayanmaktadır. DKÖ, dikkat dağıtma (başka şeyler düşünme), sosyal kontrol (başkalarına sorma), endişe etme (diğer endişelere odaklanma), kendini cezalandırma (kendine kızma) ve yeniden değerlendirme (düşünceyi yeniden analiz etme) olmak üzere her birinde 6 madde yer alan 5 alt ölçekten oluşmaktadır. İç tutarlık değerleri dikkat dağıtma için 72, sosyal kontrol için 79, endişe etme için 71, kendini cezalandırma için 64, yeniden değerlendirme için ise 67 olarak bulunmuştur (Wells ve Davies 1994).

Ölçeğin ülkemizdeki geçerlik-güvenirlik çalışmaları Yorulmaz ve Gençöz (2008) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada ölçeğin orijinal yapısında yer alan dikkat dağıtma (örn., “Onun yerine kendimi işle meşgul ederim”), sosyal kontrol (örn., “Düşünceyi tartışmaktan

kaçınırım”), endişe etme (örn., “Başka endişelerim üzerine odaklanırım”), kendini cezalandırma (örn., “Kendime bu kadar aptal olma derim”) ve yeniden değerlendirme (örn., “Düşüncemi mantık çerçevesinde analiz ederim”) olmak üzere 5’li faktör yapısı desteklenmiştir. Ölçeğin geneline ait iç tutarlık katsayısı. 78 olarak, alt ölçekler için elde edilen katsayıların ise. 66 ile. 77 arasında değiştiği bulunmuştur. Bu bulgular ölçeğin ölçüt-bağlantılı ve birleşen geçerliğini desteklemektedir (Yorulmaz ve Gençöz 2008). Bizim çalışmamızda ise DKÖ’nün geneline ait iç tutarlık değeri. 79 olarak bulunurken alt ölçeklerin iç tutarlık değerleri dikkat dağıtma için. 83, sosyal kontrol için. 78, endişelenme için 79, kendini cezalandırma için 77 ve yeniden değerlendirme için.72 olarak bulunmuştur. Bu da ölçeğin çalışmamız açısından güvenilir olduğunu göstermektedir.

3.3.Verilerin Analizi

Veriler SPSS 25.00 paket programında analiz edilmiş; araştırmada elde edilen veriler ortalama, standart sapma ve yüzde olarak sunulmuştur. Normallik dağılımı Kolmogorov Smirnov testi ile incelendiğinde, verilerin normal dağılım gösterdikleri bulunmuştur. Veriler normal dağılım gösterdiği için hipotezlerin test edilmesinde parametrik testler tercih edilmiştir. İkili grupların karşılaştırılmasında bağımsız örneklem T testi, çoklu grupların karşılaştırılmasında ise One Way Anova testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

4.1. Futbolcuların Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.1.'e bakıldığında futbolcuların %24.8 (57)'i 17-20 yaş aralığında, %28.3 (65)'ü 21-24 yaş aralığında, %22.6 (52)'si 25-28 yaş aralığında, %17.0 (39)'si 29-32 yaş aralığında ve %7.4 (17)'ü 33 ve üzeri aralıkta oldukları görülmüştür. Bir diğer parametremiz olan eğitim durumunda ise %44.8 (103)'i Lise mezunu, %46.5 (107)'i Üniversite mezunu ve %8.7 (20) kişi Lisans Üstü mezuniyet durumlarına sahip oldukları görülmüştür. Bir diğer parametremiz olan medeni duruma bakacak olursak %37.4 (86)'ü evli, %53.5 (123)'i Bekar, %9.1 (21)'i Dul veya boşanmış oldukları görülmüştür. Futbolcuların uyruklarına ait olan parametremize baktığımızda ise %88.7 (204)'si T.C. vatandaşı, %11.3 (26)'ü Yabancı uyruklu futbolcular olduğu görülmüştür. Kardeş sayılarını sorduğumuzda ise %65.2 (150)'si 1 ile 3 kardeş arası, %34.8 (80)'i 4 ile 7 kardeş arasında oldukları görülmüştür. Son parametremiz olan totem durumlarına baktığımızda ise %73.0 (166) 'ü var, %27.0 (62)'si yok cevaplarını işaretledikleri görülmüştür.

Çizelge 4.1. Futbolcuların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Yüzdelik Dağılımları

Parametreler	n	%	
Yaş	17-20 yaş	57	24.8
	21-24 yaş	65	28.3
	25-28 yaş	52	22.6
	29-32 yaş	39	17.0
	33 ve üstü yaş	17	7.4
Eğitim Durumu	Lise	103	44.8
	Üniversite	107	46.5
	Lisans Üstü	20	8.7
Medeni Durum	Evli	86	37.4
	Bekâr	123	53.5
	Dul/Boşanmış	21	9.1
Uyruk	T.C.	204	88.7
	Yabancı	26	11.3
Kardeş Sayısı	1-3 Kardeş	150	65.2
	4-7 Kardeş	80	34.8
Totem	Var	166	73.0
	Yok	62	27.0
Toplam	230	%100	

4.2. Futbolcuların Spor Durumlarına İlişkin Bulgular

Çizelge 4.2.'ye baktığımızda futbolcuların %8.3 (19)'ü 8-11 yıl aralığında lisanslı, %56.5 (130)'i 12-15 yıl aralığında lisanslı, %35.2 (81)'si 16 yıl ve üzeri lisanslı olarak futbol oynadıkları görülmüştür. Bir diğer parametremiz olan profesyonel oynama yılına baktığımızda %40.9 (94)'u 1-4 yıl arasında, %25.7 (59)'si 5-9 yıl arasında, %18.3 (42)'ü 10-14 yıl arasında, %15.2 (35)'si ise 15 yıl ve üzeri aralığında profesyonel olarak futbol oynadıkları görülmüştür. Son parametremiz olan lig seviyesine baktığımızda ise %15.2 (35)'si Süper Lig, %14.8 (34)'i 1.Lig, %35.2 (81)'si 2.Lig, %34.8 (80)'i 3.Lig takımlarında futbol oynadıkları görülmüştür.

Çizelge 4.2. Futbolcuların Spor Durumlarına İlişkin Yüzdelerik Dağılımları

Parametreler	n	%	
Lisanslı Oynama Yılı	8-11 yıl	19	8.3
	12-15 yıl	130	56.5
	16 ve üzeri yıl	81	35.2
Profesyonel Oynama Yılı	1-4 yıl	94	40.9
	5-9 yıl	59	25.7
	10-14 yıl	42	18.3
	15 ve üzeri yıl	35	15.2
Bulunulan Lig Seviyesi	Süper Lig	35	15.2
	1.Lig	34	14.8
	2.Lig	81	35.2
	3.Lig	80	34.8
Toplam	230	%100	

4.3.Futbolcuların Tanımlayıcı İstatistik Test Sonuçlarına İlişkin Bulgular

Çizelge 4.3. incelendiğinde futbolcuların batıl inanç ve davranış envanteri, düşünce kontrol ölçeği ve obsesif kompulsif bozukluk envanteri incelendiğinde, 5 puan üzerinden en düşük puanın 1,33 en yüksek puanın 5 olduğu gözlemlenmiştir. Futbolcuların Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Alt boyutlarından giyim görünüş alt boyutunun ortalaması 3,46±4,31 olup, uğurlu sayılan nesnelere alt boyutunun ortalaması 3,96±2,97 olup, oyun karşılaşma öncesi alt boyutunun ortalaması 3,96±2,97 olup, oyun karşılaşma sırasında alt boyutunun ortalaması 4,48±5,36 olup, takım davranışları alt boyutunun ortalaması 3,43±7,10 olup, dua etme alt boyutunun ortalaması 4,34±5,69 olup tüm alt boyutlarda ortalamasının üzerinde yüksek düzeyde batıl inanç ve davranışa sahip oldukları belirlenmiştir. Düşünce Kontrol Ölçeği alt boyutlarına baktığımızda ise dikkat dağıtma alt boyutu ortalaması 3,23±3,08 olup, sosyal kontrol alt boyutu ortalaması 2,35±3,24 olup, endişelenme alt boyutu ortalaması

3,12±3,27 olup, kendini cezalandırma alt boyutunun ortalaması, 3,13±3,12 olup, yeniden değerlendirme alt boyutunun ortalaması 2,98±3,35 olup futbolcuların ortalamasının üzerinde düşüncelerini kontrol ettikleri belirlenmiştir. Obsesif Kompulsif Bozukluk Envanterinin alt boyutlarını incelediğimizde ise kontrol etme alt boyutunun ortalaması 3,63±3,59 olup, temizlik alt boyutunun ortalaması 3,81±3,15 olup, yavaşlık alt boyutunun ortalaması 3,61±4,02 olup, kuşku alt boyutunun ortalaması 3,43±4,64 olup futbolcuların obsesif kompulsif davranışlarının ortalamasının üzerinde oldukları belirlenmiştir.

Çizelge 4.3. Futbolcuların Batıl İnanç Envanteri, Düşünce Kontrol Ölçeği, Obsesif Kompulsif Envanteri Alt Boyutlarına İlişkin Tanımlayıcı Analiz Sonuçları

	n	min.	max.	\bar{x}	ss.
(BİDE) Giyim Görünüş	230	2.50	4.90	3.4630	.43139
(BİDE) Uğurlu Sayılan Nesnelere	230	3.00	5.00	3.9676	.29745
(BİDE) Oyun ve Karşılaşma Öncesi	230	3.00	5.00	3.9676	.29745
(BİDE) Oyun Karşılaşma Sırasında	230	1.00	5.00	4.4841	.53639
(BİDE) Takım Davranımları	230	2.00	5.00	3.4391	.71064
(BİDE) Dua Etme	230	2.33	5.00	4.3449	.56919
(DKÖ) Dikkat Dağıtma	230	2.33	4.00	3.2391	.30848
(DKÖ) Sosyal Kontrol	230	1.33	3.17	2.3572	.32416
(DKÖ) Endişelenme	230	2.17	3.83	3.1268	.32743
(DKÖ) Kendini Cezalandırma	230	2.17	3.83	3.1384	.31275
(DKÖ) Yeniden Değerlendirme	230	2.17	3.83	2.9870	.33562
(OBS) Kontrol Etme	230	2.44	4.44	3.6314	.35924
(OBS) Temizlik	230	2.91	4.55	3.8142	.31569
(OBS) Yavaşlık	230	2.43	4.71	3.6149	.40281
(OBS) Kuşku	230	1.86	4.57	3.4304	.46411
Obsesion Toplam	230	2.81	4.32	3.6703	.25016
Batıl İnanç Toplam	230	2.95	4.70	3.8892	.24207
Düşünce Kontrol Toplam	230	2.33	3.53	2.9697	.19580

4.4.Futbolcuların Yaş'a Göre Obsesif Kompulsif Bozukluk Envanteri Varyans Analizi Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların yaş değişkenine göre OKB ölçeği analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.4.'e bakıldığında OKB ölçeğinin kontrol etme alt boyutunda puanların 17-20 yaş aralığında $3.57\pm.41$, 21-24 yaş aralığında $3.66\pm.35$, 25-28 yaş aralığında $3.57\pm.28$, 29-32 yaş aralığında $3.69\pm.36$, 33 yaş ve üzeri yaşlarda ise $3.75\pm.43$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.169$, $p>0,05$). Futbolcuların yaş değişkenine göre temizlik alt boyutuna baktığımızda puanların 17-20 yaş aralığında $3.77\pm.35$, 24-24 yaş aralığı $3.79\pm.35$, 25-28 yaş aralığı $3.82\pm.23$, 29-32 yaş aralığı $3.85\pm.30$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.81\pm.32$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.532$, $p>0,05$). Yaş değişkenine göre yavaşlık alt boyutuna baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $3.50\pm.49$, 24-24 yaş aralığı $3.65\pm.37$, 25-28 yaş aralığı $3.63\pm.31$, 29-32 yaş aralığı $3.65\pm.41$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.67\pm.37$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.227$, $p>0,05$). Yaş değişkenine göre bir diğer alt boyutumuz olan kuşku alt boyutuna baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $3.37\pm.51$, 24-24 yaş aralığı $3.39\pm.46$, 25-28 yaş aralığı $3.50\pm.40$, 29-32 yaş aralığı $3.44\pm.45$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.47\pm.47$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.599$, $p>0,05$). Son olarak yaş değişkenine göre OKB ölçeği toplam puanlara baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $3.61\pm.30$, 24-24 yaş aralığı $3.66\pm.25$, 25-28 yaş aralığı $3.68\pm.17$, 29-32 yaş aralığı $3.72\pm.25$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.72\pm.30$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.251$, $p>0,05$).

Çizelge 4.4. Futbolcuların Yaş'a Göre OKB Envanteri Varyans Analizi Sonuçları (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	p
(OBS) Kontrol Etme	17-20 yaş	57	3.5731	.40542	1.626	.169
	21-24 yaş	65	3.6598	.34743		
	25-28 yaş	52	3.5726	.27779		
	29-32 yaş	39	3.6952	.35843		
	33 ve üstü yaş	17	3.7516	.43128		
	Toplam	230	3.6314	.35924		
(OBS) Temizlik	17-20 yaş	57	3.7767	.35254	.792	.531
	21-24 yaş	65	3.7902	.34652		
	25-28 yaş	52	3.8287	.23171		
	29-32 yaş	39	3.8508	.29383		
	33 ve üstü yaş	17	3.9037	.33935		
	Toplam	230	3.8142	.31569		
(OBS) Yavaşlık	17-20 yaş	57	3.5063	.49197	1.425	.227
	21-24 yaş	65	3.6549	.37192		
	25-28 yaş	52	3.6346	.31172		
	29-32 yaş	39	3.6557	.41806		
	33 ve üstü yaş	17	3.6723	.37377		
	Toplam	230	3.6149	.40281		
(OBS) Kuşku	17-20 yaş	57	3.3734	.51349	.690	.599
	21-24 yaş	65	3.3978	.46940		
	25-28 yaş	52	3.5055	.40649		
	29-32 yaş	39	3.4469	.45434		
	33 ve üstü yaş	17	3.4790	.47365		
	Toplam	230	3.4304	.46411		
Obsesion Toplam	17-20 yaş	57	3.6178	.29569	1.354	.251
	21-24 yaş	65	3.6603	.24780		
	25-28 yaş	52	3.6814	.16465		
	29-32 yaş	39	3.7242	.25111		
	33 ve üstü yaş	17	3.7266	.29466		
	Toplam	230	3.6703	.25016		

4.5. Futbolcuların Yaş'a Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların yaş değişkenine göre batıl inanç ve davranış envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.5.'e bakıldığında batıl inanç ve davranış envanterinin giyim görünüş alt boyutunda puanların 17-20 yaş aralığında $3.46 \pm .50$, 21-24 yaş aralığında $3.42 \pm .39$, 25-28 yaş aralığında $3.54 \pm .46$, 29-32 yaş aralığında $3.43 \pm .33$, 33 yaş ve üzeri yaşlarda ise $3.44 \pm .49$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel

açından analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.596$, $p>0,05$). Futbolcuların yaş değişkenine göre batıl inanç ve davranış envanteri uğurlu sayılar ve nesnel alt boyutuna baktığımızda puanların 17-20 yaş aralığında $3.93\pm.30$, 24-24 yaş aralığı $3.97\pm.26$, 25-28 yaş aralığı $3.96\pm.35$, 29-32 yaş aralığı $3.99\pm.28$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.98\pm.30$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.901$, $p>0,05$). Yaş değişkenine göre bir diğer alt boyutumuz olan oyun karşılaşma öncesi alt boyutuna baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $3.93\pm.30$, 24-24 yaş aralığı $3.97\pm.26$, 25-28 yaş aralığı $3.96\pm.35$, 29-32 yaş aralığı $3.99\pm.28$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.98\pm.30$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.901$, $p>0,05$). Yaş değişkenine göre bir diğer alt boyutumuz olan oyun karşılaşma sırasında alt boyutuna baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $4.43\pm.67$, 24-24 yaş aralığı $4.47\pm.55$, 25-28 yaş aralığı $4.52\pm.46$, 29-32 yaş aralığı $4.43\pm.45$, 33 ve üzeri yaş aralığı $4.66\pm.39$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.554$, $p>0,05$). Yaş değişkenine göre bir diğer alt boyutumuz olan takım davranışları alt boyutuna baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $3.36\pm.70$, 24-24 yaş aralığı $3.42\pm.70$, 25-28 yaş aralığı $3.52\pm.72$, 29-32 yaş aralığı $3.37\pm.74$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.61\pm.67$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.587$, $p>0,05$). Yaş değişkenine göre bir diğer alt boyutumuz olan dua etme alt boyutuna baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $4.39\pm.59$, 24-24 yaş aralığı $4.35\pm.63$, 25-28 yaş aralığı $4.24\pm.56$, 29-32 yaş aralığı $4.30\pm.48$, 33 ve üzeri yaş aralığı $4.54\pm.44$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.356$, $p>0,05$). Son olarak yaş değişkenine göre batıl inanç ve davranış envanteri toplam puanlara baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $3.87\pm.26$, 24-24 yaş aralığı $3.87\pm.22$, 25-28 yaş aralığı $3.91\pm.27$, 29-32 yaş aralığı $3.87\pm.20$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.92\pm.23$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.840$, $p>0,05$).

Çizelge 4.5. Futbolcuların Yaş'a Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi Sonuçları (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	p
(BİDE) Giyim Görünüş	17-20 yaş	57	3.4632	.49195	.695	.596
	21-24 yaş	65	3.4215	.38629		
	25-28 yaş	52	3.5462	.46462		
	29-32 yaş	39	3.4308	.33573		
	33 ve üstü yaş	17	3.4412	.48096		
	Toplam	230	3.4630	.43139		
(BİDE) Uğurlu Sayılan Nesnelere	17-20 yaş	57	3.9366	.29332	.264	.901
	21-24 yaş	65	3.9787	.26139		
	25-28 yaş	52	3.9630	.35545		
	29-32 yaş	39	3.9941	.28367		
	33 ve üstü yaş	17	3.9819	.30349		
	Toplam	230	3.9676	.29745		
(BİDE) Oyun ve Karşılaşma Öncesi	17-20 yaş	57	3.9366	.29332	.264	.901
	21-24 yaş	65	3.9787	.26139		
	25-28 yaş	52	3.9630	.35545		
	29-32 yaş	39	3.9941	.28367		
	33 ve üstü yaş	17	3.9819	.30349		
	Toplam	230	3.9676	.29745		
(BİDE) Oyun Karşılaşma Sırasında	17-20 yaş	57	4.4386	.66714	.757	.554
	21-24 yaş	65	4.4718	.54611		
	25-28 yaş	52	4.5256	.45898		
	29-32 yaş	39	4.4359	.45341		
	33 ve üstü yaş	17	4.6667	.39087		
	Toplam	230	4.4841	.53639		
(BİDE) Takım Davranışları	17-20 yaş	57	3.3684	.70411	.709	.587
	21-24 yaş	65	3.4231	.70284		
	25-28 yaş	52	3.5288	.72364		
	29-32 yaş	39	3.3718	.74089		
	33 ve üstü yaş	17	3.6176	.67383		
	Toplam	230	3.4391	.71064		
(BİDE) Dua Etme	17-20 yaş	57	4.3918	.59135	1.103	.356
	21-24 yaş	65	4.3538	.63157		
	25-28 yaş	52	4.2436	.55666		
	29-32 yaş	39	4.3077	.47992		
	33 ve üstü yaş	17	4.5490	.44003		
	Toplam	230	4.3449	.56919		
Batıl İnanç Toplam	17-20 yaş	57	3.8781	.26491	.355	.840
	21-24 yaş	65	3.8748	.22418		
	25-28 yaş	52	3.9158	.27284		

Çizelge 4.5. Futbolcuların Yaş'a Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi Sonuçları (One Way Anova Devamı)

29-32 yaş	39	3.8780	.20014
33 ve üstü yaş	17	3.9253	.23319
Toplam	230	3.8892	.24207

4.6. Futbolcuların Yaş'a Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların yaş değişkenine göre düşünce kontrol ölçeği analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.6.'ya bakıldığında düşünce kontrol ölçeğinin dikkat dağıtma alt boyutunda puanların 17-20 yaş aralığında $3.27 \pm .33$, 21-24 yaş aralığında $3.18 \pm .25$, 25-28 yaş aralığında $3.29 \pm .29$, 29-32 yaş aralığında $3.19 \pm .34$, 33 yaş ve üzeri yaşlarda ise $3.25 \pm .39$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.266$, $p>0,05$). Futbolcuların yaş değişkenine göre sosyal kontrol alt boyutuna baktığımızda puanların 17-20 yaş aralığında $2.34 \pm .29$, 24-24 yaş aralığı $2.32 \pm .35$, 25-28 yaş aralığı $2.40 \pm .30$, 29-32 yaş aralığı $2.33 \pm .32$, 33 ve üzeri yaş aralığı $2.44 \pm .39$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.492$, $p>0,05$). Yaş değişkenine göre endişelenme alt boyutuna baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $3.11 \pm .35$, 24-24 yaş aralığı $3.14 \pm .30$, 25-28 yaş aralığı $3.14 \pm .34$, 29-32 yaş aralığı $3.09 \pm .35$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.10 \pm .28$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.959$, $p>0,05$). Yaş değişkenine göre bir diğer alt boyutumuz olan kendini cezalandırma alt boyutuna baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $3.07 \pm .35$, 24-24 yaş aralığı $3.19 \pm .26$, 25-28 yaş aralığı $3.19 \pm .29$, 29-32 yaş aralığı $3.09 \pm .28$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.02 \pm .45$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.064$, $p>0,05$). Yaş değişkenine göre bir diğer alt boyutumuz olan yeniden değerlendirme alt boyutuna baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $2.94 \pm .35$, 24-24 yaş aralığı $3.03 \pm .34$, 25-28 yaş aralığı $3.01 \pm .32$, 29-32 yaş aralığı $2.92 \pm .32$, 33 ve üzeri yaş aralığı $3.03 \pm .33$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.371$, $p>0,05$). Son olarak yaş değişkenine göre düşünce kontrol ölçeği toplam puanlara baktığımızda ise 17-20 yaş aralığında $2.95 \pm .20$, 24-24 yaş aralığı $2.97 \pm .17$, 25-28 yaş aralığı $3.01 \pm .16$, 29-32 yaş aralığı $2.92 \pm .22$, 33 ve üzeri yaş aralığı $2.97 \pm .28$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.360$, $p>0,05$).

Çizelge 4.6. Futbolcuların Yaş'a Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi Sonuçları (One Way Anova)

		n	x̄	ss	f	P
(DKÖ) Dikkat Dağıtma	17-20 yaş	57	3.2778	.32632	1.312	.266
	21-24 yaş	65	3.1846	.25366		
	25-28 yaş	52	3.2917	.28938		
	29-32 yaş	39	3.1966	.34172		
	33 ve üstü yaş	17	3.2549	.39580		
	Toplam	230	3.2391	.30848		
(DKÖ) Sosyal Kontrol	17-20 yaş	57	2.3421	.29111	.854	.492
	21-24 yaş	65	2.3231	.35217		
	25-28 yaş	52	2.4071	.30324		
	29-32 yaş	39	2.3333	.32218		
	33 ve üstü yaş	17	2.4412	.38614		
	Toplam	230	2.3572	.32416		
(DKÖ) Endişelenme	17-20 yaş	57	3.1199	.35321	.159	.959
	21-24 yaş	65	3.1436	.29738		
	25-28 yaş	52	3.1410	.34361		
	29-32 yaş	39	3.0983	.34775		
	33 ve üstü yaş	17	3.1078	.27602		
	Toplam	230	3.1268	.32743		
(DKÖ) Kendini Cezalandırma	17-20 yaş	57	3.0789	.35089	2.253	.064
	21-24 yaş	65	3.1949	.25612		
	25-28 yaş	52	3.1987	.28969		
	29-32 yaş	39	3.0983	.27762		
	33 ve üstü yaş	17	3.0294	.44967		
	Toplam	230	3.1384	.31275		
(DKÖ) Yeniden Değerlendirme	17-20 yaş	57	2.9415	.35424	1.073	.371
	21-24 yaş	65	3.0308	.33708		
	25-28 yaş	52	3.0128	.32143		
	29-32 yaş	39	2.9231	.32410		
	33 ve üstü yaş	17	3.0392	.33087		
	Toplam	230	2.9870	.33562		
Düşünce Kontrol Toplam	17-20 yaş	57	2.9520	.20539	1.094	.360
	21-24 yaş	65	2.9754	.16938		
	25-28 yaş	52	3.0103	.16203		
	29-32 yaş	39	2.9299	.21708		
	33 ve üstü yaş	17	2.9745	.28322		
	Toplam	230	2.9697	.19580		

4.7. Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların eğitim düzeyi değişkenine göre batıl inanç ve davranış envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.7.'ye bakıldığında batıl inanç ve davranış envanterinin giyim görünüş alt boyutunda puanların lise mezunu $3.43 \pm .45$, üniversite mezunu $3.50 \pm .40$, lisansüstü mezunların $3.38 \pm .45$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.294$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanterinin uğurlu sayılan nesnelere alt boyutunda puanların lise mezunu $3.94 \pm .26$, üniversite mezunu $3.97 \pm .31$, lisansüstü mezunların $4.04 \pm .36$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.327$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanterinin bir diğer alt boyutu oyun ve karşılaşma öncesi alt boyutunda puanların lise mezunu $3.94 \pm .26$, üniversite mezunu $3.97 \pm .31$, lisansüstü mezunların $4.04 \pm .36$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.327$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanterinin oyun karşılaşma sırasında alt boyutunda puanların lise mezunu $4.46 \pm .57$, üniversite mezunu $4.49 \pm .50$, lisansüstü mezunların $4.55 \pm .55$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.785$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanterinin takım davranışları alt boyutunda ise puanların lise mezunu $3.35 \pm .71$, üniversite mezunu $3.50 \pm .70$, lisansüstü mezunların $3.52 \pm .75$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.265$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanterinin dua etme alt boyutunda puanların lise mezunu $4.34 \pm .58$, üniversite mezunu $4.33 \pm .54$, lisansüstü mezunların $4.41 \pm .66$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.824$, $p>0,05$). Son olarak batıl inanç davranış envanteri toplam puanlara baktığımızda puanların lise mezunu $3.86 \pm .23$, üniversite mezunu $3.91 \pm .24$, lisansüstü mezunların $3.91 \pm .31$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.262$, $p>0,05$).

Çizelge 4.7. Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi Sonuçları (One Way Anova)

		n	\bar{x}	ss.	f	P
(BİDE) Giyim Görünüş	Lise	103	3.4320	.45271	1.231	.294
	Üniversite	107	3.5084	.40472		
	Lisansüstü	20	3.3800	.45259		
	Toplam	230	3.4630	.43139		
(BİDE) Uğurlu Sayılan Nesnelere	Lise	103	3.9410	.26651	1.125	.327
	Üniversite	107	3.9792	.31140		
	Lisansüstü	20	4.0423	.36550		
	Toplam	230	3.9676	.29745		
(BİDE) Oyun ve Karşılaşma Öncesi	Lise	103	3.9410	.26651	1.125	.327
	Üniversite	107	3.9792	.31140		
	Lisansüstü	20	4.0423	.36550		
	Toplam	230	3.9676	.29745		
(BİDE) Oyun Karşılaşma Sırasında	Lise	103	4.4628	.56828	.243	.785
	Üniversite	107	4.4922	.50437		
	Lisansüstü	20	4.5500	.55436		
	Toplam	230	4.4841	.53639		
(BİDE) Takım Davranışları	Lise	103	3.3544	.70929	1.338	.265
	Üniversite	107	3.5047	.70207		
	Lisansüstü	20	3.5250	.75175		
	Toplam	230	3.4391	.71064		
(BİDE) Dua Etme	Lise	103	4.3463	.57720	.193	.824
	Üniversite	107	4.3302	.54656		
	Lisansüstü	20	4.4167	.66557		
	Toplam	230	4.3449	.56919		
Batıl İnanç Toplam	Lise	103	3.8601	.22825	1.347	.262
	Üniversite	107	3.9129	.23948		
	Lisansüstü	20	3.9122	.31358		
	Toplam	230	3.8892	.24207		

4.8. Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre OKB Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların eğitim düzeyi değişkenine göre OKB envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.8.'e bakıldığında OKB envanterinin kontrol etme alt boyutunda puanların lise mezunu $3.63 \pm .35$, üniversite mezunu $3.60 \pm .35$, lisansüstü mezunların $3.72 \pm .45$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.409$, $p>0,05$). OKB envanterinin temizlik alt boyutunda puanların lise mezunu $3.81 \pm .33$, üniversite mezunu $3.79 \pm .31$,

lisansüstü mezunların $3.88 \pm .29$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.503$, $p>0,05$). OKB envanterinin bir diğer alt boyutu olan yavaşlık alt boyutunda puanların lise mezunu $3.61 \pm .37$, üniversite mezunu $3.59 \pm .42$, lisansüstü mezunların $3.71 \pm .41$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.473$, $p>0,05$). OKB envanterinin kuşku alt boyutunda puanların lise mezunu $3.38 \pm .49$, üniversite mezunu $3.47 \pm .44$, lisansüstü mezunların $3.42 \pm .41$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.375$, $p>0,05$). Son olarak OKB envanterinin toplam puanlarına baktığımızda lise mezunu $3.66 \pm .24$, üniversite mezunu $3.66 \pm .25$, lisansüstü mezunların $3.72 \pm .26$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.611$, $p>0,05$).

Çizelge 4.8. Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre OKB Envanteri Varyans Analizi Sonuçları (One Way Anova)

		n	\bar{x}	ss.	f	P
(OBS) Kontrol Etme	Lise	103	3.6386	.34919	.896	.409
	Üniversite	107	3.6075	.35047		
	Lisansüstü	20	3.7222	.45098		
	Toplam	230	3.6314	.35924		
(OBS) Temizlik	Lise	103	3.8182	.32753	.689	.503
	Üniversite	107	3.7969	.30831		
	Lisansüstü	20	3.8864	.29624		
	Toplam	230	3.8142	.31569		
(OBS) Yavaşlık	Lise	103	3.6172	.37328	.751	.473
	Üniversite	107	3.5941	.42819		
	Lisansüstü	20	3.7143	.41456		
	Toplam	230	3.6149	.40281		
(OBS) Kuşku	Lise	103	3.3856	.49521	.985	.375
	Üniversite	107	3.4753	.44131		
	Lisansüstü	20	3.4214	.41320		
	Toplam	230	3.4304	.46411		
Obsesion Toplam	Lise	103	3.6607	.24773	.494	.611
	Üniversite	107	3.6699	.25141		
	Lisansüstü	20	3.7216	.26249		
	Toplam	230	3.6703	.25016		

4.9. Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların eğitim düzeyi değişkenine göre düşünce kontrol ölçeği analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.9.'a bakıldığında düşünce kontrol ölçeğinin dikkat dağıtma alt boyutunda puanların lise mezunu $3.23 \pm .30$, üniversite mezunu $3.25 \pm .30$, lisansüstü mezunların $3.18 \pm .37$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.653$, $p>0,05$). Düşünce kontrol ölçeğinin sosyal kontrol alt boyutunda puanların lise mezunu $2.36 \pm .29$, üniversite mezunu $2.34 \pm .35$, lisansüstü mezunların $2.36 \pm .33$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.936$, $p>0,05$). Düşünce kontrol ölçeğinin endişelenme alt boyutunda puanların lise mezunu $3.14 \pm .31$, üniversite mezunu $3.10 \pm .34$, lisansüstü mezunların $3.15 \pm .34$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.626$, $p>0,05$). Düşünce kontrol ölçeğinin kendini cezalandırma alt boyutunda puanların lise mezunu $3.10 \pm .29$, üniversite mezunu $3.17 \pm .32$, lisansüstü mezunların $3.09 \pm .38$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.231$, $p>0,05$). Düşünce kontrol ölçeğinin yeniden değerlendirme alt boyutunda puanların lise mezunu $2.95 \pm .33$, üniversite mezunu $3.00 \pm .33$, lisansüstü mezunların $3.01 \pm .41$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.536$, $p>0,05$). Son olarak düşünce kontrol ölçeği toplam puanlara baktığımızda lise mezunu $2.96 \pm .16$, üniversite mezunu $2.97 \pm .21$, lisansüstü mezunların $2.96 \pm .28$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.841$, $p>0,05$).

Çizelge 4.9. Futbolcuların Eğitim Düzeyine Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi Sonuçları (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	P
(DKÖ) Dikkat Dağıtma	Lise	103	3.2362	.30026	.428	.653
	Üniversite	107	3.2523	.30489		
	Lisansüstü	20	3.1833	.37424		
	Toplam	230	3.2391	.30848		
(DKÖ) Sosyal Kontrol	Lise	103	2.3641	.29405	.066	.936
	Üniversite	107	2.3489	.35135		
	Lisansüstü	20	2.3667	.33595		
	Toplam	230	2.3572	.32416		
(DKÖ) Endişelenme	Lise	103	3.1456	.30845	.470	.626
	Üniversite	107	3.1044	.34456		
	Lisansüstü	20	3.1500	.33726		
	Toplam	230	3.1268	.32743		
(DKÖ) Kendini Cezalandırma	Lise	103	3.1084	.28745	1.477	.231
	Üniversite	107	3.1760	.32037		
	Lisansüstü	20	3.0917	.38417		
	Toplam	230	3.1384	.31275		
(DKÖ) Yeniden Değerlendirme	Lise	103	2.9595	.33043	.626	.536
	Üniversite	107	3.0078	.32729		
	Lisansüstü	20	3.0167	.40789		
	Toplam	230	2.9870	.33562		
Düşünce Kontrol Toplam	Lise	103	2.9628	.15844	.173	.841
	Üniversite	107	2.9779	.21146		
	Lisansüstü	20	2.9617	.27768		
	Toplam	230	2.9697	.19580		

4.10. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların medeni durum değişkenine göre batıl inanç ve davranış envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.10'a bakıldığında batıl inanç ve davranış envanteri giyim görünüş alt boyutunda puanların evli olanlar $3.46 \pm .42$, bekâr olanlar $3.46 \pm .44$, dul veya boşanmış olanlar $3.43 \pm .36$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.961$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanteri uğurlu sayılan nesnelere alt boyutunda puanların evli olanlar $4.01 \pm .31$, bekâr olanlar $3.93 \pm .28$, dul veya boşanmış olanlar $3.96 \pm .34$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir

fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.207$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanteri oyun ve karşılaşma öncesi alt boyutunda puanların evli olanlar $4.01\pm.31$, bekâr olanlar $3.93\pm.28$, dul veya boşanmış olanlar $3.96\pm.34$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.207$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanteri oyun karşılaşma sırasında alt boyutunda puanların evli olanlar $4.48\pm.47$, bekâr olanlar $4.47\pm.58$, dul veya boşanmış olanlar $4.49\pm.50$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.991$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanteri takım davranımları alt boyutunda puanların evli olanlar $3.41\pm.71$, bekâr olanlar $3.44\pm.72$, dul veya boşanmış olanlar $3.50\pm.65$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.867$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanteri dua etme alt boyutunda puanların evli olanlar $4.29\pm.55$, bekâr olanlar $4.40\pm.56$, dul veya boşanmış olanlar $4.23\pm.65$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.258$, $p>0,05$). Son olarak batıl inanç ve davranış envanteri toplam puanlara baktığımızda evli olanlar $3.90\pm.24$, bekâr olanlar $3.88\pm.24$, dul veya boşanmış olanlar $3.87\pm.24$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.775$, $p>0,05$).

Çizelge 4.10. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi Sonuçları (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	P
(BİDE) Giyim Görünüş	Evli	86	3.4640	.42700	.039	.961
	Bekâr	123	3.4667	.44789		
	Dul/Boşanmış	21	3.4381	.36260		
	Toplam	230	3.4630	.43139		
(BİDE) Uğurlu Sayılan Nesnelere	Evli	86	4.0116	.30961	1.584	.207
	Bekâr	123	3.9375	.27933		
	Dul/Boşanmış	21	3.9634	.34022		
	Toplam	230	3.9676	.29745		
(BİDE) Oyun ve Karşılaşma Öncesi	Evli	86	4.0116	.30961	1.584	.207
	Bekâr	123	3.9375	.27933		
	Dul/Boşanmış	21	3.9634	.34022		
	Toplam	230	3.9676	.29745		
(BİDE) Oyun Karşılaşma Sırasında	Evli	86	4.4884	.47057	.009	.991
	Bekâr	123	4.4797	.58697		
	Dul/Boşanmış	21	4.4921	.50132		
	Toplam	230	4.4841	.53639		
(BİDE) Takım Davranışları	Evli	86	3.4128	.71205	.143	.867
	Bekâr	123	3.4472	.72376		
	Dul/Boşanmış	21	3.5000	.65192		
	Toplam	230	3.4391	.71064		
(BİDE) Dua Etme	Evli	86	4.2907	.55495	1.363	.258
	Bekâr	123	4.4011	.56129		
	Dul/Boşanmış	21	4.2381	.65949		
	Toplam	230	4.3449	.56919		
Batıl İnanç Toplam	Evli	86	3.9038	.24040	.256	.775
	Bekâr	123	3.8813	.24346		
	Dul/Boşanmış	21	3.8752	.24954		
	Toplam	230	3.8892	.24207		

4.11. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların medeni durum değişkenine göre düşünce kontrol ölçeği analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.11.'e bakıldığında düşünce kontrol ölçeği dikkat dağıtma alt boyutunda puanların evli olanlar $3.22 \pm .30$, bekâr olanlar $3.25 \pm .30$, dul veya boşanmış olanlar $3.19 \pm .38$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p = .597$, $p > 0,05$). Düşünce kontrol

ölçeği sosyal kontrol alt boyutunda puanların evli olanlar $2.35 \pm .34$, bekâr olanlar $2.35 \pm .32$, dul veya boşanmış olanlar $2.39 \pm .26$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.839$, $p>0,05$). Düşünce kontrol ölçeği endişelenme alt boyutunda puanların evli olanlar $3.12 \pm .34$, bekâr olanlar $3.14 \pm .32$, dul veya boşanmış olanlar $3.01 \pm .28$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.224$, $p>0,05$). Düşünce kontrol ölçeği kendini cezalandırma alt boyutunda puanların evli olanlar $3.14 \pm .34$, bekâr olanlar $3.14 \pm .28$, dul veya boşanmış olanlar $3.09 \pm .31$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.804$, $p>0,05$). Düşünce kontrol ölçeği yeniden değerlendirme alt boyutunda puanların evli olanlar $3.00 \pm .31$, bekâr olanlar $2.97 \pm .35$, dul veya boşanmış olanlar $2.99 \pm .31$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.886$, $p>0,05$). Son olarak düşünce kontrol toplam puanlara baktığımızda evli olanlar $2.96 \pm .20$, bekâr olanlar $2.97 \pm .18$, dul veya boşanmış olanlar $2.93 \pm .22$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.730$, $p>0,05$).

Çizelge 4.11. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi Sonuçları (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	p
(DKÖ) Dikkat Dağıtma	Evli	86	3.2229	.30637	.517	.597
	Bekâr	123	3.2575	.29818		
	Dul/Boşanmış	21	3.1984	.37866		
	Toplam	230	3.2391	.30848		
(DKÖ) Sosyal Kontrol	Evli	86	2.3508	.34302	.175	.839
	Bekâr	123	2.3550	.32148		
	Dul/Boşanmış	21	2.3968	.26602		
	Toplam	230	2.3572	.32416		
(DKÖ) Endişelenme	Evli	86	3.1221	.34053	1.505	.224
	Bekâr	123	3.1491	.32350		
	Dul/Boşanmış	21	3.0159	.28336		
	Toplam	230	3.1268	.32743		
(DKÖ) Kendini Cezalandırma	Evli	86	3.1434	.34600	.219	.804
	Bekâr	123	3.1423	.28921		
	Dul/Boşanmış	21	3.0952	.31434		
	Toplam	230	3.1384	.31275		
(DKÖ) Yeniden Değerlendirme	Evli	86	3.0000	.31829	.121	.886
	Bekâr	123	2.9770	.35344		
	Dul/Boşanmış	21	2.9921	.30946		
	Toplam	230	2.9870	.33562		
Düşünce Kontrol Toplam	Evli	86	2.9678	.20835	.316	.730
	Bekâr	123	2.9762	.18325		
	Dul/Boşanmış	21	2.9397	.22000		
	Toplam	230	2.9697	.19580		

4.12. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre OKB Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların medeni durum değişkenine göre OKB envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.12'ye bakıldığında OKB envanteri kontrol etme alt boyutunda puanların evli olanlar $3.64 \pm .34$, bekâr olanlar $3.61 \pm .36$, dul veya boşanmış olanlar $3.63 \pm .38$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.819$, $p>0,05$). OKB temizlik alt boyutunda puanların evli olanlar $3.84 \pm .27$, bekâr olanlar $3.78 \pm .34$, dul veya boşanmış olanlar $3.84 \pm .33$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.399$, $p>0,05$). OKB envanteri yavaşlık alt boyutunda puanların evli olanlar $3.65 \pm .36$, bekâr olanlar $3.58 \pm .43$, dul veya

boşanmış olanlar $3.60 \pm .34$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.509$, $p>0,05$). OKB envanteri kuşku alt boyutunda puanların evli olanlar $3.47 \pm .42$, bekâr olanlar $3.40 \pm .50$, dul veya boşanmış olanlar $3.38 \pm .39$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.571$, $p>0,05$). Son olarak OKB envanteri toplam puanlara baktığımızda evli olanlar $3.70 \pm .24$, bekâr olanlar $3.64 \pm .25$, dul veya boşanmış olanlar $3.66 \pm .23$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.215$, $p>0,05$).

Çizelge 4.12. Futbolcuların Medeni Durumlarına Göre OKB Envanteri Varyans Analizi Sonuçları (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	P
(OBS) Kontrol Etme	Evli	86	3.6499	.34826	.200	.819
	Bekâr	123	3.6179	.36524		
	Dul/Boşanmış	21	3.6349	.38191		
	Toplam	230	3.6314	.35924		
(OBS) Temizlik	Evli	86	3.8436	.27063	.922	.399
	Bekâr	123	3.7879	.34128		
	Dul/Boşanmış	21	3.8485	.33195		
	Toplam	230	3.8142	.31569		
(OBS) Yavaşlık	Evli	86	3.6545	.36436	.676	.509
	Bekâr	123	3.5889	.43730		
	Dul/Boşanmış	21	3.6054	.34078		
	Toplam	230	3.6149	.40281		
(OBS) Kuşku	Evli	86	3.4718	.42041	.561	.571
	Bekâr	123	3.4088	.50336		
	Dul/Boşanmış	21	3.3878	.39678		
	Toplam	230	3.4304	.46411		
Obsesion Toplam	Evli	86	3.7068	.24472	1.546	.215
	Bekâr	123	3.6451	.25523		
	Dul/Boşanmış	21	3.6680	.23455		
	Toplam	230	3.6703	.25016		

4.13. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların lisanslı futbol oynama yılı değişkenine göre batıl inanç ve davranış envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.13.'e bakıldığında batıl inanç ve davranış envanteri giyim görünüş alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı $3.50 \pm .42$, 12-15 yıl lisanslı $3.43 \pm .42$, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar $3.50 \pm .43$ olduğu görülmüştür. Bu

puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.418$, $p>0,05$). Bir diğer alt boyutumuz olan uğurlu sayılan nesnelere alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı $3.95\pm.40$, 12-15 yıl lisanslı $3.95\pm.26$, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar $3.98\pm.32$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.807$, $p>0,05$). Oyun ve karşılaşma öncesi alt boyutuna baktığımızda puanların 8-11 yıl lisanslı $3.95\pm.40$, 12-15 yıl lisanslı $3.95\pm.26$, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar $3.98\pm.32$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.807$, $p>0,05$). Batıl inanç ve davranış envanteri bir diğer alt boyutu olan oyun karşılaşma sırasında alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı $4.35\pm.95$, 12-15 yıl lisanslı $4.52\pm.47$, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar $4.44\pm.50$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.289$, $p>0,05$). Takım davranışları alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı $3.44\pm.62$, 12-15 yıl lisanslı $3.37\pm.69$, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar $3.53\pm.75$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.283$, $p>0,05$). Dua etme alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı $4.42\pm.54$, 12-15 yıl lisanslı $4.38\pm.53$, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar $4.26\pm.62$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.304$, $p>0,05$). Son olarak batıl inanç ve davranış envanteri toplam puanlara baktığımızda 8-11 yıl lisanslı $3.86\pm.33$, 12-15 yıl lisanslı $3.87\pm.21$, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar $3.91\pm.26$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.497$, $p>0,05$).

Çizelge 4.13. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	p
(BİDE) Giyim Görünüş	8-11 yıl	19	3.5053	.42094	.876	.418
	12-15 yıl	130	3.4300	.42856		
	16 ve üzeri yıl	81	3.5062	.43885		
	Toplam	230	3.4630	.43139		
(BİDE) Uğurlu Sayılan Nesnelere	8-11 yıl	19	3.9514	.40559	.214	.807
	12-15 yıl	130	3.9592	.26058		
	16 ve üzeri yıl	81	3.9848	.32600		
	Toplam	230	3.9676	.29745		
(BİDE) Oyun ve Karşılaşma Öncesi	8-11 yıl	19	3.9514	.40559	.214	.807
	12-15 yıl	130	3.9592	.26058		
	16 ve üzeri yıl	81	3.9848	.32600		
	Toplam	230	3.9676	.29745		
(BİDE) Oyun Karşılaşma Sırasında	8-11 yıl	19	4.3509	.94591	1.250	.289
	12-15 yıl	130	4.5282	.47284		
	16 ve üzeri yıl	81	4.4444	.50277		
	Toplam	230	4.4841	.53639		
(BİDE) Takım Davranışları	8-11 yıl	19	3.4474	.62126	1.271	.283
	12-15 yıl	130	3.3769	.69064		
	16 ve üzeri yıl	81	3.5370	.75737		
	Toplam	230	3.4391	.71064		
(BİDE) Dua Etme	8-11 yıl	19	4.4211	.54254	1.198	.304
	12-15 yıl	130	4.3821	.53654		
	16 ve üzeri yıl	81	4.2675	.62232		
	Toplam	230	4.3449	.56919		
Batıl İnanç Toplam	8-11 yıl	19	3.8620	.33429	.702	.497
	12-15 yıl	130	3.8775	.21175		
	16 ve üzeri yıl	81	3.9142	.26318		
	Toplam	230	3.8892	.24207		

4.14. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların lisanslı futbol oynama yılı değişkenine göre düşünce kontrol ölçeği analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.14.'e bakıldığında düşünce kontrol ölçeği dikkat dağıtma alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı $3.31 \pm .34$, 12-15 yıl lisanslı $3.22 \pm .28$, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar $3.23 \pm .34$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.523$, $p>0,05$). Düşünce kontrol ölçeği sosyal kontrol alt boyutunda puanların 8-11 yıl

lisanslı 2.38±.31, 12-15 yıl lisanslı 2.33±.28, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar 2.38±.31 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.565, p>0,05). Düşünce kontrol ölçeği bir diğer alt boyutu olan endişelenme alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı 3.16±.36, 12-15 yıl lisanslı 3.12±.32, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar 3.11±.32 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.841, p>0,05). Düşünce kontrol ölçeği kendini cezalandırma alt boyutuna baktığımızda puanların 8-11 yıl lisanslı 3.13±.30, 12-15 yıl lisanslı 3.16±.31, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar 3.10±.31 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.415, p>0,05). Düşünce kontrol ölçeği yeniden değerlendirme alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı 3.01±.36, 12-15 yıl lisanslı 2.97±.34, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar 2.99±.31 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.870, p>0,05). Son olarak düşünce kontrol ölçeği toplam puanlara baktığımızda puanların 8-11 yıl lisanslı 3.00±.22, 12-15 yıl lisanslı 2.96±.18, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar 2.96±.20 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.736, p>0,05).

Çizelge 4.14. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi (One Way Anova)

		n	\bar{x}	ss.	F	P
(DKÖ) Dikkat Dağıtma	8-11 yıl	19	3.3158	.34648	.651	.523
	12-15 yıl	130	3.2295	.27785		
	16 ve üzeri yıl	81	3.2366	.34547		
	Toplam	230	3.2391	.30848		
(DKÖ) Sosyal Kontrol	8-11 yıl	19	2.3860	.30958	.572	.565
	12-15 yıl	130	2.3372	.33169		
	16 ve üzeri yıl	81	2.3827	.31672		
	Toplam	230	2.3572	.32416		
(DKÖ) Endişelenme	8-11 yıl	19	3.1667	.36004	.174	.841
	12-15 yıl	130	3.1269	.32734		
	16 ve üzeri yıl	81	3.1173	.32323		
	Toplam	230	3.1268	.32743		
(DKÖ) Kendini Cezalandırma	8-11 yıl	19	3.1316	.30215	.882	.415
	12-15 yıl	130	3.1615	.31193		
	16 ve üzeri yıl	81	3.1029	.31685		
	Toplam	230	3.1384	.31275		
(DKÖ) Yeniden Değerlendirme	8-11 yıl	19	3.0175	.36807	.139	.870
	12-15 yıl	130	2.9782	.34313		
	16 ve üzeri yıl	81	2.9938	.31890		
	Toplam	230	2.9870	.33562		
Düşünce Kontrol Toplam	8-11 yıl	19	3.0035	.22275	.307	.736
	12-15 yıl	130	2.9667	.18594		
	16 ve üzeri yıl	81	2.9667	.20622		
	Toplam	230	2.9697	.19580		

4.15. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre OKB Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların lisanslı futbol oynama yılı değişkenine göre OKB envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.15.'e bakıldığında OKB envanteri kontrol etme alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı $3.72 \pm .31$, 12-15 yıl lisanslı $3.60 \pm .38$, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar $3.65 \pm .32$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.301$, $p>0,05$). OKB envanteri temizlik alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı $3.99 \pm .24$, 12-15 yıl lisanslı $3.78 \pm .32$, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar $3.81 \pm .29$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.027$, $p<0,05$). OKB envanteri yavaşlık alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı $3.62 \pm .52$, 12-15

yıl lisanslı 3.60±.40, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar 3.62±.37 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.939, p>0,05). OKB envanteri kuşku alt boyutunda puanların 8-11 yıl lisanslı 3.48±.53, 12-15 yıl lisanslı 3.92±.47, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar 3.47±.42 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.366, p>0,05). Son olarak OKB envanteri toplam puanlara baktığımızda ise 8-11 yıl lisanslı 3.73±.28, 12-15 yıl lisanslı 3.65±.24, 16 yıl ve üzeri lisanslı olanlar 3.68±.24 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.300, p>0,05).

Çizelge 4.15. Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Yılına Göre OKB Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	P	Tukey
(OBS) Kontrol Etme	8-11 yıl	19	3.7251	.31940	1.208	.301	
	12-15 yıl	130	3.6034	.38139			
	16 ve üzeri yıl	81	3.6543	.32867			
	Toplam	230	3.6314	.35924			
(OBS) Temizlik	8-11 yıl ¹	19	3.9952	.24332	3.675	.027	1-2
	12-15 yıl ²	130	3.7874	.32954			
	16 ve üzeri yıl ³	81	3.8148	.29648			
	Toplam	230	3.8142	.31569			
(OBS) Yavaşlık	8-11 yıl	19	3.6241	.52210	.063	.939	
	12-15 yıl	130	3.6066	.40094			
	16 ve üzeri yıl	81	3.6261	.37902			
	Toplam	230	3.6149	.40281			
(OBS) Kuşku	8-11 yıl	19	3.4812	.53071	1.009	.366	
	12-15 yıl	130	3.3923	.47441			
	16 ve üzeri yıl	81	3.4797	.42994			
	Toplam	230	3.4304	.46411			
Obsesion Toplam	8-11 yıl	19	3.7354	.28497	1.211	.300	
	12-15 yıl	130	3.6507	.24831			
	16 ve üzeri yıl	81	3.6864	.24402			
	Toplam	230	3.6703	.25016			

4.16. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların profesyonel lisanslı futbol oynama yılı değişkenine göre batıl inanç ve davranış envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.16.'ya bakıldığında batıl inanç ve davranış envanteri giyim görünüş alt boyutunda

puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı 3.43±.44, 5-9 yıl profesyonel lisanslı 3.42±.44, 10-14 yıl profesyonel lisanslı 3.52±.42, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar 3.54±.40 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.386, p>0,05). Uğurlu sayılan nesnelere alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı 3.97±.28, 5-9 yıl profesyonel lisanslı 3.94±.26, 10-14 yıl profesyonel lisanslı 4.01±.36, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar 3.93±.30 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.665, p>0,05). Oyun karşılaşma öncesi alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı 3.97±.28, 5-9 yıl profesyonel lisanslı 3.94±.26, 10-14 yıl profesyonel lisanslı 4.01±.36, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar 3.93±.30 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.665, p>0,05). Bir diğer alt boyutumuz olan oyun karşılaşma sırasında alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı 4.47±.58, 5-9 yıl profesyonel lisanslı 4.43±.49, 10-14 yıl profesyonel lisanslı 4.46±.59, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar 4.62±.37 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.369, p>0,05). Takım davranımları alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı 3.35±.71, 5-9 yıl profesyonel lisanslı 3.41±.66, 10-14 yıl profesyonel lisanslı 3.61±.69, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar 3.50±.76 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.216, p>0,05). Dua etme alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı 4.45±.52, 5-9 yıl profesyonel lisanslı 4.15±.62, 10-14 yıl profesyonel lisanslı 4.28±.58, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar 4.43±.48 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir (p=.010, p<0,05). Son olarak batıl inanç ve davranış envanteri toplam puanlara baktığımızda 1-4 yıl profesyonel lisanslı 3.87±.24, 5-9 yıl profesyonel lisanslı 3.85±.22, 10-14 yıl profesyonel lisanslı 3.94±.26, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar 3.92±.22 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.248, p>0,05).

Çizelge 4.16. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova)

		n	\bar{x}	ss.	f	P	Tukey
(BİDE) Giyim Görünüş	1-4 yıl	94	3.4330	.43808	1.016	.386	
	5-9 yıl	59	3.4203	.44170			
	10-14 yıl	42	3.5262	.42602			
	15 yıl ve üzeri	35	3.5400	.40015			
	Toplam	230	3.4630	.43139			
(BİDE) Uğurlu Sayılan Nesnelere	1-4 yıl	94	3.9722	.28311	.526	.665	
	5-9 yıl	59	3.9492	.26670			
	10-14 yıl	42	4.0110	.36421			
	15 yıl ve üzeri	35	3.9341	.30207			
	Toplam	230	3.9676	.29745			
(BİDE) Oyun ve Karşılaşma Öncesi	1-4 yıl	94	3.9722	.28311	.526	.665	
	5-9 yıl	59	3.9492	.26670			
	10-14 yıl	42	4.0110	.36421			
	15 yıl ve üzeri	35	3.9341	.30207			
	Toplam	230	3.9676	.29745			
(BİDE) Oyun Karşılaşma Sırasında	1-4 yıl	94	4.4716	.58334	1.056	.369	
	5-9 yıl	59	4.4350	.49229			
	10-14 yıl	42	4.4603	.59333			
	15 yıl ve üzeri	35	4.6286	.37722			
	Toplam	230	4.4841	.53639			
(BİDE) Takım Davranışları	1-4 yıl	94	3.3511	.71778	1.496	.216	
	5-9 yıl	59	3.4153	.66406			
	10-14 yıl	42	3.6190	.69677			
	15 yıl ve üzeri	35	3.5000	.76696			
	Toplam	230	3.4391	.71064			
(BİDE) Dua Etme	1-4 yıl ¹	94	4.4539	.52841	3.870	.010	1-2
	5-9 yıl ²	59	4.1582	.62623			
	10-14 yıl ³	42	4.2857	.58236			
	15 yıl ve üzeri	35	4.4381	.48353			
	Toplam	230	4.3449	.56919			
Batıl İnanç Toplam	1-4 yıl	94	3.8744	.24431	1.384	.248	
	5-9 yıl	59	3.8557	.22398			
	10-14 yıl	42	3.9421	.26846			
	15 yıl ve üzeri	35	3.9220	.22762			
	Toplam	230	3.8892	.24207			

4.17. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların profesyonel lisanslı futbol oynama yılı değişkenine göre düşünce kontrol ölçeği analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.17.'ye bakıldığında düşünce kontrol ölçeği dikkat dağıtma alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı $3.26 \pm .30$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $3.25 \pm .27$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $3.19 \pm .31$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $3.20 \pm .43$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.581$, $p>0,05$). Sosyal kontrol alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı $2.35 \pm .32$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $2.33 \pm .32$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $2.36 \pm .31$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $2.39 \pm .32$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.817$, $p>0,05$). Endişelenme alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı $3.15 \pm .32$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $3.10 \pm .35$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $3.13 \pm .27$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $3.06 \pm .34$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.505$, $p>0,05$). Kendini cezalandırma alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı $3.12 \pm .31$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $3.21 \pm .27$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $3.18 \pm .27$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $3.00 \pm .35$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.009$, $p<0,05$). Yeniden değerlendirme alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı $2.99 \pm .36$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $2.98 \pm .30$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $2.99 \pm .30$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $2.95 \pm .33$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.923$, $p>0,05$). Son olarak düşünce kontrol ölçeği toplam puanlara baktığımızda 1-4 yıl profesyonel lisanslı $2.97 \pm .18$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $2.97 \pm .19$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $2.97 \pm .14$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $2.92 \pm .25$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.502$, $p>0,05$).

Çizelge 4.17. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	p	Tukey
(DKÖ) Dikkat Dağıtma	1-4 yıl	94	3.2624	.30280	.654	.581	
	5-9 yıl	59	3.2542	.27570			
	10-14 yıl	42	3.1984	.31069			
	15 yıl ve üzeri	35	3.2000	.37224			
	Toplam	230	3.2391	.30848			
(DKÖ) Sosyal Kontrol	1-4 yıl	94	2.3546	.32721	.312	.817	
	5-9 yıl	59	2.3305	.32971			
	10-14 yıl	42	2.3690	.31351			
	15 yıl ve üzeri	35	2.3952	.32861			
	Toplam	230	2.3572	.32416			
(DKÖ) Endişelenme	1-4 yıl	94	3.1578	.32459	.782	.505	
	5-9 yıl	59	3.1045	.35544			
	10-14 yıl	42	3.1389	.27526			
	15 yıl ve üzeri	35	3.0667	.34584			
	Toplam	230	3.1268	.32743			
(DKÖ) Kendini Cezalandırma	1-4 yıl ¹	94	3.1223	.31696	3.929	.009	2-4 ve 3-4
	5-9 yıl ²	59	3.2119	.27652			
	10-14 yıl ³	42	3.1865	.27841			
	15 yıl ve üzeri ⁴	35	3.0000	.35700			
	Toplam	230	3.1384	.31275			
(DKÖ) Yeniden Değerlendirme	1-4 yıl	94	2.9982	.36783	.161	.923	
	5-9 yıl	59	2.9859	.30527			
	10-14 yıl	42	2.9921	.30567			
	15 yıl ve üzeri	35	2.9524	.33958			
	Toplam	230	2.9870	.33562			
Düşünce Kontrol Toplam	1-4 yıl	94	2.9791	.18970	.787	.502	
	5-9 yıl	59	2.9774	.19431			
	10-14 yıl	42	2.9770	.14898			
	15 yıl ve üzeri	35	2.9229	.25677			
	Toplam	230	2.9697	.19580			

4.18. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre OKB Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların profesyonel lisanslı futbol oynama yılı değişkenine göre OKB envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.18.'e bakıldığında OKB envanteri kontrol etme alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı $3.59\pm.37$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $3.62\pm.33$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $3.61\pm.35$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $3.77\pm.33$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.075$, $p>0,05$). OKB envanteri temizlik alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı $3.77\pm.33$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $3.82\pm.29$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $3.78\pm.28$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $3.93\pm.31$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.084$, $p>0,05$). OKB envanteri yavaşlık alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı $3.56\pm.42$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $3.64\pm.39$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $3.58\pm.37$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $3.73\pm.38$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.178$, $p>0,05$). OKB envanteri kuşku alt boyutunda puanların 1-4 yıl profesyonel lisanslı $3.36\pm.46$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $3.42\pm.49$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $3.47\pm.41$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $3.56\pm.44$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.158$, $p>0,05$). Son olarak OKB envanteri toplam puanlara baktığımızda 1-4 yıl profesyonel lisanslı $3.62\pm.25$, 5-9 yıl profesyonel lisanslı $3.66\pm.24$, 10-14 yıl profesyonel lisanslı $3.67\pm.20$, 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar $3.56\pm.44$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.019$, $p<0,05$).

Çizelge 4.18. Futbolcuların Profesyonel Futbol Oynama Yılına Göre OKB Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	P	Tukey
(OBS) Kontrol Etme	1-4 yıl	94	3.5910	.37484	2.329	.075	
	5-9 yıl	59	3.6215	.33911			
	10-14 yıl	42	3.6164	.35068			
	15 yıl ve üzeri	35	3.7746	.33818			
	Toplam	230	3.6314	.35924			
(OBS) Temizlik	1-4 yıl	94	3.7776	.33239	2.248	.084	
	5-9 yıl	59	3.8243	.29907			
	10-14 yıl	42	3.7835	.28178			
	15 yıl ve üzeri	35	3.9325	.31825			
	Toplam	230	3.8142	.31569			
(OBS) Yavaşlık	1-4 yıl	94	3.5669	.42184	1.655	.178	
	5-9 yıl	59	3.6416	.39291			
	10-14 yıl	42	3.5850	.37573			
	15 yıl ve üzeri	35	3.7347	.38605			
	Toplam	230	3.6149	.40281			
(OBS) Kuşku	1-4 yıl	94	3.3632	.46876	1.747	.158	
	5-9 yıl	59	3.4286	.49273			
	10-14 yıl	42	3.4728	.41198			
	15 yıl ve üzeri	35	3.5633	.44498			
	Toplam	230	3.4304	.46411			
Obsesion Toplam	1-4 yıl ¹	94	3.6279	.25509	3.368	.019	1-4
	5-9 yıl ²	59	3.6697	.24567			
	10-14 yıl ³	42	3.6718	.20309			
	15 yıl ve üzeri ⁴	35	3.7830	.26975			
	Toplam	230	3.6703	.25016			

4.19. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların lig seviyesi değişkenine göre batıl inanç ve davranış envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.19.'a bakıldığında batıl inanç ve davranış envanteri giyim görünüş alt boyutunda puanların Süper lig $3.58 \pm .35$, 1.Lig $3.72 \pm .27$, 2.Lig $3.39 \pm .52$, 3.Lig $3.36 \pm .55$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.000$, $p<0,05$). Uğurlu sayılan nesnelere alt boyutunda puanların Süper lig $3.91 \pm .26$, 1.Lig $3.97 \pm .24$, 2.Lig $4.00 \pm .34$, 3.Lig $3.94 \pm .28$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.444$, $p>0,05$). Oyun karşılaşma

öncesi alt boyutunda puanların Süper lig $3.91 \pm .26$, 1.Lig $3.97 \pm .24$, 2.Lig $4.00 \pm .34$, 3.Lig $3.94 \pm .28$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.444$, $p>0,05$). Bir diğer oyun karşılaşma sırasında alt boyutunda puanların Süper lig $3.68 \pm .37$, 1.Lig $4.43 \pm .58$, 2.Lig $4.42 \pm .60$, 3.Lig $4.47 \pm .48$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.102$, $p>0,05$). Takım davranımları alt boyutunda puanların Süper lig $3.44 \pm .74$, 1.Lig $3.57 \pm .261$, 2.Lig $3.61 \pm .79$, 3.Lig $3.20 \pm .57$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.001$, $p<0,05$). Dua etme alt boyutunda puanların Süper lig $4.50 \pm .48$, 1.Lig $3.96 \pm .58$, 2.Lig $4.30 \pm .65$, 3.Lig $4.48 \pm .41$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.000$, $p<0,05$). Son olarak batıl inanç ve davranış envanteri toplam puanlara baktığımızda Süper lig $3.94 \pm .20$, 1.Lig $3.94 \pm .18$, 2.Lig $3.89 \pm .29$, 3.Lig $3.83 \pm .20$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.034$, $p<0,05$).

Çizelge 4.19. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova)

		n	x̄	ss.	f	P	Tukey
(BİDE) Giyim Görünüş	Süper Lig ¹	35	3.5857	.35326	7.683	.000	1-4
	1.Lig ²	34	3.7235	.27750			2-3
	2.Lig ³	81	3.3963	.52236			2-4
	3.Lig ⁴	80	3.3663	.35683			
	Toplam	230	3.4630	.43139			
(BİDE) Uğurlu Sayılan Nesnelere	Süper Lig	35	3.9187	.26182	.896	.444	
	1.Lig	34	3.9706	.24619			
	2.Lig	81	4.0066	.34319			
	3.Lig	80	3.9481	.28171			
	Toplam	230	3.9676	.29745			
(BİDE) Oyun ve Karşılaşma Öncesi	Süper Lig	35	3.9187	.26182	.896	.444	
	1.Lig	34	3.9706	.24619			
	2.Lig	81	4.0066	.34319			
	3.Lig	80	3.9481	.28171			
	Toplam	230	3.9676	.29745			
(BİDE) Oyun Karşılaşma Sırasında	Süper Lig	35	4.6857	.37870	2.090	.102	
	1.Lig	34	4.4314	.58907			
	2.Lig	81	4.4280	.60377			
	3.Lig	80	4.4750	.48544			
	Toplam	230	4.4841	.53639			
(BİDE) Takım Davranışları	Süper Lig ¹	35	3.4429	.74529	5.419	.001	
	1.Lig ²	34	3.5735	.61708			2-4
	2.Lig ³	81	3.6173	.79558			3-4
	3.Lig ⁴	80	3.2000	.57147			
	Toplam	230	3.4391	.71064			
(BİDE) Dua Etme	Süper Lig ¹	35	4.5048	.48757	8.603	.000	1-2
	1.Lig ²	34	3.9608	.58468			2-3
	2.Lig ³	81	4.3004	.65108			2-4
	3.Lig ⁴	80	4.4833	.41048			
	Toplam	230	4.3449	.56919			
Batıl İnanç Toplam	Süper Lig ¹	35	3.9467	.20682	2.941	.034	
	1.Lig ²	34	3.9467	.18907			1-4
	2.Lig ³	81	3.8976	.29152			3-4
	3.Lig ⁴	80	3.8311	.20995			
	Toplam	230	3.8892	.24207			

4.20. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların lig seviyesi değişkenine düşünce kontrol ölçeği analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.20.'ye bakıldığında düşünce kontrol ölçeği dikkat dağıtma alt boyutunda puanların Süper lig $3.26 \pm .34$, 1.Lig $3.18 \pm .27$, 2.Lig $3.25 \pm .27$, 3.Lig $3.23 \pm .33$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.627$, $p>0,05$). Sosyal kontrol alt boyutunda puanların Süper lig $2.32 \pm .34$, 1.Lig $2.35 \pm .28$, 2.Lig $2.39 \pm .31$, 3.Lig $2.23 \pm .34$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.635$, $p>0,05$). Endişelenme alt boyutunda puanların Süper lig $3.01 \pm .36$, 1.Lig $3.05 \pm .31$, 2.Lig $3.17 \pm .28$, 3.Lig $3.15 \pm .34$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.037$, $p<0,05$). Kendini cezalandırma alt boyutunda puanların Süper lig $2.99 \pm .36$, 1.Lig $3.12 \pm .29$, 2.Lig $3.20 \pm .23$, 3.Lig $3.13 \pm .34$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.009$, $p<0,05$). Yeniden değerlendirme alt boyutunda puanların Süper lig $2.90 \pm .35$, 1.Lig $3.02 \pm .24$, 2.Lig $3.01 \pm .33$, 3.Lig $2.97 \pm .35$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.371$, $p>0,05$). Son olarak düşünce kontrol ölçeği toplam puanlara baktığımızda Süper lig $2.90 \pm .25$, 1.Lig $2.94 \pm .15$, 2.Lig $3.01 \pm .14$, 3.Lig $2.96 \pm .21$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.039$, $p>0,05$).

Çizelge 4.20. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Varyans Analizi (One Way Anova)

		n	\bar{x}	ss.	f	p	Tukey
(DKÖ) Dikkat Dağıtma	Süper Lig	35	3.2619	.34605	.582	.627	
	1.Lig	34	3.1814	.27020			
	2.Lig	81	3.2593	.27639			
	3.Lig	80	3.2333	.33815			
	Toplam	230	3.2391	.30848			
(DKÖ) Sosyal Kontrol	Süper Lig	35	2.3238	.34286	.570	.635	
	1.Lig	34	2.3578	.28466			
	2.Lig	81	2.3930	.31766			
	3.Lig	80	2.3354	.34011			
	Toplam	230	2.3572	.32416			
(DKÖ) Endişelenme	Süper Lig ¹	35	3.0143	.36239	2.881	.037	1-3
	1.Lig ²	34	3.0539	.31173			
	2.Lig ³	81	3.1790	.28232			
	3.Lig ⁴	80	3.1542	.34857			
	Toplam	230	3.1268	.32743			
(DKÖ) Kendini Cezalandırma	Süper Lig ¹	35	2.9952	.36712	3.951	.009	1-3
	1.Lig ²	34	3.1225	.29675			
	2.Lig ³	81	3.2078	.23501			
	3.Lig ⁴	80	3.1375	.34451			
	Toplam	230	3.1384	.31275			
(DKÖ) Yeniden Değerlendirme	Süper Lig	35	2.9048	.35993	1.051	.371	
	1.Lig	34	3.0294	.24090			
	2.Lig	81	3.0123	.33827			
	3.Lig	80	2.9792	.35517			
	Toplam	230	2.9870	.33562			
Düşünce Kontrol Toplam	Süper Lig ¹	35	2.9000	.25231	2.834	.039	1-3
	1.Lig ²	34	2.9490	.15896			
	2.Lig ³	81	3.0103	.14526			
	3.Lig ⁴	80	2.9679	.21858			
	Toplam	230	2.9697	.19580			

4.21. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre OKB Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların lig seviyesi değişkenine OKB envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.21.'e bakıldığında OKB envanteri kontrol etme alt boyutunda puanların Süper lig $3.67\pm.37$, 1.Lig $3.70\pm.37$, 2.Lig $3.48\pm.32$, 3.Lig $3.73\pm.33$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.000$, $p<0,05$). Temizlik alt boyutunda puanların Süper lig $3.81\pm.38$, 1.Lig $3.82\pm.28$, 2.Lig $3.69\pm.28$, 3.Lig $3.92\pm.29$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.000$, $p<0,05$). kontrol etme alt boyutunda puanların Süper lig $3.67\pm.37$, 1.Lig $3.70\pm.37$, 2.Lig $3.48\pm.32$, 3.Lig $3.73\pm.33$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.000$, $p<0,05$). Yavaşlık alt boyutunda puanların Süper lig $3.64\pm.52$, 1.Lig $3.69\pm.30$, 2.Lig $3.47\pm.37$, 3.Lig $3.70\pm.37$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.001$, $p<0,05$). Kuşku alt boyutunda puanların Süper lig $3.54\pm.55$, 1.Lig $3.49\pm.41$, 2.Lig $3.55\pm.19$, 3.Lig $3.75\pm.22$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.000$, $p<0,05$). Son olarak OKB envanteri toplam puanlara bakacak olursak Süper lig $3.71\pm.35$, 1.Lig $3.71\pm.18$, 2.Lig $3.55\pm.19$, 3.Lig $3.75\pm.22$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.034$, $p<0,05$).

Çizelge 4.21. Futbolcuların Lig Seviyesine Göre OKB Envanteri Varyans Analizi (One Way Anova)

		n	\bar{x}	ss.	f	p	Tukey
(OBS) Kontrol Etme	Süper Lig ¹	35	3.6794	.37319	8.316	.000	1-3
	1.Lig ²	34	3.7026	.37973			
	2.Lig ³	81	3.4801	.32386			
	3.Lig ⁴	80	3.7333	.33244			
	Toplam	230	3.6314	.35924			
(OBS) Temizlik	Süper Lig ¹	35	3.8182	.38253	7.984	.000	3-4
	1.Lig ²	34	3.8289	.28021			
	2.Lig ³	81	3.6947	.28031			
	3.Lig ⁴	80	3.9273	.29303			
	Toplam	230	3.8142	.31569			
(OBS) Yavaşlık	Süper Lig ¹	35	3.6449	.52360	5.448	.001	2-3
	1.Lig ²	34	3.6933	.30281			
	2.Lig ³	81	3.4762	.37184			
	3.Lig ⁴	80	3.7089	.37724			
	Toplam	230	3.6149	.40281			
(OBS) Kuşku	Süper Lig ¹	35	3.5429	.55847	3.040	.030	1-3
	1.Lig ²	34	3.4958	.41200			
	2.Lig ³	81	3.3104	.43259			
	3.Lig ⁴	80	3.4750	.45334			
	Toplam	230	3.4304	.46411			
Obsesion Toplam	Süper Lig ¹	35	3.7181	.35923	10.862	.000	1-3
	1.Lig ²	34	3.7146	.18248			
	2.Lig ³	81	3.5516	.19484			
	3.Lig ⁴	80	3.7507	.22506			
	Toplam	230	3.6703	.25016			

4.22. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları ile Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların totemlerinin olup olmama durumlarına göre batıl inanç ve davranış envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.22.'ye bakıldığında batıl inanç ve davranış envanteri giyim görünüş alt boyutunda puanların totemim var $3.48 \pm .43$, totemim yok $3.40 \pm .42$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.241, p=240, p>0,05$). Uğurlu sayılan nesnelere alt boyutunda puanların totemim var $3.98 \pm .29$, totemim yok $3.90 \pm .30$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark

olmadığı belirlenmiştir ($p=.072, p=.079, p>0,05$). Oyun karşılaşma öncesi alt boyutunda puanların totemim var $3.98\pm.29$, totemim yok $3.90\pm.30$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.072, p=.079, p>0,05$). Oyun karşılaşma sırasında alt boyutunda puanların totemim var $4.54\pm.46$, totemim yok $4.32\pm.66$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.005, p=.019, p<0,05$). Takım davranımları alt boyutunda puanların totemim var $3.47\pm.74$, totemim yok $3.35\pm.61$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.275, p=.236, p>0,05$). Son olarak batıl inanç ve davranış envanteri toplam puanlara baktığımızda totemim var $3.91\pm.23$, totemim yok $3.82\pm.24$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.366, p=.178, p>0,05$).

Çizelge 4.22. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları ile Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Analizleri (T Testi)

	Totem	n	\bar{x}	ss.	t	p
(BİDE) Giyim	Var	168	3,4833	,43246	1,175	,241
Görünüş	Yok	62	3,4081	,42707	1,182	,240
(BİDE) Uğurlu	Var	168	3,9890	,29262	1,809	,072
Sayılan Nesnelere	Yok	62	3,9094	,30501	1,775	,079
(BİDE) Oyun ve	Var	168	3,9890	,29262	1,809	,072
Karşılaşma Öncesi	Yok	62	3,9094	,30501	1,775	,079
(BİDE) Oyun	Var	168	4,5437	,46795	2,815	,005
Karşılaşma Sırasında	Yok	62	4,3226	,66658	2,402	,019
(BİDE) Takım	Var	168	3,4702	,74162	1,093	,275
Davranımları	Yok	62	3,3548	,61662	1,190	,236
(BİDE) Dua Etme	Var	168	4,3671	,54552	,971	,333
	Yok	62	4,2849	,62970	,909	,366
Batıl İnanç Toplam	Var	168	3,9141	,23538	1,775	,366
	Yok	62	3,8217	,24893	2,815	,178

4.23. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları ile Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların totemlerinin olup olmama durumlarına göre düşünce kontrol ölçeği analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.23.'e bakıldığında düşünce kontrol ölçeği dikkat dağıtma alt boyutunda puanların totemim var $3.22\pm.30$, totemim yok $3.27\pm.31$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde

anlamli bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.296, p=305, p>0,05$). Sosyal kontrol alt boyutunda puanların totemim var $2.34\pm.32$, totemim yok $2.38\pm.33$ olduğu grlmştir. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamli bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.356, p=366, p>0,05$). Endişelenme alt boyutunda puanların totemim var $3.10\pm.33$, totemim yok $3.17\pm.29$ olduğu grlmştir. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamli bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.178, p=241, p>0,05$). Kendini cezalandırma alt boyutunda puanların totemim var $3.11\pm.30$, totemim yok $3.20\pm.32$ olduğu grlmştir. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamli bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.240, p=.072, p>0,05$). Yeniden değerlendirme alt boyutunda puanların totemim var $2.97\pm.33$, totemim yok $3.01\pm.32$ olduğu grlmştir. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamli bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.079, p=.072, p>0,05$). Son olarak düşünce kontrol leği toplam puanlara baktığımızda totemim var $2.95\pm.19$, totemim yok $3.01\pm.19$ olduğu grlmştir. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamli bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.241, p=240, p>0,05$).

Çizelge 4.23. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları Düşünce Kontrol leği Analizleri (T Testi)

	Totem	n	\bar{x}	ss.	t	p
(DK) Dikkat	Var	168	3,2262	,30536	-1,047	,296
Dağıtma	Yok	62	3,2742	,31665	-1,030	,305
(DK) Sosyal	Var	168	2,3452	,32091	-,925	,356
Kontrol	Yok	62	2,3898	,33326	-,908	,366
(DK) Endişelenme	Var	168	3,1091	,33779	-1,351	,178
	Yok	62	3,1747	,29481	-1,438	,241
(DK) Kendini	Var	168	3,1121	,30438	-2,115	,240
Cezalandırma	Yok	62	3,2097	,32634	-2,048	,072
(DK) Yeniden	Var	168	2,9772	,33874	-,726	,079
Değerlendirme	Yok	62	3,0134	,32824	-,737	,072
Düşünce Kontrol	Var	168	2,9540	,19436	2,402	,241
Toplam	Yok	62	3,0124	,19485	1,093	,240

4.24. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları ile OKB Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların totemlerinin olup olmama durumlarına göre OKB envanteri analiz sonuçlarını gösteren izelge 4.24.'e bakıldığında OKB envanteri kontrol etme alt boyutunda puanların totemim var $3.62\pm.36$, totemim yok $3.64\pm.34$ olduğu

görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.079, p=005, p<0,05$). Temizlik alt boyutunda puanların totemim var $3.82\pm.31$, totemim yok $3.78\pm.32$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.019, p=.275, p<0,05$). Yavaşlık alt boyutunda puanların totemim var $3.61\pm.41$, totemim yok $3.60\pm.38$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.236, p=.333, p>0,05$). Kuşku alt boyutunda puanların totemim var $3.44\pm.48$, totemim yok $3.39\pm.41$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.366, p=.296, p>0,05$). Son olarak OKB envanteri toplam puanlara baktığımızda totemim var $3.67\pm.25$, totemim yok $3.66\pm.24$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir ($p=.305, p=.356, p>0,05$).

Çizelge 4.24. Futbolcuların Totemlerinin Olup Olmama Durumları OKB Envanteri Analizleri (T Testi)

	Totem	n	\bar{x}	ss	t	p
(OBS) Kontrol Etme	Var	168	3,6263	,36588	-,352	,079
	Yok	62	3,6452	,34311	-,363	,005
(OBS) Temizlik	Var	168	3,8247	,31169	,825	,019
	Yok	62	3,7859	,32720	,807	,275
(OBS) Yavaşlık	Var	168	3,6173	,41165	,151	,236
	Yok	62	3,6083	,38099	1,175	,333
(OBS) Kuşku	Var	168	3,4422	,48065	1,182	,366
	Yok	62	3,3986	,41801	1,809	,296
Obsesion Toplam	Var	168	3,6713	,25361	1,775	,305
	Yok	62	3,6674	,24256	1,809	,356

4.25. Araştırmaya Katılan Futbolcuların Uyuşuna Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların uyruk değişkenine göre batıl inanç ve davranış envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.25.'e bakıldığında batıl inanç ve davranış envanteri giyim görünüş alt boyutunda puanların T.C. $3.45\pm.44$, Yabancı $3.55\pm.27$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.276, p=.123, p>0,05$). Uğurlu sayılan nesnelere alt boyutunda puanların T.C. $3.97\pm.30$, Yabancı $3.90\pm.23$ olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p=.282, p=.195$).

p>0,05). Oyun karşılaşma öncesi alt boyutunda puanların T.C. 3.97±.30, Yabancı 3.90±.23 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.282,p=195 p>0,05). Oyun karşılaşma sırasında alt boyutunda puanların T.C. 4.45±.54, Yabancı 4.73±.42 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir (p=.012,p=004 p<0,05). Takım davranımları alt boyutunda puanların T.C. 3.42±.70, Yabancı 3.51±.78 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.543,p=579 p>0,05). Dua etme alt boyutunda puanların T.C. 4.33±.56, Yabancı 4.39±.57 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.619,p=623 p>0,05). Son olarak batıl inanç ve davranış envanteri toplam puanlara baktığımızda T.C. 3.88±.24, Yabancı 3.90±.17 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.700,p=623 p>0,05).

Çizelge 4.25. Futbolcuların Uyuğuna Göre Batıl İnanç ve Davranış Envanteri Analizleri (T Testi)

	Uyruk	n	\bar{x}	ss.	t	p
(BİDE) Giyim	T.C.	204	3.4520	.44671	-1.092	.276
Görünüş	Yabancı	26	3.5500	.27459	-1.574	.123
(BİDE) Uğurlu	T.C.	204	3.9751	.30420	1.079	.282
Sayılan Nesnelere	Yabancı	26	3.9083	.23435	1.319	.195
(BİDE) Oyun ve	T.C.	204	3.9751	.30420	1.079	.282
Karşılaşma Öncesi	Yabancı	26	3.9083	.23435	1.319	.195
(BİDE) Oyun	T.C.	204	4.4526	.54209	-2.519	.012
Karşılaşma Sırasında	Yabancı	26	4.7308	.42184	-3.056	.004
(BİDE) Takım	T.C.	204	3.4289	.70263	-.609	.543
Davranımları	Yabancı	26	3.5192	.78078	-.562	.579
(BİDE) Dua Etme	T.C.	204	4.3382	.56969	-.499	.619
	Yabancı	26	4.3974	.57364	-.496	.623
Düşünce Kontrol	T.C.	204	2.9763	.19417	1.435	.153
Toplam	Yabancı	26	2.9179	.20466	1.377	.178

4.26. Araştırmaya Katılan Futbolcuların Uyuğuna Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların uyruk değişkenine göre düşünce kontrol ölçeği analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.26.'ya bakıldığında düşünce kontrol ölçeği dikkat

dağıtma alt boyutunda puanların T.C. 3.23±.30, Yabancı 3.23±.30 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.973,p=.972 p>0,05). Sosyal kontrol alt boyutunda puanların T.C. 2.36±.32, Yabancı 2.33±.33 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.691,p=.699 p>0,05). Endişelenme alt boyutunda puanların T.C. 3.13±.33, Yabancı 3.06±.27 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.301,p=.237 p>0,05). Kendini cezalandırma alt boyutunda puanların T.C. 3.15±.30, Yabancı 3.00±.32 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir (p=.022,p=.033 p<0,05). Yeniden değerlendir alt boyutunda puanların T.C. 2.99±.34, Yabancı 2.94±.29 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.538,p=.498 p>0,05). Son olarak düşünce kontrol ölçeği toplam puanlara baktığımızda T.C. 2.97±.19, Yabancı 2.91±.20 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.153,p=.178 p>0,05).

Çizelge 4.26. Araştırmaya Katılan Futbolcuların Uyruğuna Göre Düşünce Kontrol Ölçeği Analizleri (T Testi)

	Uyruk	n	\bar{x}	ss.	t	p
(DKÖ) Dikkat	T.C.	204	3.2394	.30997	.034	.973
Dağıtma	Yabancı	26	3.2372	.30248	.035	.972
(DKÖ) Sosyal	T.C.	204	2.3603	.32368	.399	.691
Kontrol	Yabancı	26	2.3333	.33333	.390	.699
(DKÖ)	T.C.	204	3.1348	.33324	1.037	.301
Endişelenme	Yabancı	26	3.0641	.27518	1.202	.237
(DKÖ) Kendini	T.C.	204	3.1552	.30839	2.306	.022
Cezalandırma	Yabancı	26	3.0064	.32139	2.234	.033
(DKÖ) Yeniden	T.C.	204	2.9918	.34054	.616	.538
Değerlendirme	Yabancı	26	2.9487	.29728	.684	.498
Düşünce Kontrol	T.C.	204	2.9763	.19417	1.435	.153
Toplam	Yabancı	26	2.9179	.20466	1.377	.178

4.27. Araştırmaya Katılan Futbolcuların Uyruğuna Göre OKB Envanteri Bulguları

Araştırmamıza katılan futbolcuların uyruk değişkenine göre OKB envanteri analiz sonuçlarını gösteren çizelge 4.27'ye bakıldığında OKB envanteri kontrol etme alt boyutunda puanların T.C. 3.61±.35, Yabancı 3.78±.33 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark belirlenmiştir (p=.019,p=.020 p<0,05).

Temizlik alt boyutunda puanların T.C. 3.81±.31, Yabancı 3.78±.33 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.638,p=.653 p>0,05). Yavaşlık alt boyutunda puanların T.C. 3.60±.40, Yabancı 3.67±.39 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.414,p=.415 p>0,05). Kuşku alt boyutunda puanların T.C. 3.42±.47, Yabancı 3.46±.40 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.670,p=.636 p>0,05). Son olarak OKB envanteri toplam puanlara baktığımızda T.C. 3.66±.24, Yabancı 3.68±.27 olduğu görülmüştür. Bu puan ortalamaları istatistiksel açıdan analiz edildiğinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p=.733,p=.757 p>0,05).

Çizelge 4.27. Araştırmaya Katılan Futbolcuların Uyuşma Göre OKB Envanteri Analizleri (T Testi)

	Uyruk	n	\bar{x}	ss.	t	p
(OBS) Kontrol Etme	T.C.	204	3.6117	.35763	-2.358	.019
	Yabancı	26	3.7863	.33982	-2.453	.020
(OBS) Temizlik	T.C.	204	3.8177	.31447	.471	.638
	Yabancı	26	3.7867	.33023	.454	.653
(OBS) Yavaşlık	T.C.	204	3.6071	.40359	-.818	.414
	Yabancı	26	3.6758	.39910	-.825	.415
(OBS) Kuşku	T.C.	204	3.4258	.47156	-.426	.670
	Yabancı	26	3.4670	.40720	-.478	.636
Obsesion Toplam	T.C.	204	3.6683	.24723	-.341	.733
	Yabancı	26	3.6861	.27679	-.313	.757

5. TARTIŞMA

Bu bölümde profesyonel futbolcuların, batıl inanç ve davranış durumları, düşüncelerini kontrol etme tarzları ve obsesif kompulsif davranışlarının yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, lisanslı olarak futbol oynama yılı, profesyonel lisans yılı, lig seviyeleri, uyrukları, inanmış oldukları herhangi bir totemlerinin olup olmadığı ve kardeş sayıları gibi değişkenlere göre; batıl inanç ve davranış durumları, düşüncelerini kontrol etme tutumları ve obsesif kompulsif davranışların değişip değişmediğine ilişkin bulguların analiz sonuçları tartışılarak yorumlanmıştır.

5.1.Futbolcuların Batıl İnanç ve Davranış Durumları ile Sosyo-Demografik Özelliklerinin Tartışılması

Yaptığımız çalışmada İstanbul ili Anadolu yakasında profesyonel olarak futbol oynayan sporcuların yaşa göre batıl inanç ve davranış durumları arasında bir farklılık bulunmamıştır. Literatüre bakıldığında spor alanında batıl inançla ilgili herhangi bir çalışmaya rastlanılmamış olsa da Torgler (2003) yapmış olduğu çalışmada, genç bireylerin daha çok batıl inanca sahip olduğu tahmin etmiştir. Bunun nedeni olarak da, gençlerin sosyal açıdan tecrübelerinin ve deneyimlerinin daha az olması ve sosyal ortamlardan çabuk etkilenmelerine bağlamıştır. Özellikle öğrenciler üzerinde yapılan ya da sporla ilgilenen gençler üzerinde yapılan araştırmalar, gençlerin de en az yaşlılar kadar batıl inançlara eğilimli olduklarını ortaya çıkarmıştır. Örneğin, Conklin (1919) batıl inanç ve davranışlara dair alışkanlıklara sahip olan öğrenciler üzerine yaptığı araştırma ile bu fikri doğrular nitelikte sonuçlar bulmuştur. Literatür ışığında elde edilen verilere göre batıl inançların en çok ortaya çıktığı dönem, gençlerin 16-25 yaş aralığına sahip olduğu dönem olarak tespit edilmiştir. Bizim çalışmamızda farklılık bulunmamasının sebebi olarak sporcuların yaş aralıklarının birbirine yakın olması ve yaş aralığında genç sporcuların azlığından olabileceği düşünülmüştür.

Çalışmamızda futbolcuların eğitim düzeyi ile batıl inanç ve davranış durumları incelendiğinde ise; eğitim düzeyi ile batıl inanç ve davranış puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Konu ile ilgili literatür incelendiğinde bizim bulgumuzla çelişen örneklere rastlanılmıştır; Arslan (2004) yapmış olduğu çalışmada okuma yazması olmayan kişilerin eğitilmiş olan kişilere oranla daha fazla batıl inanca sahip olduğunu bununla birlikte üniversite mezunlarının ortalamalarına bakıldığında en düşük seviyede batıl inançlara sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan başka bir çalışma ise katılımcıların

batıl inançlara yönelmelerinde eğitim durumlarının etkisinin aile ve arkadaş çevresinin etkisinden daha yüksek bir oranda olduğunu bulunmuştur (Gregory 1975). Yapılan başka çalışmada ise IQ puanı düşük öğrencilerin, IQ puanı yüksek öğrencilere oranla batıl inançlara daha fazla eğilimli olduklarına yönelik bir sonuç ortaya çıkmıştır (Shermer 2002). Bu bulgulardan yola çıkarak eğitim seviyesi arttıkça batıl inanç ve davranış seviyesi azalmaktadır diyebiliriz. Bizim araştırmamızda bir fark bulunmamasının nedeni olarak katılımcıların sosyo-demografik özellikleri incelendiğinde eğitim durumlarının en düşük düzeyinin lise olması ve yine lisans ve lisansüstü kişilerden oluşmasının bu sonuçlarda etkili olmuş olabileceği düşündürmüştür. Bu sonuçlarda genel olarak eğitim seviyesi yükseldikçe batıl inançlarda da azalma olduğunu göstermektedir.

Araştırmamızda futbolcuların medeni durum ile batıl inanç ve davranışlarını incelediğimizde medeni durum ile batıl inanç ve davranışlar arasında manidar düzeyde bir anlamlılık olmadığı görülmüştür. Yapılan literatür taramasında batıl inanç ve davranış ile medeni durumun karşılaştırıldığı bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Çalışmamızda futbolcuların kaç yıldır lisanslı futbol oynadıkları ile batıl inanç ve davranışları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı görülmüştür. İlgili literatürü incelediğimizde elde ettiğimiz sonuçların tersine National Hockey League (NHL) liginde mücadele eden ve lisans yaşı ortalaması 27 olan Pittsburgh Penguins takımının üç Stanley Cup iki Dünya Şampiyonası Altın madalyasına sahip Rus oyuncusu Evgeni Malkin'in madalya aldığı bir müsabakadan sonra "Takım olarak final serisinde sosyal medya paylaşımı yapmadığını ve kazandığı bir maçtan önce yolda hangi şarkıyı dinlediyse bir sonraki maçta da aynı şarkıyı dinlediğini" beyan etmesi bulgumuzun tersi yönde bir sonuç olarak söylenebilir (Socrates 2018).

Futbolcuların kaç yıldır profesyonel olarak futbol oynadıkları ile batıl inanç ve davranış durumları arasındaki bulgumuzu incelediğimizde dua etme alt boyutunda manidar düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Toplam puan ortalamalar arası farka baktığımızda 1-4 yıl arası profesyonel lisanslı olanlar ile 5-9 yıl arasında profesyonel lisanslı olanlar arasında bir farklılık söz konusudur. Bu bulgumuzu yorumlayacak olursak profesyonel lisans yılı ilerledikçe batıl inanç ve davranışlarda azalma olduğu söylenebilir. Dua etme alt boyutu puanlarında düşme olması bu durumunda daha detaylı çalışmalarda araştırılması önerilmektedir. İlgili literatür incelendiğinde Bleak ve Frederich'in yaptıkları çalışmada sportif başarı önem kazandıkça batıl davranış geliştirme sıklığında azalma olduğu

görülmüştür (Bleak ve Frederich 1998). Bir başka çalışmada ise; yarışma veya başarı ile batıl davranış arasında bir fark bulunmamıştır (Todd ve Brown 2003).

Araştırma sonuçları incelendiğinde futbolcuların lig seviyesi ile batıl inanç ve davranışları arasında giyim görünüş, takım davranışları ve dua etme alt boyutlarında manidar düzeyde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Giyim görünüş alt boyutunu incelediğimizde süper lig ile 3.lig arasında bir farklılık söz konusudur, toplam puanlara bakıldığında lig seviyesi arttıkça giyim görünüş alt boyutuna ait batıl inanç ve davranış geliştirmenin de arttığı görülmüştür. Alt boyuta ait sorulara baktığımızda giyim ve görünüşün uğur getirdiği inancına ait sorular olduğu görülmüştür. Örneğin sürekli aynı konçla maça başlamak, sürekli aynı taytı giymek gibi sorulardan oluşmaktadır. Bu bulgumuzu da lig seviyesi arttıkça giyim görünüşe özgü batıl inanç geliştirme artmaktadır şeklinde yorumlayabiliriz. Süper ligde daha çok giyim görünüş batıl davranışına inanılmaktadır ve sporcuların bunun kendilerine uğur veya başarı getireceği inancı hâkim olduğu düşünülmektedir. Takım davranışları alt boyutuna baktığımızda ise toplam puanlarda 1.lig ile 3.lig arasında anlamlı bir fark söz konusudur, bu bulgumuzu da lig seviyesi arttıkça takım davranışlarına ait batıl inanç ve davranış geliştirme azalmaktadır şeklinde yorumlayabiliriz. Bir diğer anlamlılık çıkan alt boyutumuz olan dua etme alt boyutunda ise 1.lig ile 3.lig arasında anlamlı bir fark söz konusudur. Toplam puanlara baktığımızda lig seviyesi azaldıkça dua etme davranımında artma söz konusudur. Bu bulgumuzda alt liglerde oynayan futbolcuların üst liglere çıkabilmek veya o liglerde oynayabilmek için dua etme inancında üst liglerde oynayan futbolculara oranla daha çok dua etme inancına sahip oldukları söylenebilir. İlgili literatür incelendiğinde bulduğumuz bulguya yönelik bir örneğe rastlanılmamıştır.

Çalışmamızda futbolcuların uyruğu sorgulanarak batıl inanç ve davranışlar açısından değerlendirildiğinde batıl inanç ve davranışların genelinde uyruk açısından anlamlı bir fark görülmemiş, ancak oyun karşılaşma sırası alt boyutunda yabancı uyruklular lehine yüksek bulunmuştur. Literatüre bakıldığında sporcuların sahip olduğu uyruk açısından batıl inancı karşılaştıran herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu çalışma sonuçlarından uyruk açısından ve sporcuların yetiştiği kültürün etkisini değerlendiren detaylı çalışmalara ihtiyaç olduğu, bizim çalışmamızda kültürel karşılaştırma yapılması amaçlanmadığı için daha detaylı çalışmalara gereksinim olduğu sonucuna varılmıştır. Futbolcuların kendi ülkesi dışında olmanın veya farklı kültürlerdeki bireylerde batıl inanç ne durumda merak edilmiştir. Ancak araştırmamız amaçları sadece yabancı uyruklu olanlarla Türk vatandaşı olan

profesyonel futbolcularda batıl davranış, düşünce kontrol ve takıntı açısından bir fark olup olmadığı sorusuna yanıt aramak olduğundan ve kültür farklılıkları değerlendirmeye yönelik bir hedef konmadığından kültürler arası bir farklılık değerlendirilmemiştir.

5.2.Futbolcuların Düşünce Kontrol Durumları ile Sosyo-Demografik Özelliklerin Tartışılması

İstanbul ili Anadolu yakasında profesyonel olarak futbol oynayan sporcuların yaş değişkenine göre düşüncelerini kontrol etme durumları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Ancak ilgili literatür incelendiğinde bulgularımızın aksine anlamlı farklılık olduğunu bildiren çalışmalarda mevcuttur (Summerfeldt ve diğ. 2004). Bizim çalışmamız sporcularla yapıldığından ve sporunda ruh sağlığının iyileştirilmesi ve düşüncelerin rasyonelleştirilmesine katkı sağladığı (Güneş 2014) araştırma sonuçlarından yola çıkarak bakıldığında anlamlı sonuç bulan çalışmanın sedanter bireylere yapılmasının etkili olmuş olabileceği düşünülmüştür.

Futbolcuların eğitim düzeyi değişkeni ile düşüncelerini kontrol etme durumları arasında manidar düzeyde bir farklılık bulunamamıştır. Çalışmamızda sporcuların en az lise mezunu olmaları ve profesyonel yaşamlarında farklı eğitimler almaları, kamp ve farklı müsabakalar yapılması sonucunda farklı kültürleri tanımanın getirdiği deneyim ve bilinçlenmenin etkisi olabileceği düşünülmüştür. Konu ile ilgili literatüre bakıldığında düşünce kontrol ölçeği alt boyutu olan kontrol edilmezlik alt boyutunda ailenin eğitimi yükseldikçe puanların arttığı (Nazik, Sönmez ve Güneş 2014, Demir ve Özmen 2011) belirlenmiştir. Bu çalışmamızda aile eğitim düzeyi sorgulanmadığı için yorum yapılamamış olsa da sonraki çalışmalarda detaylı araştırılması gerektiğini göstermiştir.

Futbolcuların medeni durum değişkeni ile düşünceleri kontrol etme durumları arasında ilişki olarak bir anlamlılık bulunmamıştır. Bu durum da futbolcuların evli, bekâr veya dul/boşanmış olmaları düşüncelerini kontrol etmede bir farklılık göstermediği şeklinde yorumlanabilir. Konu ile ilgili literatür taraması yapıldığında herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Futbolcuların kaç yıldır lisanslı futbol oynadıkları sorusuna verdikleri yanıtlara göre düşüncelerini kontrol etme durumları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgumuzda futbolcuların lisans sürelerinin düşüncelerini kontrol etmede farklılık göstermediği şeklinde yorumlanabilir. İlgili literatür incelendiğinde Cox (1998) yaptığı çalışmada lisanslı spor yapan bireyler ile sedanter spor yapan bireylerin kendi görünümünü

kontrol etmesinin kontrol algıları üzerinde etkili olduğu ve sporcuya içsel bir kontrol hissi sağladığını öne sürmüşlerdir. Bu bilgilerle yorumlandığında bizim çalışma grubumuzun profesyonel sporculardan oluşması ve profesyonel olabilmek için belirli bir süre spor yapmayı gerektirmesinden kaynaklı farklılık göstermemiş olabileceği düşünülmüştür.

Futbolcuların profesyonel olarak lisanslı futbol oynama yılı ile düşüncelerini kontrol etme durumları arasında manidar düzeyde anlamlı bir farklılık görülmüştür. Kendini cezalandırma alt boyutunda 5-9 yıl ile 15 yıl ve üzeri profesyonel olanlar arasında bir farklılık söz konusudur. En fazla 5-9 yıl arası profesyonel lisanslı olanların kendini cezalandırma alt boyutunda yüksek puan aldıkları belirlenmiştir. Literatür çalışmaları incelendiğinde herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Futbolcuların lig seviyesi ile düşüncelerini kontrol etme durumları arasında anlamlı bir farklılık söz konusudur. Düşünce kontrol ölçeği endişelenme ve kendini cezalandırma alt boyutlarında süper lig ile 2.lig arasında aleyhte bir farklılık söz konusudur. Endişelenme alt boyutu toplam puanlara baktığımızda 2.ligde futbol oynayanların puan ortalamaları daha yüksek çıkmıştır. 2.ligde oynayanların futbol oynayan futbolcuların daha çok endişeli oldukları görülmüştür. Bir diğer alt boyut olan kendini cezalandırma alt boyutu toplam puanlara baktığımızda ise 2.ligde futbol oynayanların ortalamasının çok üstünde puan aldıkları görülmüştür. 2.ligde futbol oynayanlar süper ligde futbol oynayanlara kıyasla daha çok kendini cezalandırdıkları düşünülebilir. Konu ile ilgili literatür taraması yapıldığında herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Futbolcuların toteminiz var mı? Sorusuna göre düşünceleri kontrol etme durumları arasında anlamlı bir farklılık söz konusu değildir. Bu bulgumuzda futbolcuların totemleri olup olmamalarının düşüncelerini kontrol etmede bir farklılık göstermediği şeklinde yorumlanabilir. Konu ile ilgili literatür taramasında herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Futbolcuların uyrukları ile düşünceleri kontrol etme durumları arasında manidar düzeyde bir anlamlılık söz konusudur Kendini cezalandırma alt boyutunda toplam puanlara baktığımızda T.C vatandaşı olanların yabancı uyruklulara oranla kendini daha çok cezalandırdıkları görülmüştür. Bu bulgumuzu da T.C. vatandaşı olanların yabancı uyruklulara oranla kendilerini daha çok cezalandırdıkları düşünülebilir. İlgili literatür taraması yapıldığında bulgu ile alakalı herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

5.3. Futbolcuların Obsesif Kompulsif Bozukluk Durumları ile Sosyo-Demografik Özelliklerinin Tartışılması

Futbolcuların yaş değişkeni ile obsesif kompulsif bozukluk durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu bulgumuzda futbolcuların yaşlarının takıntılı davranışları ile ilişkili olmadığı şeklinde yorumlanabilir. İlgili literatür taramasında bizim bulgumuzla benzer olan Kazkondou ve arkadaşlarının üniversitesi öğrencilerinin farklı yaş gruplarında yeme tutumu durumlarını bir çalışma ile karşılaştırmıştır farklı yaş gruplarında ki üniversite öğrencilerinin yeme tutumu puanları arasında istatistiksel açıdan bir fark bulunamamıştır (Kazkondou ve diğ. 2010).

Bu araştırmada futbolcuların eğitim düzeyleri ile takıntı durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgumuzda futbolcuların eğitim düzeylerinin obsesif kompulsif bozukluk davranışlarını değiştirmediği şeklinde yorumlanabilir. Bizim bulgumuzun aksine eğitim süreleri ve eğitim düzeyleri düşük olanlarda takıntı eğiliminin arttığı görülmüştür (Donini ve diğ. 2004, Tek ve Karaçil 2016).

Bu araştırmada futbolcuların medeni durumları ile obsesif kompulsif bozuklukları arasında istatistiksel açıdan manidar düzeyde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. İlgili literatür taramasında herhangi bir çalışma sonuçlarına ulaşılmamıştır.

Futbolcuların lisanslı futbol oynama yılı ile obsesif kompulsif bozuklukları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Temizlik alt boyutunda 8-11 yıl arası lisanslı olanlar ile 12-15 yıl arası lisanslı olanlar arasında bir farklılık söz konusudur. 8-11 yıl arası lisanslı olanların daha çok temizlik takıntısı olduğu verisine rastlanmıştır. Bunu da lisans süreleri arttıkça temizlik takıntısının azaldığı şeklinde yorumlayabiliriz. İlgili literatür taramasında Midwestern Üniversitesi lisanslı spor yapan öğrencilerde yapılan çalışma sonucunda lisanslı kadın sporcuların erkek sporculara oranla daha sık sağlıklı beslenme takıntıları eğiliminde olduğunu saptanmıştır. Polonya’da yapılan bir diğer çalışma ise 18-25 yaş grubundaki 283 kadın, 44 erkek lisanslı sporcu ile yapılan çalışmada 18 yaşında olan kadın sporcuların 22 yaşında olan erkek sporculara oranla %43,18’inin sağlıklı beslenme eğiliminde olduğu tespit edilmiştir (Brytek-Matera ve diğ. 2015, Meister 2010).

Bu araştırmada futbolcuların profesyonel lisanslı olarak futbol oynama yılı ile obsesif kompulsif bozuklukları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur. Obsesyon toplam puanlara baktığımızda 1-4 yıl arası profesyonel lisanslı olanlar ile 15 yıl ve üzeri profesyonel lisanslı olanlar lehine bir farklılık vardır. Bu bulgumuzu da yıl olarak daha fazla

profesyonel futbol oynayanlar daha az takıntı durumu olduğu düşünülebilir şeklinde yorumlayabiliriz. İlgili literatür taraması yapıldığında bulgumuza benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Futbolcuların lig seviyeleri ile obsesif kompulsif davranışları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır. Obsesif kompulsif bozukluk ölçeği alt boyutlara baktığımızda kontrol etme alt boyutunda 3.ligde futbol oynayanlar, süper ligde futbol oynayanlara oranla daha çok kontrol etme alt boyutu puanları yüksek çıkmıştır. 3.ligde futbol oynayanların kontrol etme takıntıları daha yüksek seviyede çıkmıştır. Temizlik alt boyutuna baktığımızda ise 2.lig ve 3.lig de futbol oynayanlar arasında bir farklılık bulunmuştur, 3.ligde futbol oynayanların daha çok temizlik takıntıları olduğu görülmektedir. Bu lig seviyesinin el verişsizliği ile ilişkilendirebilir. Bir diğer alt boyut olan yavaşlık alt boyutuna baktığımızda ise, 2.lig ile 3.lig arasında bir farklılık söz konusudur 3.ligde futbol oynayanların daha çok yavaşlık takıntıları olduğu görülmüştür. Son olarak kuşku alt boyutuna baktığımızda Süper lig ile 2.lig arasında bir farklılık vardır. Süper ligde oynayan futbolcuların daha çok kuşku takıntıları oldukları görülmüştür. Bunu da lig seviyesi arttıkça daha çok başarılı baskısının arttığını düşünürsek kuşku takıntılarının olması ile ilişkilendirilebilir. İlgili literatür taraması yapıldığında benzer bir bulguya rastlanılmamış.

Futbolcuların totemi olup olmadığı sorulduğunda alınan yanıtların Obsesif kompulsif bozukluk ölçeğine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır. Obsesif kompulsif bozukluk ölçeği alt boyutlara baktığımızda kontrol etme alt boyutunda totemim yok diyenlerin toplam puanları çok azda olsa daha fazla olduğu görülmüştür. Bir diğer alt boyut olan temizlik alt boyutunda totemim var diyenlerin toplam puanlarının daha fazla olduğu görülmektedir. Bu bulgumuzda totemi olanların daha çok temizlik takıntısı olduğu şeklinde yorumlanabilir. İlgili literatür taraması yapıldığında bulgumuza benzer bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Futbolcuların uyrukları ile obsesif kompulsif davranışları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır. Yabancı uyruklu futbolcuların T.C. vatandaşı olan futbolculara oranla daha fazla kontrol etme takıntısı olduğu görülmüştür. Alt boyutlara baktığımızda kontrol etme alt boyutunda bir farklılık söz konusudur yabancı uyruklu futbolcuların toplam puanları T.C vatandaşı olan futbolculara oranla daha fazladır. Yabancı uyruklu futbolcuların kontrol etme takıntıları daha fazla olduğunu ve bu durumun da daha detaylı araştırılmasının

gerekli olduğu düşünölmüştür. İlgili literatür taraması yapıldığında bu bulgumuza benzer yapılmış bir çalışma bulunamamıştır.



6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Yaptığımız bu çalışmada futbolcuların yaş, eğitim durumu, medeni durum kaç yıldır lisanslı futbol oynadıkları değişkenleri açısından batıl inanç ve davranışları incelendiğinde anlamlı bir farklılık bulunmazken; profesyonel lisans süreleri, lig, totem ve uyruk değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Çalışmamıza katılan futbolcuların düşüncelerini kontrol etme davranımları incelendiğinde yaş, eğitim durumu, medeni durum, lisans süreleri, totem değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık bulunmazken, profesyonel lisans süreleri, lig ve uyruk değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Son olarak çalışmamıza katılan futbolcuların obsesif kompulsif bozuklukları incelendiğinde yaş, eğitim durumu, medeni durum, değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık bulunmazken kaç yıldır lisanslı futbol oynadıkları, profesyonel lisans süreleri, lig, totem ve uyruk değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Bu sonuçlar göz önünde bulundurularak aşağıdaki önerilerde bulunulmuştur.

- 1- Batıl inanç ve davranışlar konusunda futbolcuları duygusal ve psikolojik yönden geliştirecek, özellikle müsabaka sırasında ki kaygıyı kontrol etme ve olumsuz yönlerini bertaraf etme üzerine eğitimlere ihtiyaç duyulmaktadır.
- 2- Batıl inanışlar spor yapan bireylerin performans sergiledikleri esnada ortaya çıkan veya düşüncelerini kontrol etme düzeylerini aza indirmek amacıyla başvurdukları bir yöntem olabilir. İlerleyen yıllarda sporcuların batıl davranışlarını sergileyemeyeceği ortamlarda yapılacak çalışmalarla, kaygı ve stres düzeylerindeki değişim ve bunun performansa yansımaları araştırılabilir.
- 3- Batıl inanışların ortaya çıkardığı davranışların etkilerinin azaltılması için, sporcuların müsabaka stres düzeylerini azaltmayı amaçlayan çalışmalar yapılmalıdır. Sporcuların bu anlamda dış faktörlerden olumlu veya olumsuz olarak etkilenmemeleri, bu davranışlar neticesinde kaygı ve stres düzeylerinin artmaması için, sportif eğitim, bilimsel eğitim ve sağlıklı din eğitiminin yanı sıra, sporcuların her açıdan kendilerini geliştirebilecekleri platformlara ihtiyaç duyulmaktadır. Batıl davranış kaygısını önleme veya en aza indirmeyi amaçlayan yöntemlerin ortaya konabilmesi için başka spor branşlarında da bilimsel araştırmalar yapılabilir.

- 4- Araştırma verilerinin yalnızca İstanbul'da Anadolu yakasında profesyonel futbol oynayan sporculardan oluşması, bu araştırmanın temel sınırlılıklarından biridir. Araştırma örneklemini daha da genişletilerek farklı branşlarla karşılaştırılması da araştırmacılara önerilir.
- 5- Son yıllarda yapılan çalışmalarda özellikle duygu ile ilişkili değişkenlerin deneysel yöntemlerle incelendiği görülmektedir. Dolayısı ile bu çalışmadaki değişkenlerin deneysel ölçüm araçları ile incelenmesi yapılmasının uygun olacağı ve bu şekilde deneysel elde edilen sonuçların alana daha fazla katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.
- 6- Araştırmanın çıkış noktasının Batıl İnanç ve Davranışların OKB'deki farklı belirtilerde duygu ve biliş ile ilgili değişkenlerin incelenmesi olduğu göz önüne alınırsa yeni çalışmalar için en önemli öneri olarak; Batıl İnanç ve Davranış ile birlikte OKB'de farklı belirti alt tip gruplarının oluşturulup söz konusu değişkenlerin gruplar arası farkının çalışılması olabilir. Farklı belirti gruplarının ayrı ayrı ele alınarak grup düzeyinde karşılaştırılmasının önemli katkıları değerlendirilebilir.
- 7- Sonuç olarak literatürde fazla yer bulamamış olan batıl davranış konusunun obsesif kompulsif bozukluk ve düşünce kontrol kavramıyla incelenmiş olması ve konunun da branş bazında ilk kez incelenmesi diğer olimpik ve amatör sporlar için umut verici olduğu düşünülmüştür.

7. KAYNAKLAR DİZİNİ

Abramowitz, J. S., et al. Thought control strategies in obsessive-compulsive disorder: A replication and extension. *Behaviour Research and Therapy*, 2003, 41.5: 529-540.

Acar-Tek, N., Karaçıl-Ermumcu, M. Ş. Sağlık Profesyonellerinde Sağlıklı Beslenme Kaygısı: *Ortoreksiya Nervosa*. *Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2016, 1.2: 59-71.

Akman, S. *Türk Psikoloji Bülteni, Özel Gündem "Stres"* Cilt: 10, sayı: 2004; 34-35 s.40-54.

Allen, R.J. *Human Stress: Its nature and control*. New York: *Mc Millan Publishig Company*, 1984.

Altın, Gençöz. How does thought-action fusion relate to responsibility attitudes and thought suppression to aggravate the obsessive-compulsive symptoms?. *Behavioural and Cognitive psychotherapy*, 2011, 39.1: 99-114.

American Psy. Association. *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders*. Dördüncü Ed. *Text Rev. Washington D. C. Amer. Psy. As.*, 2002.

Arslan, M. Kişilerin batıl inanç kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 2004; 2(6): 7-34.

Ayhan, İnci ve Yazar. *Batıl inançların psikolojisi*. 2005, 15.

Baltaş, Acar. Zuhul. Başarılı ve sağlıklı olmak için stres ve başa çıkma yolları (6. basım). *İstanbul. Remzi*, 1987.

Bartner RW, Rosenman, RH. The measurement of Pattern A behavior. *Journal of Chronic Disorders*, 1967; 20, 25-33.

Barut, A. İ. Sporda batıl davranış ve öz yeterlik ilişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi, Mersin*, 2008.

Beck, A. T., Emery, G., ve Greenburg, R. *Anxiety disorders and phobias: a cognitive perspective*. New York: *Basic Books*. 1985.

Berle, D., Starcevic, V. Thought-action fusion: Review of the literature and future directions. *Clinical Psychology Review*, 2005; 25, 263-284.

Bleak, L. Frederick, Christina M. Superstitious behavior in sport: Levels of effectiveness and determinants of use in three collegiate sports. *Journal of sport behavior*, 1998, 21.1: 1.

Brewer, Britton, Van Raalte ve diğ. Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel?. *International journal of sport psychology*, 1993.

Brown, T. A., Chorpita, B. F., Lehman, C. L., ve diğ. Current and lifetime comorbidity of the DSM-IV anxiety and mood disorders and dimensions of negative affect, positive affect, and autonomic arousal. *Journal of Abnormal Psychology*, 2001; 107, 179-192.

Brytek-Matera A, Donini LM, Krupa M., ve diğ. "Orthorexia nervosa and self-attitudinal aspects of body image in female and male university students", *Journal of Eating Disorders*, 2015; 3: 2-2.

Buhrmann HG, Zaugg, MK. Superstitious among basketball players: An investigation of various forms of superstitious beliefs and behavior among competitive basketballers at the junior high to university level. *Journal of Sport Behavior*, 1981; 163-174.

Burger JM, Lynn, AL. Superstitious behavior among American and Japanese baseball players. *Basic and Applied Social Psychology*. 2005; 27, 71-76.

- Burton, D.** Pinned by their own goals: An exploratory investigation into why kids drop out of wrestling. *Journal of Sport Psychology*, 1986; 8(3), 183-197.
- C.,Karamustafaloğlu, O.** Obsesif - Kompulsif Bozukluk. *Türkiye Klinikleri Dâhili Tıp Bil. Der.* 2008; 2, (12), 10-44.
- Clark, D. A., Purdon, C.** The assessment of unwanted intrusive thoughts. A review and critique the literature. *Behavior Research and Therapy*, 1995; 33, 967-976.
- Clark, D. M.** *Cognitive-Behavioral Therapy for OCD*. New York: The Guild Press. 2004.
- Cohn PJ.** Preperformance routines in sport: Theoretical support and practical applications, *Sport Psychologist*. 1990; 4,301-312.
- Conklin, E.S.** Superstitious belief and practice among college students. *The American Journal of Psychology*. 1919; 30(1): 83-102.
- Cox RH.** *Sport Psychology Concepts and Applications*. 4th Ed WEB Mc Graw- Hill. 1998.
- Das C.** Bütünleşmek ve Büyümek, Gestalt Terapi Yaklaşımı. Ankara, HYB Yayıncılık. 2006.
- Demir, Ö. ve Kaymak-Özmen, S.** Üniversite öğrencilerinin üstbiliş düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2011; 20(3), 145-160.
- Donini LM, Marsili D, Graziani MP., ve diğ.** "Orthorexia nervosa: a preliminary study with a proposal for diagnosis and an attempt to measure the dimension of the phenomenon", *Eat Weight Disord*, 2004; 9(2); 151-157.
- Eklund RC, Gould D, Jackson SA,** Psychological foundations of Olympic wrestling excellence. *Journal of Applied Sport Psychology*. 1993; 5, 35-47.
- Ellis, A., Grieger, R.** *Rational-emotive therapy: A handbook of theory and practice*. New York: Springer, 1977; 250, 460-462.
- Erol, N.** Maudsley Obsesif - Kompulsif Soru Listesi. 24. *Ulusal Psikiyatri Ve Nörolojik Bilimler Çalışma Kitabı*. Ank. 1990; 117-114.
- Felson RB, Gmelch, G.** Uncertainty and the use of magic, *Current Anthropology*, 1979; 20, 587-589.
- Festinger L.** A theory of cognitive dissonance, Standford, CA: *Standford University Press*. 1957.
- Foa, E. B., Amir, N., Bogert, K., ve diğ.** Inflated perception of responsibility for harm in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 2001; 15, 259-275.
- Fontenelle, L. F., Mendlowicz, M. V., Marques, C., ve diğ.** Early and late-onset Obsessive Compulsive disorder in adult patients: an exploratory clinical and therapeutic study. *Journal of Psychiatry Research*, 2003; 37, 127-133.
- Forrester, E. Wilson, C., Salkovkis, P. M.** The occurrence of intrusive thoughts transforms meaning in ambiguous situations. An experimental study. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 2002; 30 (2), 143-152.
- Fritzler, B., Hecker, J. E. ve Fawzy, T. I.** From intrusive thoughts to obsessions: The role of perceptions of responsibility, salience, and thought suppression. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 2008; 39, 610-24.
- Galeano EH.** Gölgede ve Güneste Futbol. Çev: Önalp E, Kutlu,N. İstanbul, *Can yayınları*. 1997.
- Geller, D. A.** Obsessive-compulsive and spectrum disorders in children and adolescents. *Psychiatric Clinics of North America.*, 2006; 29:353-370.

- Geller, D. A., Biederman, J., Jones, J., ve diğ.** Obsessive-compulsive disorder in children and adolescents: A Review. *Harvard Review of Psychiatry*, 1998; 5, 260-273.
- Gilboa-Schechtman, E., Franklin, M. E., Foa, E. B.** Anticipated reactions to social events differences among individuals with generalized social phobia, obsessive compulsive disorder and non anxious controls. *Cognitive Therapy and Research*, 2000; 24, 731-746.
- Goodman, W. K., Price, L. H., Rasmussen, S. A.** The Yale-Brown Obsessive-Compulsive Scale, I: Development, use, and reliability. *Archives of General Psychiatry*, 1989; 46, 1006-1011.
- Grabe, H. J., Meyer, Ch., Hapke, U., ve diğ.** Prevalence, quality of life and psychosocial function in obsessive-compulsive disorder and subclinical obsessive disorder in northern Germany. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 2000; 250, 262-268.
- Gregory, C.J.** Changes in Superstitious beliefs among college women. *Psychological Reports*. 1975; 37: 939-944.
- Hacıömeroğlu, B. A.** Algılanan anne-baba tutumları, sorumluluk algısı ve yaşam olaylarının obsesif kompulsif belirtileri yordama gücü: bilişsel modelin sınanması. *Yayınlanmamış doktora tezi*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara. 2008.
- Hodgson, G. S.; Bradley, T. R.** Properties Of Haematopoietic Stem Cells Surviving 5-Fluorouracil Treatment: Evidence For A Pre-Cfu-S Cell. *Nature*, 1979, 281.5730: 381.
- İkizler, C.** Sporda Başarının Psikolojisi. *Alfa Basım Yayım Dağıtım*. İstanbul, 1996 s:72-77.
- Janowitz, D., Grabe, H. J., Ruhmann, S., ve diğ.** Early onset of obsessive-compulsive disorder and associated comorbidity. *Depression and Anxiety*, 2009; 26, 1012– 1017.
- Kahnemann D, Trevisky, A.** Choices, values and frames. *American Psychologist*, 1984; 341-350.
- Karadağ, F., Oğuzhanoglu, N. K., Özdel, O., ve diğ.** OCD symptoms in a sample of Turkish patients: A phenomenological picture. *Depression and Anxiety*, 2006; 23, 145-152.
- Karakuş, S. K.T.Ü.** Giresun Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Fizyolojik Özellikleri Ve Antr. Yapılarının Araştırılması. *Beden Eğitimi Ve Spor Bil. Der.* 1999; 2, (1),1-4.
- Kazkonda İ.** Üniversite öğrencilerinde ortoreksiya nervoza (sağlıklı beslenme takıntısı) belirtilerinin incelenmesi (Tez). *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Ekonomisi ve Beslenme Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi*. 2010.
- Konter, E.** Sporda stres ve performans. *Saray Tıp Yayınevi*. İzmir. 1996.
- Labad, J., Menchon, J. M., Alonso, P.** Gender differences in obsessive-compulsive symptom dimensions. *Depression and Anxiety*, 2008; 25:832–838.
- Langer EJ,** The illusion of control, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1975; 32, 311.
- Lensi, P., Cassano, G.B., Correddu, G., ve diğ.** Obsessive-compulsive disorder: familial-developmental history, symptomatology, comorbidity and course with special reference to gender-related differences. *British Journal of Psychiatry*, 1996; 169,101–107.
- Lerner MJ.** Evaluation of performance as a function of performer's reward and attractiveness, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1965; 1, 1965: 355-360.
- Levenson H.** Multidimensional locus of control in psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1973; 41,397-404.
- Lochner, C. ve Stein, D. J.** Gender in obsessive-compulsive disorder and obsessive-compulsive spectrum disorders. *Archives of Women's Mental Health*, 2001; 4, 19-26.

- Malinowski B.** Coral gardens and their magic. London: *Roulledge and Kegan Paul*. 1927.
- Maller JB, Lunden, GE.** Sources of superstitious beliefs. *Journal of Education Research*, 1993; 26, 321-343.
- Matute H.** Learned helplessness and superstitious behavior as opposite effects of uncontrollable reinforcement in humans. *Learning and Motivation*, 1994; 25,216-232.
- Meister SE.** “The occurrence of highly sensitive attitudes and behaviors toward eating among undergraduate students at a Midwestern University”, *Northern Illinois University*. 2010.
- Millet, B., Kochman, F. , Gallarda, T., ve diğ.** Phenomenological and comorbid features associated in obsessive–compulsive disorder: influence of age of onset. *Journal of Affective Disorder*, 2004; 79, 241–246.
- Minichiello, W. E., Baer, L., Jenike, M. A.** Age of onset major subtypes of obsessif-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorder*, 1990; 4, 147-150.
- Nazik, F., Sönmez, M. ve Güneş, G.** Hemşirelik öğrencilerinin üst biliş düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2014; 17(3), 145-150.
- Neil G, Anderson B, Sheppard, W.** Superstitious among male and female athletes of various levels of involvement. *Journal of Sport Behavior*, 1981; 4: 137-148.
- Neil G.** The place of superstition in sport: The self-fulfilling prophesy. *Coaching Review*, 1980; 3, 40-42.
- Noshirvani, H. F., Kasvikis, Y., Marks, I., ve diğ.** Gender-divergent aetiological factors in obsessive-compulsive disorder. *British Journal of Psychiatry*, 1991; 158, 260-263.
- O’Leary, E. M., Rucklidge, J. J. ve Blampied, N.** Thought-action fusion and inflated responsibility beliefs in obsessive-compulsive disorder. *Clinical Psychologist*, 2009; 13, 94-101.
- Onbaşlıoğlu, M.** Türk Psikoloji Bülteni, Özel Gündem “Stres” Cilt:10, sayı: 34-35 2004; s.103-126.
- Purdon, A., Clark, D.** The assessment of unwanted intrusive thoughts. A review and critique the literature. *Behavior Research and Therapy*, 1999; 33, 967-976.
- Rachman, S.** A cognitive theory of compulsive checking. *Behaviour Research and Therapy*, 2002; 40, 625-639.
- Rachman, S. J.** A cognitive theory of obsessions: elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 1997; 40, 793-802.
- Rachman, S. J.** Obsessions, responsibility and guilt. *Behaviour Research and Therapy*, 1993; 31, 149-154.
- Rachman, S. J., Hogson, R. J.** Obsessions and Compulsions. Englewood Cliffs NJ. *Prentice Hall.*, 1980.
- Rachman, S. J., Hogson, R. J.** Obsessions and Compulsions. Englewood Cliffs NJ. *Prentice Hall.*, 1995.
- Rasmussen, S. A. ve Eisen, J. L.** The epidemiology and clinical features of obsessive compulsive disorder. *Psychiatric Clinics of North America*, 1992; 15, 743-758.
- Rassin, E., Merckelbach, H., Muris, P. ve diğ.** The thought-action fusion scale: further evidence for its reliability and validity. *Behaviour Research and Therapy*, 2001; 39, 537-544.
- Rassin, E., Merckelbach, H., Muris, P. ve diğ.** Thought-action fusion as a causal factor in the development of intrusions. *Behaviour research and therapy*, 1999; 37, 231-237.
- Rassin, E., Muris, P., Schmidt, H., ve diğ.** Relationships between thought-action fusion, thought suppression and obsessive-compulsive symptoms: a structural equation modeling approach. *Behaviour research and therapy*, 2000; 38 (9), 889-897.
- Rice, P.L.** Stress And Health. New York: *Cole Publishing Company*. 1999.

Rosenberg D. Genetic And Imaging Strategies In Obsessive – Compulsive Disorder. *Potential Implications For Treatment Development. Bio Psy. Amer.* 2002; 48, 1012-1222.

Rotter JB. Generalized expectancies for internal versus external control of rein forcement. *Psychological Monographs*, 1966; 80, 609.

Ruscio, A. M., Stein, D. J., Chiu, W. T. ve diğ. The epidemiology of obsessive-compulsive disorder in the national comorbidity survey replication. *Molecular Psychiatry*, 2010; 15, 53-63.

Sabah Gazetesi. Erisim: arsiv.sabah.com.tr/2007/07/04/haber.html.

Salkovskis, P. M. Cognitive-behavioral factors and the persistence of intrusive thoughts in obsessional problems. *Behaviour Research and Therapy*; 1989; 27, 6, 677-682.

Salkovskis, P. M. Obsessional-compulsive problems: a cognitive behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 1985; 23, 571-583.

Salkovskis, P. M., Shafran, R., Rachman, S. ve diğ. Multiple pathways to inflated responsibility beliefs in obsessional problems: possible origins and implications for therapy and research. *Behaviour Research and Therapy*, 1999; 37, 1055-1072.

Salkovskis, P. M., Wroe, A. L., Gledhill, A., ve diğ. Responsibility attitudes and interpretations are characteristic of obsessive compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 2000; 38, 347-372.

Salkovskis, P.M., Forrester, E. Responsibility. In R.O. Froste, G. Steketee (Eds), *Cognitive Approaches to Obsessions and Compulsions*. Oxford: *Pergamon Press.*, 2002.

Sayar, K., Uğurad, I. K., Acar, B. "Obsessif Kompulsif Bozuklukta Fenomenoloji", *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 1999; 9,142-147.

Schippers MC, Van Lange, PAM. The psychological benefits of superstitious rituals in n top sport: A study of among top sportsmen. *Erasmus Research Institute of Management Research in Management*. 2005.

Shafran, R. ve Rachman, S. Thought-action fusion: A review. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 2004; 35, 87-107.

Shafran, R., Thordarson, D. ve Rachman, S. Thought–action fusion in obsessive–compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 1996; 10, 379–391.

Shermer, M. *Why People Believe Weird Things*. New York: *Henry Holt and Company.*, 2002.

Skinner BF. Superstition in the pigeon. *Journal of Experimental Psychology*, 1948; 38, 168-172.

Skoog, G. ve Skoog, I. A 40-year follow-up of patients with obsessive-compulsive disorder. *Archives of General Psychiatry*, 1999; 56, 121-127.

Socrates Dergi. Sayı: 34 Sf. 22: Röp: *Muhammet İrfan Kurudirek.*, 2018.

Sookman, D., Pinard, G. Overestimation of threat and intolerance of uncertainty in obsessive compulsive disorder. In R. O. Frost G. Steketee (Eds.), *Cognitive approaches to obsessions and compulsions: Theory, assessment and treatment* 2002; (pp. 63–89). Oxford: Elsevier.

Stanley, M. A., Turner, S. M. Current status of pharmacological and behavioral treatment of obsessive-compulsive disorder. *Behavior Therapy*, 1995; 26, 163-186.

Steketee, G., Barlow, D.H. Obsessive Compulsive Disorder. In: Barlow DH, editor. *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. 2. New York: Guilford Press. 2002.

Summerfeldt, L. J., Hood, K., Antony, M., ve diğ. Impulsivity in obsessive-compulsive disorder: comparisons with other anxiety disorders and within tic-related subgroups. *Personality and Individual Differences*, 2004; 36, 539-553.

Swedo, S. The Neurobiology And Treatment Of Obsessive – Compulsive- Disorder. *Neurobiology Of Mental Illness. D. S. Charney. Oxf. Uni. Pre. N. Y.* 2006; 37-40.

Tamam, L., Saygılı, M., Ünal, M. Obsesif kompulsif bozukluğu olan hastalarda diğer anksiyete bozukluklarının komorbiditesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2003; 4 (2), 69-80.

Thordarson, Dana S.; Shafran, Roz. Importance Of Thoughts. In: *Cognitive Approaches To Obsessions And Compulsions*. Pergamon, 2002. P. 15-28.

Todd M, Brown, C. Characteristics associated with superstitious behavior in track and field athletes: Are there NCAA divisional level differences? *Journal of Sport Behavior*, 2003; 26: 168.

Torgler, B. It is about believing: Superstition and religiosity. *Center for Research in Economic, Management and the Arts.*, 2003; 10: 1-23.

Tömek, S. “Stres Audit Ölçeğinin” Ergenlerde Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Ege Üniversitesi, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.* 1996.

Türk Dil Kurumu. Türkçe Sözlük. Ankara. 1992.

Türk Dil Kurumu. Türkçe Sözlük. Ankara. 2018.

Türkiye Psikiyatri Derneği, Obsesif-Kompulsif Bozukluk Hastalar ve yakınları için rehber, *Türkiye Psikiyatri Derneği, Anksiyete Bozuklukları Bilimsel Çalışma Birimi.* Erişim: 04 Mayıs 2019 <http://www.psikiyatri.org.tr/halka-yonelik/29/obsesif-kompulsif-bozukluk>.

Türkiye Futbol Federasyonu, 2018. Erişim: 18 Aralık 2018, <http://www.tff.org.tr>

Uçman, P. Ülkemizde Çalışan Kadınlarda Stresle Başa çıkma ve Psikolojik Rahatsızlıklar. *Psikoloji Dergisi.* 1990; 7(24) s. 15-58.

Van Raalte JL, Brewer, BW, Nemeroff., ve diğ. Chance orientation and superstitious behavior on the putting green. *Journal of Sport Behavior*, 1991; 14, 41-50.

Warren CW. Dictionary of Psychology. Boston: *Houghton Mifflin.* 1934.

Weiner B. Judgements of responsibility: *A foundation for a theory of social conduct.* NewYork: Macmillan. 1995.

Weissman, M. M., Bland, R., Canino, G., ve diğ. The cross national epidemiology of obsessive compulsive disorder. *Journal of Clinical Psychiatry*, 1994; 55, 5-10.

Wells, A. ve Davies, M. The Thought Control Questionnaire: a measure of individual differences in the control of unwanted thoughts. *Behaviour Research and Therapy*, 1994; 32, 871-878.

Wicks- Nelson, R.W. ve Israel, A.C. Behavior disorders of childhood (5th Ed). New Jersey: Prentice Hall., 2003.

Wilson K. A. ve Chambless, D. L. Inflated perceptions of responsibility and obsessive-compulsive symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 1999; 37, 325-35.

Womack M. Why athletes need ritual: A study of magic among professional athletes. In: *Shirl Hoffman. Ed. Sport and Religion, Champaign, IL: Human Kinetics,* 1992; 191-202.

www.franklampard.net. (Erişim Tarihi: 2018.)

Yarar F. Batıl inançların psikolojisi. *Pivolka*, 2005; 4(17), 15-19.

Yorulmaz, O. Obsesif-kompulsif bozukluk belirtileri için kapsamlı bir model: Bilişsel ve diğer yatkınlık faktörlerinin kültürlerarası incelenmesi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi.*, 2006.

Yorulmaz, O. ve Gençöz, T. Obsesif-kompulsif bozukluk semptomların değerlendirilmesinde kullanılan istem dışı düşünceleri yorumlama envanteri, obsesif inanışlar ölçeği ve düşünceleri kontrol etme ölçeğinin Türk örnekleminde incelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 2008; 11, 1-13.

Yorulmaz, O., Karancı, N., Tekok-Kılıç, A. What are the roles of perfectionism and responsibility in checking and cleaning compulsions. *Anxiety Disorders*, 2006; 20 (3), 312-327.

Zucker, B., Craske, M.G., Barrios, V., Holguin, M. Thought action fusion: can it be corrected? *Behaviour Research and Therapy*, 2002; 40, 653-664.



ÖZGEÇMİŞ

1.Bireysel Bilgiler

- Adı Soyadı : Onur KAVİ
- Doğum yeri ve yılı : Kadıköy / 13.07.1992
- Uyuşu : T.C.
- Medeni Durum : Bekâr
- Çalıştığı Kurum : Spor İstanbul
- İletişim Adresi ve Mail: Dumlupınar Mah. Hızırbey Cad. No: 199/1 Kadıköy/İST.
Mail: onurkavi92@gmail.com

2.Eğitimi

- 2017- Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü-Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı
- 2012-2016 Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü Lisans Programı
- 2008-2012 Esatpaşa Anadolu İmam Hatip Lisesi
- 2000-2008 Münevver Şefik Fergar İlköğretim Okulu

3.Bilimsel Etkinlikler

Kavi, O., Akdeniz, H., & Körmükçü, F. Y. (2017). The Factors Effect the Venue Selection and Joining to Physical Activity of the Users Visit 'Özgürlük Park and Recreation' area for Physical Activity. In *SHS Web of Conferences* (Vol. 37, p. 01065). EDP Sciences.

Akdeniz, H., Simsek, S. D., Kavi, O., Uzun, M. E., & Sekban, G. (2018). Levels of Satisfaction with Leisure Time in Foreign Students. *Journal of Education and Training Studies*, 6(n3a), 88-97.

Akdeniz, H., Keskin, Ö., Kavi, O., Kaya, A., (2018). A Research on Psychological Well Being Levels of Footballers From U16 – U19 Group With Respect to Certain Variances (Kocaeli Province, Gebze District Case). In *SHS Web of Conferences* (Vol. 37, p. 01065). EDP Sciences.

Yüksel, D., Karagün, E., Kavi, O., (2017). Examination of Level of Hopelessness Graduates of Physical Education and Sports Teacher and Recreation Department at the Kocaeli University.

Akın, İ., Karagün, E., Kavi, O., (2018). Reviewing the Attitudes of Teacher Candidates Toward Internet use in Physical Education and Sports High School



EKLER

Ek 1. Demografik Bilgiler Anketi

Değerli katılımcılar,

Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve kendi durumunuzu dikkate alarak ölçeği cevaplayınız.

Tüm sorulara cevap verdiğinizden emin olunuz. Cevaplarınız bizim için önemlidir ve araştırmamıza katkı sağlayacaktır. Bize zaman ayırdığınız için teşekkür ederiz.

- Yaşınız** :.....
- Eğitim Düzeyi** : () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisans Üstü
- Medeni Durumunuz** : () Evli () Bekâr () Dul/Boşanmış
- Kaç Yıldır Lisanslı olarak Futbol Oynuyorsunuz?** : () 1-3 yıl () 4-7 yıl () 8-11 yıl () 12-15 yıl () 16 yıl ve üzeri
- Kaç Yıldır Profesyonel Oynamaktasınız** : () 1-4 yıl () 5-9 yıl () 10-14 yıl () 15 yıl ve üzeri
- Lig Seviyeniz** : () Süper Lig () 1.Lig () 2.Lig () 3.Lig
- Uyruğunuz** : () T.C () Yabancı
- İnanmış olduğunuz bir toteminiz var mı?** : () Var () Yok
- Kardeş Sayısı** : () 1-3 kardeş () 4-7 kardeş () 8 ve üzeri

Ek 2. Sporda Batıl İnanç ve Davranış Envanteri

Aşağıda sporcuların oyun/karşılaşmalar öncesi veya sırasında mutlaka yapmaya çalıştıkları veya yaptıkları davranış örnekleri verilmiştir. Kullandığınız her birisi için verilen boşluğa (X) koyunuz. Eğer bu davranışı yapıyorsanız aynı zamanda sizin için ne kadar etkili olduğunu da işaretleyiniz

		1	2	3	4	5
		Hiç etkili değil	Az etkili	Ara sıra etkili	Etkili	Çok etkili
A.GİYİM ve GÖRÜNÜŞ	Davranımlar					
1.Ayakkabılara şans getiren işaretler koymak	—	1	2	3	4	5
2.Isınma giysisinin altını veya üstünü aynı tarzda giymek	—	1	2	3	4	5
3.Oyuna daha iyi hazırladığını hissetmek için pasaklı/düzensiz giyinmek	—	1	2	3	4	5
4.Şans için çorapları ters-yüz giymek	—	1	2	3	4	5
5.Oyun/karşılaşma gününde saç tıraşı olmak	—	1	2	3	4	5
6.Oyun/karşılaşma gününde duş almamak	—	1	2	3	4	5
7.Yüz boyamak (ör: göz altına siyah boya çekme)	—	1	2	3	4	5
8.Sezon öncesi dövme yaptırmak	—	1	2	3	4	5
9.Bedenine forma numarasını işlemek	—	1	2	3	4	5
10.Ayakkabıların içine çorap giymemek	—	1	2	3	4	5

B.UĞURLU SAYILAN NESNELER

11. Oyun günlerinde uğurlu bir muska/kolye takmak	—	1	2	3	4	5
12. Oyundan önce uğurlu nesneyi öpmek, ona dokunmak	—	1	2	3	4	5
13 Ayakkabı üzerine nazar boncuğu takmak	—	1	2	3	4	5
14. Uğurlu bileklik takmak	—	1	2	3	4	5
15. Spora ilk başladığı ayakkabının ipini kullanmak	—	1	2	3	4	5
16. İlk kazandığı madalyanın ipiyle saçını bağlamak	—	1	2	3	4	5

C.OYUN ve KARŞILAŞMA ÖNCESİ

17. Sakatlık olmasa da vücudu veya bir kısmını bantlamak	—	1	2	3	4	5
18. Oyun öncesi sessizliğe/uzaklaşmaya ihtiyaç duymak	—	1	2	3	4	5
19. Kendine yapılacak yardımı hep aynı kişiden istemek	—	1	2	3	4	5
20. Oyun öncesi topu öpmek	—	1	2	3	4	5
21. Oyun öncesi duş/banyo yapmak	—	1	2	3	4	5
22. Aynı kaleyi, potayı ya da oyun sahasını seçme	—	1	2	3	4	5
23. Oyun öncesi abdest almak	—	1	2	3	4	5
24. Oyun öncesi sahanın çizgilerine basmak	—	1	2	3	4	5
25. Oyun öncesi sahaya aynı yerden girmek	—	1	2	3	4	5
26. Oyun sahasına sağ ayakla çıkmak	—	1	2	3	4	5
27. Sahaya/çime dokunmak	—	1	2	3	4	5
28. Oyun öncesi kurşun döktürmek	—	1	2	3	4	5
29. Maçtan önceki gece maç formasıyla uyumak	—	1	2	3	4	5

D.OYUNSIRSINDA

30. Yedek kulübesinde/benchte sıranın başında oturmak	—	1	2	3	4	5
31.Yedek kulübesinde/benchte hep aynı yerde oturmak	—	1	2	3	4	5
32.Atış öncesi aynı uğurlu hareketi yapmak	—	1	2	3	4	5

E. TAKIM DAVRANIMLARI

33.Takımca kurşun döktürmek	—	1	2	3	4	5
34. Bazı sahalanın uğuruna inanmak	—	1	2	3	4	5

F. DUA ETME

36.Her oyun öncesi başarı için dua etmek	—	1	2	3	4	5
35. Takımın sabit bir dua ettiren kişiye sahip olması	—	1	2	3	4	5
36. Oyuna besmelesiz çıkmamak	—	1	2	3	4	5

Ek 3. Maudsley Obsesif Kompulsif Envanteri

Aşağıdaki cümleleri dikkatle okuyunuz. Size uygun olan yanıtın rakamını daire içine alınız. Lütfen soruların hepsini cevaplandırınız.

Hiç katılmıyorum: 0 / Çoğunlukla katılmıyorum: 1 / Kısmen katılmıyorum: 2 /

Kısmen katılıyorum: 3 / Çoğunlukla katılıyorum: 4 / Tamamen katılıyorum: 5 /

1. Bana bir hastalık bulaşır korkusuyla herkesin kullandığı telefonları kullanmaktan kaçınırım.	0	1	2	3	4	5
2. Sık sık hoşla gitmeyen şeyler düşünür, onları zihnimden uzaklaştırmakta güçlük çekerim.	0	1	2	3	4	5
3. Dürüstlüğe herkesten çok önem veririm.	0	1	2	3	4	5
4. İşleri zamanında bitiremediğim için çoğu kez geç kalırım.	0	1	2	3	4	5
5. Bir hayvana dokununca hastalık bulaşır diye kaygılanırım.	0	1	2	3	4	5
6. Sık sık havagazını, su musluklarını ve kapıları birkaç kez kontrol ederim.	0	1	2	3	4	5
7. Değişmez kurallarım vardır.	0	1	2	3	4	5
8. Aklıma takılan nahoş düşünceler hemen hemen her gün beni rahatsız eder.	0	1	2	3	4	5
9. Kaza ile başkasına çarptığımda rahatsız olurum.	0	1	2	3	4	5
10. Her gün yaptığım basit günlük işlerden bile emin olamam.	0	1	2	3	4	5
11. Çocukken annem de babam da beni fazla sıkımsızlardı.	0	1	2	3	4	5
12. Bazı şeyleri tekrar tekrar yaptığım için işimde geri kaldığım oluyor.	0	1	2	3	4	5
13. Çok fazla sabun kullanırım.	0	1	2	3	4	5
14. Bana göre bazı sayılar son derece uğursuzdur.	0	1	2	3	4	5
15. Mektupları postalamadan önce onları tekrar tekrar kontrol ederim.	0	1	2	3	4	5
16. Sabahları giyinmek için uzun zaman harcarım.	0	1	2	3	4	5
17. Temizliğe aşırı düşkünüm.	0	1	2	3	4	5
18. Ayrıntılara gereğinden fazla dikkat ederim.	0	1	2	3	4	5
19. Pis tuvaletlere giremem.	0	1	2	3	4	5
20. Esas sorunum bazı şeyleri tekrar tekrar kontrol etmemdir.	0	1	2	3	4	5
21. Mikrop kapmak ve hastalanmaktan korkar ve kaygılanırım.	0	1	2	3	4	5
22. Bazı şeyleri birden fazla kontrol ederim.	0	1	2	3	4	5
23. Günlük işlerimi belirli bir programa göre yaparım.	0	1	2	3	4	5
24. Paraya dokunduktan sonra ellerimi kirli hissedirim.	0	1	2	3	4	5
25. Aldığım bir işi yaparken bile kaç kere yaptığımı sayarım.	0	1	2	3	4	5
26. Sabahları elimi yüzümü yıkamak çok zamanımı alır.	0	1	2	3	4	5
27. Çok miktarda mikrop öldürücü ilaç kullanırım.	0	1	2	3	4	5
28. Her gün bazı şeyleri tekrar tekrar kontrol etmek bana zaman kaybettirir.	0	1	2	3	4	5
29. Geceleri giyecekleri katlayıp asmak uzun zamanımı alır.	0	1	2	3	4	5
30. Dikkatle yaptığım bir işin bile tam doğru olup olmadığına emin olamam.	0	1	2	3	4	5
31. Kendimi toparlayamadığım için günler, haftalar hatta aylarca hiçbir şeye el sürmediğim olur.	0	1	2	3	4	5
32. En büyük mücadelelerimi kendimle yaparım.	0	1	2	3	4	5
33. Çoğu zaman büyük bir hata ya da kötülük yaptığım duygusuna kapılırım.	0	1	2	3	4	5
34. Sık sık kendime bir şeyleri dert edinirim.	0	1	2	3	4	5
35. Önemsiz ufak tefek işlerde bile karar verip işe girişmeden önce düşünürüm.	0	1	2	3	4	5
36. Reklamlardaki ampuller gibi önemsiz şeyleri sayma alışkanlığım vardır.	0	1	2	3	4	5
37. Bazen önemsiz düşünceler aklıma takılır ve beni günlerce rahatsız eder.	0	1	2	3	4	5

Ek 4. Düşünceleri Kontrol Etme Ölçeği

DÜŞÜNCELERİ KONTROL ETME ÖLÇEĞİ (DKÖ)

Birçok insanın aklına zaman zaman kontrol edilmesi zor olan nahoş ve/veya istenmeyen düşünceler (sözel ve/veya görsel olarak) gelebilir. Bu ankette, *genel olarak* bu tür düşünceleri kontrol etmek üzere kullanılan teknikleri ele almaktayız.

Aşağıda, bu tür düşünceleri kontrol etmek için kullanılan bir dizi yöntem bulunmaktadır. Lütfen her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve her bir tekniği ne sıklıkla kullandığınıza uygun rakamı *yuvarlak içine alarak* belirtiniz. Ankette doğru veya yanlış cevap yoktur. Cevaplarken her bir madde üzerinde çok fazla zaman harcamayınız.

Aklına nahoş ve/veya istenmeyen bir düşünce geldiğinde:

		Asla	Bazen	Sıklıkla	Neredeyse her zaman
1	Onum yerine aklıma olumlu şeyler getirmeye çalışırım	1	2	3	4
2	Kendime bu kadar aptal olma derim	1	2	3	4
3	İstenmeyen düşünceye odaklanırım	1	2	3	4
4	O düşünce yerine, daha önemsiz bir kötü şeyi düşünmeye çalışırım	1	2	3	4
5	Bu düşüncemden hiç kimseye bahsetmem	1	2	3	4
6	Böyle bir şeyi düşündüğüm için kendimi cezalandırırım	1	2	3	4
7	Başka endişelerim üzerine odaklanırım	1	2	3	4
8	Düşüncemi kendime saklarım	1	2	3	4
9	Onum yerine, kendimi işle meşgul ederim	1	2	3	4
10	Düşüncenin ne kadar geçerli olduğunu sorgularım	1	2	3	4
11	Böyle bir düşünce aklıma geldiği için kendime kızarım	1	2	3	4
12	Düşünceyi tartışmaktan kaçınırım	1	2	3	4
13	Böyle bir düşünce aklıma geldiği için kendime bağırırım	1	2	3	4
14	Düşüncemi mantık çerçevesinde analiz ederim	1	2	3	4
15	Düşünceyi durdurmak için kendimi çimdikler veya kendime vururum	1	2	3	4
16	Onum yerine hoş şeyler düşünürüm	1	2	3	4
17	Arkadaşlarımla bu düşüncelerle nasıl baş ettiğini öğrenirim	1	2	3	4
18	Onum yerine daha önemsiz, ufak tefek şeyleri dert edinirim	1	2	3	4
19	Hoşlandığım birşeyler yaparım	1	2	3	4
20	Düşünceyi yeniden yorumlamaya çalışırım	1	2	3	4
21	Başka birşey düşünürüm	1	2	3	4
22	Daha küçük sorunlarım hakkında daha çok düşünürüm	1	2	3	4
23	Düşünceye başka bir başka bir açıdan yaklaşırım	1	2	3	4
24	Onum yerine geçmişteki endişelerimi düşünürüm	1	2	3	4
25	Arkadaşlarıma, benzer düşünceleri olup olmadığını sorarım	1	2	3	4
26	Farklı olumsuz bir düşünceye odaklanırım	1	2	3	4
27	Bu düşüncenin aklıma gelme sebeplerini sorgularım	1	2	3	4
28	Kendime, bu düşünceye odaklanırsam kötü birşey olacak derim	1	2	3	4
29	Düşünceyle ilgili bir arkadaşımınla konuşurum	1	2	3	4
30	Kendimi meşgul ederim	1	2	3	4

EK 5. Tez Denetleme Listesi

Tez, aşağıdaki denetimler yapılarak tamamlanmıştır.

- Kapak ve iç kapak sayfalarında BİLİM UZMANLIĞI ya da DOKTORA şeklinde elde edilen unvanlar yazıldı (Kapak sayfasına danışman adı yazılmamalıdır).
- Kapak sayfasına mezun olunan PROGRAMIN (Anabilim dalının değil) adı yazıldı.
- Tez kapağı sırt kısmına kılavuzda belirtilen çizimde (yazının yönüne dikkat!) ad, program, yıl yazıldı.
- Onay sayfası uygun çizimde hazırlandı (kazanılan unvanlar BİLİM UZMANLIĞI ya da DOKTORA olmalıdır) imzalatıldı (Enstitü Müdürü'nün imzası da gereklidir, imzaların aynı renk kalemle atılmasına dikkat edilmelidir).
- Dizinler kılavuzunda belirtildiği gibi sıralandı.
- Ön sayfalara i, ii, iii şeklinde Roma rakamları konuldu.
- Sayfa numaraları kılavuzda belirtildiği şekilde konuldu.
- Sayfa düzeni kılavuzda belirtildiği şekilde yapıldı.
- Ana metin yazı boyutu 12 olacak biçimde basıldı.
- Dipnot yazı boyutu 10 olacak şekilde basıldı.
- Ana metin satır aralığı 1.5 olacak şekilde yazıldı.
- Kaynaklar abecesel sıralamaya göre yazıldı.
- Kaynak gösterme ilkelerine ve yazım kurallarına uyuldu.
- Ekler kılavuzda belirtildiği gibi verildi.

14 / 06 / 2019

Danışman: Doç. Dr. Elif KARAGÜN



