

## Sporcuların Özgüven ve Sporcu Kimliği Düzeylerinin İncelenmesi

Engin Çinibulak<sup>1\*</sup>  Çetin Özdilek<sup>2</sup> 

### Yazar Bilgileri

#### Kurum Bilgileri:

<sup>1\*</sup>Dr.; Milli Eğitim Bakanlığı  
Bakırköy Anadolu lisesi, İstanbul,  
Türkiye

#### ORCID:

0000-0001-5155-3586

#### Email:

cinibulakenginn@gmail.com

### Yayın Bilgileri

**Gönderi Tarihi:** 05.11.2023

**Kabul Tarihi:** 15.12.2023

**Yayın Tarihi:** 25.12.2023

#### Anahtar Kelimeler:

sporcu psikolojisi  
sporcu kimliği  
sportif kendine güven  
özüven

### Özet

Bu çalışma, sporcu kimliği ile sürekli sportif kendine güven arasındaki ilişkileri anlamayı hedefleyerek gerçekleştirilmiştir. Cinsiyet, yaş, spor yapma süresi ve branş gibi demografik ve sporla ilgili değişkenlere odaklanan kapsamlı analizler, 517 (351 erkek ve 166 kadın) gönüllü sporcunun katılımıyla yürütülen kesitsel bir araştırmada elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak "Sürekli Sportif Kendine Güven Ölçeği" ve "Sporcu Kimliği Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler, SPSS kullanılarak analiz edilmiş olup, t-testi, ANOVA ve ilişki analizleri içermektedir. Bulgular, özellikle belirli yaş grupları, cinsiyetler ve spor branşları arasında gözlemlenen özgüven varyasyonlarını vurgulamaktadır. Kadın sporcuların genel olarak daha yüksek bir sporcu kimliğine sahip olduğu belirlenmiş, ancak sürekli sportif kendine güven açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Yaş gruplarına göre yapılan incelemeler, 18-20 yaş grubundaki sporcuların belirgin bir sporcu kimliğine sahip olduğunu, 30 ve üzeri yaş grubunun ise sürekli sportif kendine güven açısından öne çıktığını göstermiştir. Spor yapma süresi ve branş bazlı analizler de benzer şekilde değerlendirilmiş, bu faktörlerin sporcu kimliği ve sürekli sportif kendine güven üzerindeki etkileri belirlenmiştir. Bulgular, sporcuların psikolojik profilini anlama ve performanslarını geliştirme çabalarında rehberlik edecek önemli içgörüler sunmaktadır. Ayrıca, demografik faktörlerin sporcuların psikolojik özellikleri üzerinde farklı etkileri olduğunu göstererek, bireysel ihtiyaçlara yönelik daha özelleştirilmiş destek stratejilerinin geliştirilmesine olanak sağlamaktadır.

## Examining Self-Confidence and Athlete Identity Levels in Athletes

### Author Informations

#### Affiliation:

<sup>1</sup>Dr.; Ministry of National  
Education, Bakırköy Anatolian  
High School, Istanbul, Turkey

#### ORCID:

0000-0001-5155-3586

#### Email:

cinibulakenginn@gmail.com

### Publication Informations

**Received:** 05.11.2023

**Accepted:** 15.12.2023

**Published:** 25.12.2023

#### Keywords:

sports psychology  
athlete identity  
athletic self-confidence  
self-esteem

### Abstract

This study aimed to understand the relationships between athlete identity and continuous athletic self-confidence. Comprehensive analyses focusing on demographic and sports-related variables such as gender, age, years of sports participation, and sport discipline were conducted in a cross-sectional study involving 517 (351 male and 166 female) voluntary athletes. The data collection instruments used were the "Source of Sport Confidence Questionnaire" and the "Athletic Identity Measurement Scale." The data were analyzed using SPSS, including t-tests, ANOVA, and correlational analyses. The findings particularly emphasize variations in self-confidence observed among specific age groups, genders, and sports disciplines. It was found that female athletes generally had a higher athlete identity, but no significant difference was observed between genders in terms of continuous athletic self-confidence. Examinations based on age groups revealed that athletes aged 18-20 had a distinct athlete identity, while those aged 30 and above stood out in terms of continuous athletic self-confidence. Similar evaluations were conducted for years of sports participation and sport discipline, revealing the impact of these factors on athlete identity and continuous athletic self-confidence. The findings provide valuable insights to understand athletes' psychological profiles and guide efforts to enhance their performance. Moreover, by demonstrating the diverse effects of demographic factors on athletes' psychological characteristics, the study suggests the possibility of developing more personalized support strategies tailored to individual needs.

## 1. GİRİŞ

Spor, bireylerin yaşamlarında sadece fiziksel bir aktivite olmanın ötesinde, psikolojik ve duygusal açıdan derin etkiler yaratan önemli bir unsurdur. Bu çalışma, sporun bireylerin zihinsel süreçleri üzerindeki etkilerini anlamaya yönelik, özellikle özgüven ve sporcu kimliği kavramlarına odaklanmaktadır.

Özgüven, bireyin kendi yeteneklerine ve başarılarına olan inancını temsil eden önemli bir psikolojik faktördür. Feltz'e (1988) göre, güven, bireyin etkinliklerinin olumlu sonuçlara yol açacağına dair koşulsuz bir inanç ve kendi yeteneklerine duyduğu güvendir. Bandura (1997) özgüveni, kendine değer vermek olarak tanımlarken, Hambly (2003) bireyin kendisine ve yeteneklerine olan açık inancını vurgular. Bu bağlamda özgüven, bireyin kendi içindeki yeterlilik duygusu, kontrolün kendisinde olduğu düşüncesi ve benlik saygısı ile yakından ilişkilidir (Akagündüz, 2006).

Özgüvenin spor alanındaki rolü büyüktür. Özgüveni yüksek olan sporcular, başarılarına güvenerek stresli durumlarda bile soğukkanlı ve dengeli davranabilirler (Yıldırım, 2013). Bu durum, sportmenlerin zihinsel egzersiz programlarında öz güvene odaklanan psikologlarla çalışmalarını gerektirir. Özellikle genç ve iddialı sporcuların, performanslarındaki iniş ve çıkışlarda kararlı ve dirençli bir öz güven düzeyine sahip olmaları önemlidir (Seydioğlu & Yağcı, 2022).

Sporcu kimliği, bireyin kendini sporcu olarak tanımlamasını ve sporun hayatındaki rolünü yansıtan önemli bir kavramdır. Bu kimlik, bir sporcunun kendine özgü vücut algısının ve sportif bir rolün benzersiz bir boyutunu tanımlayan bir süreci ifade eder ve aynı zamanda sosyal ve şematik bir rol olarak da hizmet edebilir. Bu bağlamda, sporcu kimliği, bilgiyi yorumlayabilmek için bir çatı oluşturmakta ve tutarlı davranış için ilham kaynağı olabilmektedir (Savaş ve ark., 2023). Bu çalışma, sporcu kimliğinin genel özgüven düzeyleri üzerindeki etkilerini inceleyerek, sporun bireyin kimlik oluşumundaki rolünü anlamayı amaçlamaktadır. Sporcu kimliği, sadece fiziksel aktiviteyle değil, aynı zamanda bireyin değerleri, tutkuları ve hedefleriyle de derinlemesine bağlantılıdır. Örneğin, bir bireyin kendini "bir sporcu" olarak görmesi, sadece antrenmanlara ve müsabakalara katılmakla kalmaz, aynı zamanda disiplin, dayanıklılık ve takım çalışması gibi değerlere de vurgu yapar. Dolayısıyla, sporcu kimliğinin bireyin genel özgüven düzeylerini etkilemesi, sadece spora özgü değil, genel yaşam deneyimleri ve değerlerle de bağlantılıdır.

Bu iki temel kavram, sporcuların hem bireysel hem de takım düzeyindeki performanslarını etkileyen belirleyici faktörleri temsil etmektedir. Çalışmanın odak noktası, sporcuların özgüven seviyeleri ile sporcu kimliği arasındaki kompleks ilişkiyi anlamak ve bu bağlamda spor psikolojisi alanına yeni bir bakış açısı sunmaktır.

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Araştırma Tasarımı ve Amacı

Bu çalışma, ilişkisel tarama yöntemini temel alan bir nicel araştırma tasarımına sahiptir. Araştırma, sporcu kimliğinin genel özgüven düzeyleri üzerindeki etkilerini anlamak amacıyla bu tasarımı benimsemiştir. İlişkisel tarama yöntemi, birden fazla değişken arasındaki birlikte değişimi inceleyen bir araştırma yöntemidir (Fraenkel & Wallen, 2009). Bu yöntem, sporcu kimliği ile genel özgüven düzeyleri arasındaki ilişkiyi anlamak için uygun bir seçenek olarak tercih edilmiştir.

### 2.2. Araştırma Grubu

Araştırma örneklemini oluşturan 517 (351 erkek ve 166 kadın) sporcu, İstanbul ilindeki futbol, basketbol ve voleybol takımlarında amatör olarak spor yapan bireylerdir. Örneklem, cinsiyet, yaş, spor yapma yılı ve spor branşı gibi faktörlere göre çeşitlilik göstermektedir. Bu seçim, araştırmanın genel popülasyonu temsil etmesini amaçlamaktadır.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama süreci, katılımcıların sosyo-demografik bilgilerini içeren bir formun yanı sıra "Sürekli Sportif Kendine Güven" ölçeği ve "Sporcu Kimliği" ölçeği kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan bu ölçekleri doldurarak genel özgüven düzeyleri ve sporcu kimlikleri hakkında bilgi elde edilmiştir.

#### 2.3.1. Sürekli Sportif Kendine Güven Ölçeği (SSKGÖ)

Bu çalışmada, sporcuların sportif sürekli kendine güvenini ölçmek amacıyla Vealey (1986) tarafından geliştirilen "Sporda Sürekli Kendine Güven Ölçeği" kullanılmıştır. Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Yıldırım (2013) tarafından yürütülmüş olup, ölçek 13 madde ve tek bir alt boyut olan "Sürekli Güven" üzerinden oluşturulmuştur. Ölçek likert tipinde olup, maddeler 1 ile 9 arasında sıralanmıştır. Değerlendirme, 1-2-3 aralığı düşük puanı, 4-5-6 aralığı orta puanı, ve 7-8-9 aralığı yüksek puanı içermektedir. Bu puanlama sistemi, sporcuların sürekli kendine güven düzeylerini belirlemede kullanılan bir derecelendirmeyi sağlamaktadır. Yıldırım (2013) tarafından gerçekleştirilen geçerlik çalışmaları, ölçeğin Türkçe formunun güvenilir ve geçerli olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirlik katsayısı 0,89 olarak bulunmuş, tekrar-test güvenilirlik katsayısı ise 0,78 olarak tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, ölçeğin istikrarlı ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu ortaya koymaktadır. "Sporda Sürekli Kendine Güven Ölçeği," sporcuların sportif sürekli kendine güvenini değerlendirmek için güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olduğu anlaşılmaktadır.

#### 2.3.2. Sporcu Kimliği Ölçeği (SKÖ)

Sporcu Kimliği Ölçeği" (SKÖ), Brewer ve Cornelius (2001) tarafından sporcuların kimlik rollerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin farklı kültürlerde ve çalışmalarda değişik madde sayıları ve alt boyutlarla kullanıldığı gözlemlenmiştir (Hale, James ve Stambulova, 1999). Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Çetinkaya (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Toplam 10 maddeden oluşan SKÖ, sporcuların kimlik rollerini değerlendirmek için kullanılır. Maddeler, 1 (Hiç Katılmıyorum) ile 5 (Tamamen Katılıyorum) arasında değerlendirilmiş ve 5'li Likert tipi üzerinden düzenlenmiştir. Bu çalışmanın örnekleminde yapılan analizler, SKÖ'nün Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirlik açısından uygun olduğunu göstermektedir.

### 2.4. Veri Toplama Süreci

Araştırma süreci, belirli dönemlerde planlanan aşamalar doğrultusunda yürütülmüştür. Çalışma, amatör sporcuların özgüven ve sporcu kimliği üzerine odaklanmıştır. Veri toplama sürecinde, alanyazındaki güvenilir ölçekler detaylı bir şekilde kullanılmıştır. Araştırmacılar, ölçeklerin hazırlanması ve katılımcılara uygulanması için özenle zaman aralıklarını planlamıştır. Katılımcıların duygusal ve psikolojik durumlarını etkileyebilecek faktörleri kontrol etmek adına gerekli önlemler (gizlilik, kontrollü ortam, duyarlı sorular) alınmıştır. Elde edilen veriler belirli analiz metotlarıyla incelenmiş ve çeşitli istatistiksel ölçütler kullanılarak sonuçlara ulaşılmıştır. Bu adımlar, araştırmanın bilimsel temellere dayalı, sağlam ve güvenilir bir şekilde yürütülmesini sağlamak amacıyla tasarlanmıştır.

### 2.5. Veri Analizi

Toplanan verilerin analizi, araştırmanın amaçlarına uygun olarak dikkatlice planlanmış ve uygulanmıştır. Bu aşamada SPSS 25.00 paket istatistik programı kullanılarak çeşitli analiz yöntemleri uygulanmıştır. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri olan cinsiyet, yaş, spor yapma süresi ve spor branşı gibi faktörler frekans analizi ile değerlendirilmiştir. Veri setinin normal dağılıma uygun olup olmadığı, Shapiro-Wilk veya Kolmogorov-Smirnov testleri gibi istatistiksel testler kullanılarak değerlendirilmiştir. Veri setinin normal dağılım göstermesi durumunda,

bağımsız olan gruplar arasında karşılaştırmalar yapmak için bağımsız gruplar t-testi kullanılmıştır. Ayrıca, farklı değişkenler arasındaki çoklu karşılaştırmalar için ise ANOVA testi uygulanmıştır. Araştırma kapsamında, sporcu kimliği ile özgüven düzeyleri arasındaki ilişkiyi anlamak ve bu iki değişken arasındaki olası bağlantıyı belirlemek amacıyla Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Kullanılan analiz yöntemleriyle elde edilen sonuçların güvenilirliği değerlendirilmiş, güven aralıkları belirlenmiştir. Bu adım, elde edilen sonuçların rastgele varyasyonlardan kaynaklanan değil, gerçek bir etkiye dayandığından emin olma amacını taşımaktadır.

## 2.6. Etik İlkeler

Bu çalışma, 20-22 Ekim 2023 tarihlerinde düzenlenen 11. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi'nde sözlü sunum olarak sunulmuştur. Bu araştırma, etik kurallara tam uyum içinde yürütülmüştür. Katılımcılardan önceden izin alınmış, gizlilik ve anonimlik ilkelerine titizlikle uyulmuştur. Yazarlar, izin belgeleri ve katılımcı onayları, araştırma sürecinin etik kurallara uygun olduğunu taahhüt eder. Araştırmanın başından sonuna kadar etik standartlara bağlılık ön planda tutulmuştur.

## 3. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmamızın merkezinde yer alan temel bulguları detaylı bir şekilde inceleyeceğiz. Çalışmanın genel amacı, sporcuların "Sporcu Kimliği" ve "Sürekli Sportif Kendine Güven" düzeylerini etkileyebilecek çeşitli faktörleri anlamaktır. Bu faktörler arasında cinsiyet, yaş grupları, spor yapma süreleri ve spor branşları gibi çeşitli demografik ve sporla ilgili değişkenler yer almaktadır. Bulgular bölümü, katılımcıların bu değişkenlerle ilişkili olarak gösterdiği davranışsal ve duygusal özellikleri ortaya koymak amacıyla kapsamlı bir analiz sunacaktır. Bu analizler, sporcuların kendilerini tanıma, güven ve motivasyon düzeylerini anlama sürecine daha derin bir bakış sağlamayı amaçlamaktadır.

**Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri**

Temel Özellikler	N	%
<b>Cinsiyet</b>		
Erkek	351	67,9
Kadın	166	32,1
<b>Yaş</b>		
18-20	282	54,5
21-23	87	16,8
24-26	104	20,1
27-29	17	3,3
30 ve üzeri	27	5,2
<b>Spor yılı</b>		
3-5 yıl	156	30,8
6-8 yıl	191	36,9
9-11 yıl	100	19,3
12 yıl ve üzeri	67	13,0
<b>Spor Branşı</b>		
Futbol	187	36,2
Basketbol	159	30,8
Voleybol	171	33,1

Not. N = 517

Tablo 1, çalışmada yer alan 517 katılımcının demografik özelliklerini ayrıntılı bir şekilde göstermektedir. Cinsiyet dağılımına göre, katılımcıların %67,9'u erkek, %32,1'i ise kadındır. Yaş

gruplarına bakıldığında en büyük grup %54,5 ile 18-20 yaş aralığındaki katılımcılardan oluşmaktadır. Spor yapma süresine göre incelendiğinde, katılımcıların %36,9'u 6-8 yıl süreyle spor yapmaktadır. Spor branşlarına göre ise katılımcıların %36,2'si futbol, %30,8'i basketbol ve %33,1'i voleybol ile ilgilenmektedir. Bu veriler, araştırmanın hedef kitlesi hakkında genel bir bakış sağlamaktadır.

**Tablo 2. Cinsiyet Bazında Sporcular Arasındaki İstatistiksel Farklar**

Değişkenler	Erkek		Kadın		t	p	Cohen's d
	X	Ss	X	Ss			
Sporcu Kimliği	36.988	9.573	39.066	6.150	-2.557	.011*	-0.217
Sürekli Sportif Kendine Güven	47.037	8.541	47.078	7.700	-.053	.958	0.051

Not. \* $p < 0.05$ . X = Ortalama; Ss = Standart Sapma; erkek (n=351); kadın (n= 166); Cohen's d = etki büyüklüğü

Tablo 2, "Sporcu Kimliği" ve "Sürekli Sportif Kendine Güven" bağlamında erkek ve kadın sporcular arasındaki karşılaştırmaları göstermektedir. Cinsiyet bazında sporcular arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. "Sporcu Kimliği" değişkeninde kadın sporcuların ortalaması, erkek sporcuların ortalamasından anlamlı derecede yüksek bulunurken, "Sürekli Sportif Kendine Güven" değişkeninde ise cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ( $p > 0.05$ ). Cohen's d değeri, elde edilen istatistiksel farkın pratikteki önemini değerlendirmeye yardımcı olmaktadır.

**Tablo 3. Yaş Gruplarına Göre Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven Analizi**

	18-20		21-23		24-26		27-29		30 ve üzeri		F	$\eta^2$
	X	Ss	X	Ss	X	Ss	X	Ss	X	Ss		
Sporcu Kimliği	38.70	8.80	35.97	7.88	36.36	7.91	34.52	13.48	39.07	7.23	3.20*	.02
Sürekli Sportif Kendine Güven	48.18	8.15	45.26	8.16	44.98	7.54	50.17	12.26	46.92	7.25	4.71*	.02

Not. \*\* $p < 0.001$ ; \* $p < 0.05$ . X = Ortalama; Ss = Standart Sapma; 18-20 (n=282); 21-23 (n= 87); 24-26 (n= 104); 27-29 (n= 17); 30 ve üzeri (n= 27);  $\eta^2$  = etki büyüklüğü

Tablo 3, sporcuların yaş gruplarına göre Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven değişkenlerinin incelendiği ANOVA analiz sonuçlarını sunmaktadır. Sporcu Kimliği üzerinde yaş grupları arasında anlamlı bir fark saptanmıştır ( $F = 3.20$ ,  $p < 0.05$ ). 18-20 yaş grubu, diğer yaş gruplarına kıyasla daha yüksek bir sporcu kimliğine sahiptir, ancak bu farkın etki büyüklüğü küçüktür ( $\eta^2 = 0.02$ ). Sürekli Sportif Kendine Güven analizinde ise yaş grupları arasında anlamlı bir fark vardır ( $F = 4.71$ ,  $p < 0.001$ ). 30 ve üzeri yaş grubu, diğer yaş gruplarına kıyasla daha yüksek sürekli sportif kendine güvene sahiptir, ancak etki büyüklüğü küçüktür ( $\eta^2 = 0.02$ ). Bu bulgular, yaşın Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven üzerindeki etkilerini göstermektedir, ancak bu etkilerin sınırlı olduğunu ve istatistiksel olarak anlamlı farklar olduğunu ortaya koymaktadır.

**Tablo 4. Spor Yılına Göre Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven Analizi**

	3-5 yıl		6-8 yıl		9-11 yıl		12 yıl ve üzeri		F	$\eta^2$
	X	Ss	X	Ss	X	Ss	X	Ss		
Sporcu Kimliği	37.68	8.99	37.26	8.29	37.40	9.19	39.07	8.18	0.75	.01
Sürekli Sportif Kendine Güven	47.44	8.93	46.41	8.19	47.17	7.96	47.79	7.29	0.67	.01

Not.  $p > 0.05$ . X = Ortalama; Ss = Standart Sapma; 3-5 yıl (n=159); 6-8 yıl (n= 191); 9-11 yıl (n= 100); 12 yıl ve üzeri (n= 67);  $\eta^2$  = etki büyüklüğü

Tablo 4, sporcuların spor yapma yıllarına göre Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven değişkenlerinin incelendiği ANOVA analiz sonuçlarını içermektedir. Sporcu Kimliği üzerinde spor yapma yılı grupları arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır ( $F = 0.75, p > 0.05$ ). Benzer şekilde, Sürekli Sportif Kendine Güven analizinde de spor yapma yılı grupları arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir ( $F = 0.67, p > 0.05$ ). Bu sonuçlar, sporcuların spor yapma sürelerinin Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven üzerindeki etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir. Bu nedenle, spor yapma yılları değişkeninin bu özellikler üzerindeki etkilerinin sınırlı veya yok denebilecek düzeyde olduğu sonucuna varılabilir.

**Tablo 5. Spor Branşlarına Göre Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven Analizi**

	Futbol		Basketbol		Voleybol		F	$\eta^2$
	X	Ss	X	Ss	X	Ss		
<b>Sporcu Kimliği</b>	38.45	10.03	36.45	8.82	37.90	6.60	2.40	.01
<b>Sürekli Sportif Kendine Güven</b>	46.60	7.61	46.41	9.14	45.92	7.92	4.55*	.02

Not. \* $p < 0.05$ . X = Ortalama; Ss = Standart Sapma; Futbol (n=187); Basketbol (n= 159); Voleybol (n= 171);  $\eta^2$  = etki büyüklüğü

Tablo 5, sporcuların branşlarına göre Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven değişkenlerinin incelendiği ANOVA analiz sonuçlarını içermektedir. Sporcu Kimliği üzerinde branş grupları arasında anlamlı bir fark saptanmıştır ( $F = 2.40, p < 0.05$ ). Post hoc testlerle bu farkın hangi branşlardan kaynaklandığı daha detaylı bir şekilde incelenebilir. Benzer şekilde, Sürekli Sportif Kendine Güven analizinde de branş grupları arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir ( $F = 4.55, p < 0.05$ ). Bu sonuçlar, sporcuların branşlarına göre Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven üzerindeki farklılıkların istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, sporcuların branşları, bu özellikler üzerinde belirgin bir etkiye sahip olabilir.

**Tablo 6 Sporcu Kimliği ve Sürekli Sportif Kendine Güven Değişkenleri İçin Tanımlayıcı İstatistikler ve Korelasyonlar**

	X	Ss	1	2
<b>1. Sporcu Kimliği</b>	37.65	8.67	—	
<b>2. Sürekli Sportif Kendine Güven</b>	47.05	8.27	.275**	—

Not. \*\* $p < 0.001$ ; \* $p < 0.05$ . X = Ortalama; Ss = Standart Sapma

Tablo 6, "Sporcu Kimliği" ve "Sürekli Sportif Kendine Güven" değişkenlerinin tanımlayıcı istatistiklerini ve bu iki değişken arasındaki korelasyonu içermektedir. Sporcu Kimliği'nin ortalaması 37.65 ve standart sapması 8.67 olarak belirlenmiştir, bu da genel değerlendirmelerin ortalamaya yakın bir şekilde yoğunlaştığını göstermektedir. Sürekli Sportif Kendine Güven'in ortalaması 47.05 ve standart sapması 8.27'dir, yani sporcuların genel olarak bu alandaki değerlendirmeleri 47.05 civarındadır ve biraz daha çeşitlilik göstermektedir. Ayrıca, Sporcu Kimliği ile Sürekli Sportif Kendine Güven arasındaki korelasyon katsayısı 0.275 ( $p < .01$ ) olarak bulunmuştur, bu da pozitif bir ilişki olduğunu ve artan sporcu kimliği ile sürekli sportif kendine güven arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

#### 4. TARTIŞMA

Bu çalışma, sporcuların özgüven ve sporcu kimliği düzeylerini cinsiyet, yaş, spor yapma yılı ve spor branşı gibi değişkenler bağlamında inceleyerek, bu faktörlerin sporcuların psikolojik özellikleri



üzerindeki etkilerini anlamayı amaçlamaktadır. Ayrıca araştırma iki değişken arasındaki ilişkiyi de incelemektedir. Bulgularımız, bu değişkenlerin sporcuların özgüven ve sporcu kimliği üzerindeki potansiyel etkilerini ortaya koymaktadır. Araştırmanın sonuçları, sporcuların özgüven ve sporcu kimliği düzeylerinin incelenmesi bağlamında önemli bulgular ortaya koymaktadır. Bulgular, cinsiyet, yaş, spor yapma yılı ve spor branşı gibi değişkenlerin sporcuların özgüven ve sporcu kimliği üzerindeki etkilerini ele almaktadır.

Bulgular, cinsiyet değişkeninin sporcu kimliği düzeylerinde anlamlı farklılık yarattığını göstermektedir. Özellikle kadın sporcuların, erkek sporculardan daha yüksek sporcu kimliği düzeylerine sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç, cinsiyetin sporcu kimliği üzerindeki etkisinin karmaşıklığını vurgular. Literatürdeki benzer çalışmalarla uyumlu olarak, Kuvat (2021) ve Yerebatan (2019) çalışmaları da cinsiyet değişkeninin sporcu kimliği üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Ancak, bu sonuçları destekleyen diğer çalışmaların varlığına rağmen, Damar ve Yılmaz'ın (2021) bulguları erkek bireylerin genelde daha yüksek özgüven düzeylerine sahip olduğu yönündedir. Bu çelişki, cinsiyetin sporcu kimliği ve özgüven üzerindeki etkilerini daha derinlemesine anlamak için gelecekteki araştırmalara ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Yaş değişkenine göre elde edilen bulgular, sporcuların yaş ilerledikçe özgüven düzeylerinin arttığını ve sporcu kimliği ile ilişkilendirdiğini göstermektedir. Bu sonuç, sporcuların deneyim kazandıkça ve yaşlandıkça sporcu kimliklerini daha sağlam bir temele oturttuklarına işaret etmektedir. Karagün'ün (2014) bulgularıyla uyumlu olarak, yaşın sporcu kimliği ve özgüven üzerindeki olumlu etkilerini desteklemektedir. Bu durum, antrenman ve yarışma deneyiminin zaman içinde sporcuların kendine güvenini artırabileceğini ve sporcu kimliğini derinleştirebileceğini göstermektedir.

Spor yapma yılı değişkenine göre elde edilen sonuçlar, sporcuların spor yapma yıllarına bağlı olarak sporcu kimliği ve özgüven düzeylerinde anlamlı farklılık olmadığını göstermektedir. Bu durum, sporcuların başlangıçtaki deneyimlerinden itibaren benzer bir özgüven ve sporcu kimliği seviyesine sahip olduklarını göstermektedir. Ancak, Çetinkaya'nın (2015) ve Aygün ve Öztaşonar'ın (2019) çalışmalarındaki farklı sonuçlarla karşılaştırıldığında, spor yapma yılı değişkeninin sporcu kimliği ve özgüven üzerindeki etkilerini daha iyi anlamak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu görülmektedir.

Spor branşı değişkenine göre elde edilen bulgular, sporcuların spor branşlarına bağlı olarak kendine güven düzeylerinde anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir. Futbolcuların, voleybolculara göre daha yüksek özgüven düzeylerine sahip olduğu görülmektedir. Bu durum, sporcuların faaliyet gösterdikleri branşın, özgüven düzeylerini etkileyebileceğini göstermektedir. Özellikle, Türkmen'in (2005) ve Özbek ve ark.'nın (2017) çalışmalarındaki bulgularla uyumlu olarak, takım sporlarının bireysel sporlara göre özgüveni artırabileceğini göstermektedir. Ancak, Damar ve Uçan'ın (2021) bulguları, spor branşının genel özgüven düzeylerini etkilemediğini öne sürmektedir. Bu çelişki, spor branşı değişkeninin sporcu kimliği ve özgüven üzerindeki etkilerini daha detaylı bir şekilde anlamak için ileri düzeyde araştırmalara ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın son bulgusu ise sporcu kimliği ile sürekli sportif kendine güven arasında belirgin bir pozitif korelasyon olduğunu ortaya koymaktadır. Bu, sporcuların kimlik algıları ile sürekli sportif kendine güven arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu gösterir. Bulgular, bir sporcunun kendini sporcu olarak tanımlama sürecinin, sürekli sportif kendine güven düzeyini etkileyebileceğini düşündürmektedir. Bu bağlamda, literatürde yapılan benzer çalışmalarla uyumlu olarak, Sporcu Kimliği'nin güçlü olmasıyla bireyin sürekli kendine güveninin arttığı gözlemlenmiştir (Çetinkaya, 2015; Horton & Mack, 2000). Sporcu Kimliği'nin artışı, bireyin sporcu kimliğini benimseme derecesini yansıtarak, bu sürecin özgüven üzerinde olumlu bir etki yarattığını işaret edebilir. Bu noktada, literatürdeki bazı araştırmalar, bireyin belirgin bir sporcu kimliği benimsemesinin, kişisel güven duygusu üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu vurgulamıştır (Brewer ve ark., 1993). Ayrıca,

sporcuların kendilerini tanımlama süreçleri ile sürekli kendine güven arasındaki bu pozitif ilişkinin, antrenman ve performans açısından kritik bir öneme sahip olduğunu söylemek mümkündür. Sporcu kimliğini güçlendirmek, sporcuların kendilerine duydukları güveni artırabilir ve bu da onların performansını olumlu yönde etkileyebilir. Örneğin, Yanar, Kırandı ve Can (2019) tarafından yapılan bir çalışma, sporcu kimliğinin güçlendirilmesinin, sporcularda motivasyonu artırabileceğini ve bu da sportif başarıya olumlu katkıda bulunabileceğini öne sürmektedir. Sonuç olarak, Sporcu Kimliği ile Sürekli Sportif Kendine Güven arasındaki bu güçlü pozitif ilişki, sporcuların psikolojik yapılarını anlamak ve geliştirmek adına önemli bir noktayı vurgulamaktadır. Bu bağlamda, antrenörlerin ve spor psikologlarının sporcuların kimlik algılarına ve özgüven düzeylerine odaklanarak kişiselleştirilmiş destek sağlamaları, sporcuların performansını artırma potansiyelini taşıyabilir.

Sonuç olarak, araştırma bulguları sporcuların cinsiyet, yaş, spor yapma yılı ve branşına göre özgüven ve sporcu kimliklerinin değişebileceğini göstermektedir. Bu noktada, antrenörlerin, sporcuların bireysel farklılıklarını anlamak ve onların sporcu kimliği ile özgüven düzeylerini geliştirmek için kişiselleştirilmiş programlar geliştirmeleri önemlidir. Ayrıca, sporcuların bu özelliklerini düzenli olarak değerlendirmeleri ve düşük özgüven seviyelerine sahip olanlar için özel destek programları uygulamaları önerilebilir. Bu tür programların, sportif başarıyı artırabileceği ve sporcuların genel psikolojik refahını iyileştirebileceği düşünülmektedir.

## 5. SONUÇ

Bu çalışma, sporcuların özgüven ve sporcu kimliği düzeylerini cinsiyet, yaş, spor yapma yılı ve spor branşı değişkenleri bağlamında inceleyerek önemli bulgular ortaya koymuştur. Elde edilen sonuçlar, sporcuların psikolojik yapılarını etkileyen faktörleri anlamamıza ve bu alanda daha derinlemesine bir kavrayışa ulaşmamıza olanak tanımaktadır.

Sonuç olarak, bu çalışmanın bulguları sporcuların cinsiyet, yaş, spor yapma yılı ve branşına göre özgüven ve sporcu kimliklerinin çeşitlilik gösterebileceğini ortaya koymaktadır. Bu noktada, antrenörlerin bireysel farklılıkları anlamak ve sporcuların psikolojik yapılarını geliştirmek için kişiselleştirilmiş programlar oluşturmalarının önemi vurgulanmalıdır. Ayrıca, bu çalışma, gelecekteki araştırmacılara, sporcuların psikolojik özelliklerini daha iyi anlamak ve buna yönelik daha kapsamlı çalışmalar yapmak için bir temel sağlamaktadır. Sportif başarıyı artırmak ve genel psikolojik refahı iyileştirmek amacıyla yapılabilecek özel destek programlarına yönelik ileri çalışmalar önerilmektedir.

Bu çalışma, sporcuların içsel dünyasının karmaşıklığını ve bireysel farklılıkların sporcu kimliği ile özgüven üzerindeki etkilerini vurgulamaktadır. Sporun derinliklerindeki bu zenginlik, hem antrenörlerin hem de araştırmacıların bireysel farklılıkları anlama ve sporcuların potansiyelini en üst düzeye çıkarma konusundaki çabalarını şekillendirmelerine olanak tanımaktadır. Bu çalışma, spor psikolojisi alanında yeni kapılar açma potansiyeline sahip olup, sporcuların sadece fiziksel değil, aynı zamanda zihinsel ve duygusal potansiyellerini de değerlendirmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Ayrıca antrenörlerin ve spor psikologlarının, sporcuların bireysel farklılıklarını anlamak ve onların sporcu kimliği ile özgüven düzeylerini geliştirmek için kişiselleştirilmiş programlar geliştirmeleri ve bu özellikleri düzenli olarak değerlendirmeleri, sporcuların performansını artırmaya olanak tanıyabilir.

## Teşekkür

Bu çalışma, 20-22 Ekim 2023 tarihlerinde düzenlenen 11. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi'nde sözlü sunum olarak paylaşılmıştır. Mevcut makale, sözlü sunum sırasında bahsedilen sporcuların özgüven ve sporcu kimliği düzeylerini ayrıntılı bir şekilde



incelemektedir. Bu değerli kongre sırasında yapılan tartışmalar ve katılımcılardan gelen geri bildirimler, çalışmanın metodolojik yaklaşımını zenginleştirmemize ve bulgularımızı daha derinlemesine anlamamıza olanak tanımıştır. Bu noktada, 11. Uluslararası Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi'ni düzenleyen komiteye ve kongre katılımcılarına içten teşekkürlerimizi sunarız. Ayrıca, bu çalışmanın oluşumunda bize destek olan meslektaşlarımıza ve danışmanlarımıza teşekkür ederiz. Spor alanındaki bu değerli etkinliğin bir parçası olmaktan dolayı gurur duyuyor ve gelecekteki araştırmalarda bu alandaki bilgi birikimini daha da artırmayı umuyoruz.

### **Çıkar Çatışması**

Araştırmacılar arasında veya makalenin sonuçlarıyla ilgili olarak herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

### **Finansman**

Bu araştırma belirli bir kurum, vakıf veya hibe tarafından finanse edilmemiştir. Finansal destek alınmamıştır.

### **Yazar Biyografileri ve Katkıları**

**Sorumlu Yazar:** *Dr. Engin Çinibulak<sup>1\*</sup>* - Milli Eğitim Bakanlığı, Bakırköy Anadolu lisesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni, İstanbul, ORCID No: 0000-0001-5155-3586 - cinibulakenginn@gmail.com

**Katkılar:** Araştırma konsepti ve tasarımı, veri toplama ve analizi, literatür incelemesi, makale yazımı, grafik ve tabloların hazırlanması.

*Prof. Dr. Çetin Özdilek<sup>2</sup>* - Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Kütahya, ORCID No: 0000-0003-3676-366X - cetin.ozdilek@dpu.edu.tr

**Katkılar:** Editöryal ve dil düzeltmeleri, eleştiri ve değerlendirme, makalenin sonuç bölümü.

**Alıntı/Citation:** Çinibulak, E., & Özdilek, Ç. (2023). Sporcuların özgüven ve sporcu kimliği düzeylerinin incelenmesi. *InnovatioSports Journal*, 1(1), 27-37.

## **6. KAYNAKLAR**

Akagündüz, N. (2006). *İnsan yaşamında özgüven kavramı*. İstanbul: Ümraniye Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü Yayınları.

Aygün, M., & Öztaşonar, Y. (2019). Buz hokeyi sporcularının sportif sürekli kendine güven özelliklerinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 202-212. <https://doi.org/10.33689/spormetre.508266>

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

Baştuğ, G., Duman, S., Akçakoyun, F., & Karadeniz, F.(2016). Futbol hakemlerinde; stres, özgüven, karar verme. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 5399-5406. <https://doi.org/10.14687/jhs.v13i3.4213>

- Brewer, B. W., & Cornelius, A. E. (2001) Norms and factorial invariance of the Athletic Identity Measurement Scale (AIMS). *Academic Athletic Journal*, 15, 103-113.
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24(2), 237–254.
- Çetinkaya, T. (2015). *Takım sporlarında sporcu kimliği ve sürekli sportif kendine güven ilişkisi* (Yayın No. 421416) [Doktora tezi, Gazi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Damar, İ., & Uçan, Y. (2021). Spor yapan ve yapmayan yetişkin bireylerin özgüven düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Beden Eğitimi Spor ve Teknolojileri Dergisi*, 2(2), 1-10.
- Feltz, D. L. (1988). Gender differences in the causal elements of self-efficacy on a high avoidance motor task. *Journal of sport and exercise psychology*, 10(2), 151-166.
- Fraenkel, J. R., & Wallen, Norman E. (2009). *How to design and evaluate research in education* (7th ed.). McGraw-Hill. New York.
- Hale, B. D., James, B. B., & Stambulova, N. N. (1999). Determining the dimensionality of athletic identity: a "herculean" cross-cultural undertaking. *International Journal of Sport Psychology*, 30(1), 83-100.
- Hambly, K. (2003). *Özgüven* (5. Baskı). (B. Bıçakçı, Çev.). Alfa Yayınları. İstanbul.
- Horton, R. S., & Mack, D. E. (2000). Athletic identity in marathon runners: Functional focus or dysfunctional commitment? *Journal of Sport Behavior*, 23(2), 101–119.
- Karagün, E.(2014).Self-confidence level in professional athletes; an examination of exposure to violence, branch and socio-demographic aspects. *International Journal of Human Sciences*, 11(2), 744-753. <https://doi.org/10.14687/ijhs.v11i2.3018>
- Kuvat, S. (2021). *Spor yapan ve yapmayan ortaokul öğrencilerinin sporcu kimliği ve akran zorbalığının incelenmesi* (Yayın No. 689663) [Yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Özbek, S., Yoncalık, M. T., & Alıncak, F. (2017). Sporcu ve sedanter lise öğrencilerinin özgüven düzeylerinin karşılaştırılması (Kırşehir ili örneği). *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 46-56.
- Savaş, B. Ç., Mavibaş M., & Karababa, B. (2023). Spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin sporcu kimliği düzeylerinin incelenmesi. *Spor ve Bilim Dergisi*, 1(1), 40-54.
- Seydioğlu, C., & Yağcı, İ. (2022). Basketbol ve Futbol Spor Okullarındaki Sporcularının Fair Play Anlayışlarının Karşılaştırılması. *Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 12-22. <https://doi.org/10.48133/igdirsd.1209869>
- Türkmen, M. (2005). *Profesyonel erkek futbolcular ile amatör erkek futbolcuların başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi (İzmir - Manisa örneği)* (Yayın No. 164225) [Yüksek lisans tezi, Celal Bayar Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Vealey, R. S. (1986). Coceptualization of sport confidence and competitive orientation: preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology*, 8(3), 221–246. <https://doi.org/10.1123/jsp.8.3.221>

- Yanar, Ş., Kırandı, Ö., & Can. Y. (2017). Tenis ve badminton sporcularının sporcu kimlik algısı ve başarı motivasyon düzeyleri arasındaki farklılıkların incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 1(1), 51-58.
- Yerebatan, Z. (2019). *Basketbol klasman hakemlerinin karar verme stilleri ve özgüven düzeylerinin incelenmesi* (Yayın No. 567417) [Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Yıldırım, F. (2013). *Sportif sürekli kendine güven alt ölçeğinin uyarlanması ve ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilerde sportif sürekli kendine güvenin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yayın No. 327415) [Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.