TÜRKİYE CUMHURİYETİ
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

SPORCULARDA ANTRENMAN SIKLIĞI, KİŞİLİK VE GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU KAVRAMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

HAZIRLAYAN: SİMGE ÇETİN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR

DANIŞMAN
Doç. Dr. NİHAL DAL

MANİSA, 2023

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

SPORCULARDA ANTRENMAN SIKLIĞI, KİŞİLİK VE GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU KAVRAMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

HAZIRLAYAN: SİMGE ÇETİN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR

DANIŞMAN
DOÇ. DR. NİHAL DAL

TEZ SAVUNMA SINAVI JÜRİ ÜYELERİ

Doç. Dr. Nihal DAL

Doç. Dr. Aylin ZEKİOĞLU

Doç. Dr. Meliha CANPOLAT

MANİSA, 2023

BEYAN

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum "Sporcularda Antrenman Sıklığı, Kişilik ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Kavramları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin bibliyografyada gösterilen eserlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Simge ÇETİN

TEŞEKKÜR

Öğrencisi olduğum için gurur duyduğum, araştırmamın yürütülmesi sırasında desteğini esirgemeyen, her anlamda yanımda olan ve bana yol gösteren değerli danışmanım Doç. Dr. Sayın. Nihal Dal'a

Yüksek lisans sürecim dahil olmak üzere tüm hayatımda bana destek olan teyzem Gül Denktaş ve kuzenim Defne Sunay Ece'ye sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Simge ÇETİN

KISALTMALAR

GKK : Gelişmeleri Kaçırma Korkusu

FOMO : Fear Of Missing Out

İÇİNDEKİLER

BEYAN ..... **İ**

TEŞEKKÜR ..... **İİ**

KISALTMALAR ..... **İİİ**

İÇİNDEKİLER ..... **İV**

TABLOLAR DİZİNİ ..... **Vİ**

ÖZET **7**

ABSTRACT **2**

1. GİRİŞ **3**

1.1.Araştırmanın Amacı 4

1.2.Araştırmanın Önemi 4

2.GENEL BİLGİLER **6**

2.1. Kişilik 6
2.1.1 Kişilik Özellikleri ve Beş Faktör Kişilik Modeli 7
2.1.1.1. Dışa dönüklük 7
2.1.1.2. Yumuşak Başlılık 8
2.1.1.3. Özdenetim 8
2.1.1.4. Duygusal Denge 8
2.1.1.5. Gelişime Açıklık 9

2.2. Kişilik ve Spor 9

2.3. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK) 10

2.4. Antrenman Sıklığı 13

3. GEREÇ VE YÖNTEM **14**

3.1.Araştırmanın Tipi 14

3.2.Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Süresi 14

3.3. Çalışma Grubu 14

3.4.Araştırmanın Soruları 14

3.5.Araştırmanın Sınırlılıkları 15

3.6. Araştırmanın Varsayımları 15

3.7. Veri Toplama Araçları 15
3.7.1 Demografik Bilgi Formu 15
3.7.2. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği 15
3.7.3. Büyük Beş–50 Kişilik Testi 16

3.8. Verilerin Toplanması 16

3.9. Araştırma Etiği 16

3.10.Verilerin Analizi 16

5. TARTIŞMA 29

6.KAYNAKÇA 35

7.EKLER 45

7.1.Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği 45

7.2.Beş Faktör Kişilik Ölçeği Kısa Form 46

7.3.Etik Kurul Onay Belgesi 47

7.4.Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu 48

7.5.Benzerlik Raporu 51

7.6.Kurum İzin Yazısı 52

7.7.Tez Konusu Kabul Belgesi 53

7.8.Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği Kullanım İzni 54

7.9.Beş Faktör Kişilik Ölçeği Kullanım İzni 55

7.10.Özgeçmiş 56

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1. Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı istatistik sonuçları……...18
Tablo 2. Ölçme araçlarına ilişkin sonuçlar…….19
Tablo 3. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanlarının cinsiyete göre karşılaştırma sonuçları……20
Tablo 4. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanlarının spor branşlarına göre karşılaştırma sonuçları……20
Tablo 5. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanlarının başarı düzeylerine göre karşılaştırma sonuçları……21
Tablo 6. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanları ile yaşları arasındaki ilişki sonuçları……21
Tablo 7. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanları ile spor yılları arasındaki ilişki sonuçları……...22
Tablo 8. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanları ile haftalık antrenman sıklıkları arasındaki ilişki sonuçları……22
Tablo 9. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki sonuçları…….23
Tablo 10. Katılımcıların beş büyük kişilik özelliklerinin cinsiyete göre MANOVA sonuçları……..24
Tablo 11. Katılımcıların beş büyük kişilik özelliklerinin spor branşına göre MANOVA sonuçları……...25
Tablo 12. Katılımcıların beş büyük kişilik özelliklerinin başarı düzeylerine göre MANOVA sonuçları……...26
Tablo 13. Katılımcıların beş büyük kişilik özellikleri ile yaşları arasındaki ilişki sonuçları……..27
Tablo 14. Katılımcıların beş büyük kişilik özellikleri ile spor yılları arasındaki ilişki sonuçları……..27
Tablo 15. Katılımcıların beş büyük kişilik özellikleri ile haftalık antrenman sıklıkları arasındaki ilişki sonuçları…….....28

Tezin Başlığı: Sporcularda Antrenman Sıklığı, Kişilik ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Kavramları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Öğrencinin Adı: Simge ÇETİN

Danışmanı: Doç. Dr. Nihal DAL

Anabilim Dalı: Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

ÖZET

Bu çalışmanın amacı sporcuların kişilik özellikleri ve antrenman sıklıkları ile gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmaya 96 kadın 136 erkek olmak üzere 232 sporcu birey katılmıştır. Bu araştırmada, sosyo-demogrofik bilgi formu ve Tatar (2017) tarafından geliştirilen Büyük Beş–50 Kişilik Testi, Przybylski (2013) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlaması Gökler ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans (ANOVA) ve Pearson korelasyon analizleri kullanılmış, anlamlılık $p<.05$ olarak kabul edilmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre sporcunun yaşı arttıkça GKK düzeyi azalmaktadır. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ile yumuşak başlılık arasında pozitif yönde; gelişmeleri kaçırma korkusu ile duygusal denge arasında ise negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Gelişmeleri kaçırma korkusu, Kişilik, Sporcu, Antrenman Sıklığı

Study Name: Investigation of the Relationship between the Concepts of Training Frequency, Personality and Fear of Missing Out in Athletes

Student Name: Simge Çetin

Supervisor Name: Doç.Dr. Nihal Dal

Department: Physical Training and Sport's Instructor - Psychosocial Aspects of Sports

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the relationship between personality traits and training frequency of athletes and their fear of missing out. 232 athletes, 96 women and 136 men, participated in the research. In this research, the socio-demographic information form and the Big Five-50 Personality Test developed by Tatar (2017) and the Fear of Missing Out Scale developed by Przybylski (2013) and adapted into Turkish by Gökler et al. (2016) were used. Independent groups t-test, one-way variance (ANOVA) and Pearson correlation analyzes were used in the analysis of the data, and the significance was accepted as $p<.05$. According to the results obtained from the research, the FOMO level decreases as the age of the athlete increases. There was a positive correlation between the fear of missing out on the developments and amiability of the participants; On the other hand, it has been determined that there is a negative low level significant relationship between the fear of missing out and emotional balance.

Key Words: FOMO, Personality, Training

1. GİRİŞ

Ülkemiz her yıl farklı spor branşlarında yeni başarılar edinmekte ve spora verilen önem artmaktadır. Sporcular uluslararası yarışmalarda yarışabilecek duruma gelebilmek için spora çok erken yaşlarda başlayarak günlerinin önemli kısımlarını antrenmanda geçirmekte ve bunu yıllarca sürdürmektedirler (Başer, 1998). Antrenman sıklığı sporcunun bir hafta içinde yaptığı antrenman sayısını ifade etmektedir (Dündar, 2003). Antrenman sıklığı fazla olan bir sporcu zamanının çoğunu antrenman alanında geçirmektedir ve uzun yıllar günlerinin büyük bir kısmını antrenmanlarda geçiren sporcular bu sebepten sosyal hayatlarındaki bir çok gelişmeden mahrum kalmaktadırlar. Bireylerin mahrum kaldıkları ortamlarda diğer bireylerin keyifli deneyimler yaşıyor olması kaygısına literatürde FOMO (Fear of missing out) adı verilmektedir (Przybylski ve ark., 2013). Bir başka tanımda ise FOMO, insanların var olmadıkları bir ortamda hissettikleri olumlu deneyimlerin ciddi bir şekilde yokluğu olarak tanımlanır. (Hayran ve ark., 2017). FOMO kavramı türkçeye Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK) olarak uyarlanmıştır.

Kişilik, bireyin çeşitli durumlardaki davranışını açıklayan, sürekli, kişilerarası, duygusal, motive edici, deneyimsel bir iletişim tarzıdır (McCrae ve Costa, 1989). Kişilik genel olarak, bir bireyin farklı durumlara verdiği tutarlı tepki olarak ifade edilir. (Bovee ve ark, 1995). Kişilik özellikleri ile ilgili pek çok yaklaşım bulunmaktadır bu yaklaşımlardan biri beş faktör kişilik modelidir. Beş faktörlü kişilik modeli, uyumluluk, dışadönüklük, gelişime açıklık, özdenetim ve duygusal tutarsızlıktan oluşur (Costa ve McCrae, 1995).Sporcuların kişilik özellikleri üzerine bir çok çalışma bulunmaktadır (Tiryaki ve ark., 1991; Koruç ve Bayar, 1992; Kızmaz, 2004; Weinberg ve Gould, 2007; İnallı ve ark., 2020). Sporcuların kişilik özelliklerinin sedanter bireylerden farklılık gösterildiği bilinmektedir (Korkmaz ve ark., 2003) ve bu farklılıktan dolayı sporcuların gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin kişilik özellikleri ile birlikte incelenmesi gerektiği düşünülmektedir.

Başkalarının yaşadığı deneyimlerden eksik kalma endişesi olarak da isimlendirebileceğimiz gelişmeleri kaçırma korkusunun sporcuların yoğun

antrenmanlar, turnuvalar ve maçlar sebebiyle sıklıkla yaşayabileceği bir endişe olduğu düşünülmektedir.

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, 18 yaş üstü sporcularda haftalık antrenman süreleri ile kişilik özellikleri ile kaçırma korkusu arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmaktır. Araştırmanın sonucunda gelişmeleri kaçırma korkusu ve kişilik kavramları arasındaki ilişki durumunun bilinmesinin gelecekte spor bilimleri alanında yapılacak olan çalışmalara temel oluşturabileceği düşünülmektedir.

1.2. Araştırmanın Önemi

Sporcular uluslararası yarışmalarda yarışabilecek duruma gelebilmek için spora çok erken yaşlarda başlayarak günlerinin önemli kısımlarını antrenmanda geçirmekte, bunu yıllarca sürdürmektedirler (Başer, 1998) ve bu sebeple sosyal hayatlarındaki bir çok gelişmeden uzak kalabilmektedirler. Gelişmeleri kaçırma korkusu bireyin bulunmadığı ortamlarda başkalarının keyifli vakit geçirdiğini düşünmesi kaygısıdır (Przybylski ve ark., 2013). GKK deneyimin yaşanmasının aynı faaliyeti tekrar etme niyetini azalttığını ve yaşanan deneyimleri değerlendirirken olumsuz etki yarattığı bilinmektedir (Hayran ve ark., 2020). Araştırmamızdaki diğer kavramımız olan Kişilik, bir bireyi diğer bireylerden ayıran alışkanlıklar, savunma mekanizmaları ve davranış kalıpları gibi tüm özelliklerdir**.** Bu özellikler kişinin çevresiyle olan ilişkilerini belirler (Acar ve Ömer, 2002). Diğer bir deyişle kişilik, bir bireyin kendine özgü ve karakteristik davranışı olarak tanımlanabilir ancak bu davranışların bireyde kalıcı ve sürekli olduğu unutulmamalıdır. (Tiryaki, 2000). GKK ve kişilik kavramlarının karşılaştırıldığı çalışmalar da nevrotiklik ve GKK arasında olumlu yönde ilişki olduğu bulunmuştur (Alt ve Boniel-Nissim, 2018; Blackwell ve ark., 2017; Rozgonjuk, 2021). GKK ve aynı zamanda kişilik kavramlarının incelendiği çalışmalarda sporcu örneklemine rastlanmamıştır. Bu bilgiler ışığında araştırmanın önemi, sporcuların haftalık antrenman saatleri, kişilik özellikleri ve gelişmeleri

kaçırma korkusu arasındaki ilişkinin sonuçlarına göre antrenörlerin sporculara yaklaşırken sergileyebilecekleri tutum ve davranışlara yönelik değişimlerin oluşturulmasına, sporcunun performansı ile arasındaki ilişkinin incelenmesine aynı zamanda antrenman sıklığının belirlenmesi ve sporcunun sosyal hayatı konusundaki planlamaya destek olacağı düşünülmektedir.

2.GENEL BİLGİLER

2.1. Kişilik

Kişilik kavramı pek çok bakış açısıyla değerlendirilen ve ortak tanıma sahip olmayan bir kavramdır. Bu kavram psikolojide yeri çok büyük olan ve kapsamı çok geniş olan kavramlardan biridir. Geçmişten günümüze ortaya çıkan her kuram kişiliği kendi açısından tanımlamıştır (Taymur ve Türkçapar 2012). Kişilik (personality) kelimesinin kökenine gidildiğinde Latince maske anlamına gelen persona' ya kadar uzanılmaktadır (Chamorro-Premuzıc, 2014). Sözü edilen bu maskeyi tiyatro oyuncuları oyun sırasında kullanmıştır (Yanbastı, 1996). Bu maskenin kullanılmasının temelinde farklılıklar, duygular ve ifadeler önemlidir (Sarıkabak, 2016). Türk Dil Kurumunda (2022), kişilik "*bir kişinin özelliği, zihinsel ve ruhsal nitelikleri, kişiliği*" olarak tanımlanmıştır. Kişilik kavramı birçok farklı bilim dalı tarafından araştırılmış ve birçok tanım literatürde yer bulmuştur (Dönmez, 2018).

Kişilik, farklı birçok yaklaşım tarafından değerlendirilse de, özetle bireysel farklılıklar olarak açıklanabilir (Morgan, 1999). Kişilik kavramı bireylerin hayatlarını şekillendiren ve aynı zamanda yönlendiren davranışlarının bütünüdür (Pervin, 1996). Cüceloğlu (2003) kişiliği, bireyleri birbirlerinden farklılaştıran ve kendilerine özel olan davranışların tamamı olarak tanımlar. Bir başka tanımda ise kişilik, duygu, düşünce ve davranışta benzerlikler ve farklılıklar üreten bir dizi özelliktir (Özkalp, 2003). Bu farklılıklar bireyi benzersiz yapma görevindedir. Kişinin huyları, algılamaları, davranış şekilleri ve olaylara karşı perspektifleri bireyi farklı kılan özelliklerden bazılarıdır (Aydın ve ark., 2005).

Kişilik, bireyde meydana gelen istikrarlı davranışlardır ve kişinin aklında oluşan süreçlerdir (Burger, 2006). Kişilik yapısal aynı zamanda da süreç kavramıdır ve bireyin hem genlerinde bulunur hem de sonradan kazanılır (Güven, 2018). Kişilik, "*bireyin iç ve dış çevresi ile oluşturduğu karakteristik, tutarlı ve yapılandırılmış bir ilişkidir".* (Cüceloğlu, 2017).

2.1.1 Kişilik Özellikleri ve Beş Faktör Kişilik Modeli

Kişilik kavramına dair birçok yaklaşım bulunsa da son yıllarda en çok kabul gören yaklaşım beş faktör kişilik modeli beş faktör kişilik modelidir (LaMarcus ve ark, 2010). Beş faktörlü kişilik modeli üzerine yapılan araştırmalar uzun bir geçmişe sahiptir ve son yıllarda farklı dil grupları üzerine yapılan araştırmalarla desteklenmektedir. (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Bu model literatürde ‘’Büyük Beşli’’ olarak da sıklıkla kullanılmaktadır. McCrae ve Costa'ya (1992) göre bu modelin araştırmacılar tarafından yaygın kullanılmasının sebepleri olarak değerlendirilen özelliklerin güncelliğini kaybetmemesi, kolay uygulanabilmesi ve farklı gruplarda geçerliliğini kanıtlamış olması söylenebilir. Beş faktör kişilik modeli dışadönüklük, yumuşak başlılık, öz denetim, duygusal denge ve gelişime açıklık alt boyutlarından oluşmaktadır (McCrae ve Costa, 1999). Araştırmanın kapsamında bu faktörlere aşağıda verilen isimleri kullanılarak değinilip detaylı açıklamalarına yer verilmiştir.

- Dışa dönüklük
- Yumuşak Başlılık
- Özdenetim
- Duygusal Denge
- Gelişime Açıklık

2.1.1.1. Dışa dönüklük

Dışadönüklük faktörünü sosyallik, liderlik, sıcakkanlılık, aktif olmak, enerjik, rahatlık gibi özellikler temsil etmektedir (Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002). Dışadönüklük puanı yüksek olan bireyler insanlarla vakit geçirmekten keyif alan, arkadaş canlısı, eğlenceyi seven, özgüveni yüksek olan, neşeli, hareketli, başkaları ile kolayca iletişim kurabilen bireylerdir (Somer ve ark., 1999).

Dışadönüklük puanı düşük bireyler ise içedönük bireyler olarak isimlendirilmektedir. Bu bireyler başka insanlarla iletişim kurarken mesafelidirler, kalabalık ortamlardan hoşlanmazlar, sessiz, ciddi, ağırbaşlı ve görev odaklı bireylerdir (Tatlıoğlu, 2014).

2.1.1.2. Yumuşak Başlılık

Uyumluluk düzeyi yüksek bireyler kendinden çok çevresini düşünen, kurallara uymayı seven, işbirliğinde başarılı bireylerdir (Costa ve ark., 1991). Bu bireyler yardımsever, dürüst, yumuşak kalpli, merhametli ve kibar sıfatları ile de tanımlanabilir (Somer ve ark., 2011). Ayrıca bu faktörden yüksek puan alanlar dostça, anlayışlı ve ılımlı davranmayı tercih eder (Chamorro-Premuzıc, 2014). Toplum içerisinde ilişkilerde istenilen bir kişiliktir (Stavrova ve ark., 2022) ve arkadaş olarak seçilme ihtimalleri çok yüksektir (Selfhout ve ark., 2010).

Uyumluluk düzeyi düşük bireylerin ise çoğunlukla sinirli bireyler oldukları belirtilmiştir (Costa ve ark., 1991). Soğuk, uyumsuz ve muhalif kişiler olarak da tanımlanabilirler (Robbins ve Judge, 2017).

2.1.1.3. Özdenetim

Sorumluluk düzeyi yüksek bireyleri iradeli, kararlı, bilinçli, azimli ve mükemmeliyetçi bireyler olarak tanımlayabiliriz. Bu bireyler ayrıca öz disiplini yüksek, çok planlı, çok çalışkan, başarı kazanma güdüsü yüksek bireylerdir. Ayrıca bu bireyler hazzı erteleyebilen, hoşlanmadığı görevlerde dahi sabır gösterebilen, güvenilir ve sorumlu bireylerdir (Mete, 2006).

Sorumluluk düzeyi düşük bireylerin görev bilincinden uzak, ciddiyeti zayıf, görevlerini uygulamaktan kaçınan, esnek, plansız, dikkati kolayca dağılan, güvenilmez bireyler olduğunu söyleyebiliriz (Costa ve ark., 1991).

2.1.1.4. Duygusal Denge

Duygusal dengesizliği yüksek olan kişiler kendilerini sinirli, duygusal ve hassas hissederler. (Somer, 1998). Bu bireylerin benliğini olduğu gibi kabul edemeyen, karamsar, kolayca öfkelenip huzursuz olan, endişeli ve gergin, huzursuz, duygusal iniş çıkışları oldukça fazla (İnanç ve Yerlikaya, 2008), ayrıca

diğer bireyler ile ilişkiler kurmakta zorlanan ve uyum problemi yaşayan bireylerdir (McCrae ve Costa, 1987).

Bu faktörün diğer ucundaki duygusal dengeli bireyler ise kontrollü ve tutarlı davranışlara sahip, kendine güveni yüksek, eleştirilere açık, sakin ve engellerle başa çıkmada etkili bireylerdir (İnanç ve Yerlikaya, 2008).

2.1.1.5. Gelişime Açıklık

Beş faktör arasında fikir birliğine varılamayan ve en karmaşık olan faktördür (Somer, 1998). Gelişime açıklık düzeyi yüksek olan bireyler sanata ilgili, entelektüel, özgün, değişiklikten hoşlanan, meraklı, geleneksellikten uzak ve güçlü hayal gücüne sahip bireylerdir (Costa ve McCrae, 1992). Bu bireyler estetik değerlere ve entelektüel faaliyetlere çok önem verir çünkü kendilerine yeni bir deneyim alanı aramaktan hoşlanır (Heinstörm, 2003).

Bu faktör özelliği baskın olmayan bireyler ise geleneklere bağlı, sabit fikirli, risk almaktan kaçınan, sığ, kuralcı, yeniliklerden hoşlanmayan, muhafazakar, alışılmış düzenin dışına çıkmayı tercih etmeyen, hayal gücü zayıf bireylerdir (Somer, 1998).

2.2. Kişilik ve Spor

Spor, belirli kuralları olan sosyal bir aktivite, mükemmele ulaşmak veya eğlenmek amacıyla bireysel veya takım halinde yapılan yarışma olarak tanımlanmaktadır. (https://tr.wikipedia.org/wiki/Spor, Erişim Tarihi 15 Kasım 2022). Kişilik ve spor ilişkisine bakıldığında sporun bireyin kişilik gelişimine etkisi ve katkısı olduğu tespit edilmiştir. Sporcular ve sporcu olmayanlar arasındaki kişilik özelliklerinde farklılıklar olduğunu gösteren araştırmalar var. (Weinberg ve Gould, 2007). Tiryaki ve diğerleri (1991), spor yapan kişilerin spor yapmayanlara göre daha dışa dönük ve duygusal olarak daha dengeli olduklarını bulmuşlardır. Koruç ve Bayar (1992) araştırmalarında bayan atlet sporcuların bayan voleybolculara göre daha içe dönük bir yapıda olduğu sonucuna ulaşmıştır.

2.3. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK)

Son yıllarda pek çok araştırmaya konu olan bu kavram akademik olarak ilk kez Przybylski ve arkadaşlarının (2013) araştırmasında kullanılmıştır. Przybylski ve diğerleri (2013), Fomo'yu (Fear of Missing Out) "başkalarının ödüllendirici deneyimler yaşamasından duyulan kaygı" olarak tanımlamıştır. Oxford sözlükte ; Fomo heyecan verici olayların başka yerde yaşanıyor olduğu kaygısıdır (Oxford, 2023). Uplifers'tan (2017), Fomo; Bu durum "kaygı bozukluğu" ya da "gereksiz pişmanlık" terimleriyle hayatımıza giren bir olgu olarak ifade edilir. Cohen (2013) Fomo'yu diğer insanların kendilerinden daha mutlu, daha ilginç ve daha keyifli bir yaşam sürme kaygısı olarak tanımlamıştır. Bu kavram 2016 yılında Gökler ve arkadaşları tarafından Türkçeye gelişmeleri kaçırma korkusu (GKK) olarak çevrilmiştir. Gelişmeleri kaçırma korkusu bireyin o anda bulunmadığı ortamlarda ilgi çekici, heyecan verici olayların yaşanması ve bireyin o anları kaçırıyor hissetme kaygısı olarak özetlenebilir.

GKK Voboril tarafından 2010 yılında dile getirilmiştir. Davranışlar üzerindeki etkisi ise James Walter Thompson tarafından 2012 yılında raporlanmıştır ve bu raporda 18-34 yaş aralığındaki bireylerin %70'inin GKK yaşadıkları yazılmıştır (Aydın,2018). Eriş (2014) toplumda GKK görülme sıklığının giderek arttığını belirtmekte ve müdahale etme ihtiyacı ya da geride kalmak istememe sonucu ortaya çıkan takıntılı bir durum olarak tanımlanabileceğini belirtmektedir. GKK'nın nedenlerine bakacak olursak merak, ait olduğumuzu hissetme ihtiyacı, rekabet ve sunum duygusu, iletişim kültüründeki değişim ve eksiklik duygusu gibi pek çok neden olduğunu görürüz (Tanhan, Özok, Tayiz,; 2022).

Gelişmeleri kaçırma korkusu yeni bir olgu değildir fakat sosyal medya platformlarının aktif kullanımı ile beraber insanların hayatlarında daha çok yer kaplamaya başlamıştır (Argan ve ark., 2018). Luna (2014) GKK'nin eski bir korku olduğunu fakat günümüzde sosyal medya kullanımlarının artışı ile birlikte yeniden önem kazandığını belirtmiştir İnsanlar sosyal medya platformlarında daha fazla vakit geçirdikçe GKK çok hızlı bir şekilde karşımıza çıkmaya başladı. (Jwt, 2012). Sapadin (2015), sosyal medyayı çok aktif kullanan kişilerde GKK'nın

daha güçlü yaşandığını belirtmiştir. Bunun nedeni ise bu kişilerin sosyal medya aracılığı ile diğer bireylerin ne yaptıklarından sürekli haberdar olma istekleridir. Blum'a (2016) göre GKK, kişinin sosyal medya platformlarında arkadaşlarının resimlerini fiilen içinde olmadan görmesi ve dolayısıyla olumsuz duygular hissetmesi olarak tanımlanabilir. Bisping (2018), GKK'lı kişilerin bu korkuyu azaltmak için sıklıkla sosyal medyaya baktıklarını belirtmiştir.

Her ne kadar birçok çalışmada GKK ve sosyal medya ilişkilendirilse de bu kavram yalnızca çevrimiçi deneyimlerle sınırlı değildir. Milyavskaya (2018) çalışmasında bireylerin anlık GKK deneyimlerini incelemiş ve bireylerin çoğunlukla günün ilerleyen saatlerinde, haftanın son günlerinde bireyin ders çalışmak ve ya işte olmak gibi gerekli bir görevini yerine getirirken deneyimlediği sonucuna ulaşmıştır. Başka bir çalışmada ise bireylerin, ofis, yaz okulu ve müze gibi çevrimdışı ortamlarda nasıl hissettiğine odaklanmış ve bireylerin keyif aldıkları ortamlarda dahi GKK deneyimleyebildikleri sonucuna ulaşılmıştır (Hayran ve ark, 2017). GKK, insanların potansiyellerinin farkına varmamaları veya kendi hayatlarına kıyasla daha fazla şeye veya iyi bir hayata sahip olmaları gerektiği fikrinden kaynaklanabilir. (Tanhan, Özok, Tayiz,; 2022).

Przybylski ve diğerleri (2013), yoksunluk korkusunu insan motivasyonuna dayalı bir kendi kaderini tayin teorisi ile açıklamıştır. Kendi kaderini tayin teorisine göre ruh sağlığı ve öz disiplin için üç temel psikolojik ihtiyacın karşılanması gerekir. Bu ihtiyaçlar; aidiyet ihtiyacı, özerklik ve yeterlilik ihtiyacı. Bağlanma ihtiyacı; diğer insanlarla insan etkileşimi. Aynı zamanda sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için diğer insanlarla etkileşime girmeyi de içerir. özerklik ihtiyacı; Davranışlarınızı kabul etmek ve kararlarınızı kontrol etmekle ilgilidir. Vasıf; Çevresi tarafından kendisine değer verildiğinde neler yapabileceğinin farkında olan kişinin olası durumudur (Sarı vd., 2011). GKK'nin bu ihtiyaçları karşılayamayan bireylerde daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Araştırmalara kaçırma korkusu kavramıyla bakacak olursak; Stead ve Bibby (2017) bir şeyi kaçırma korkusu, problemli internet kullanımı, kişilik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Elde edilen sonuçlara göre hoşgörü, dışadönüklük, duygusal istikrar ve sorumluluk öznel iyi oluşu olumlu yönde etkilerken, problemli internet kullanımı ve kaybetme korkusu öznel iyi oluşu

olumsuz etkilemektedir. Onay ve ark. (2015), kurumsal yaşamda insanların üretkenliklerini azaltabileceğini savunuyorlar. Pazarlamacılar, iş saatlerinde başkalarının yaptıklarını kaçırma korkusuyla sosyal medya platformlarında daha fazla zaman harcıyor. Bu durum girişimcilerin üretkenliğini büyük ölçüde etkilemektedir. Kaçik ve Acari'nin (2020) araştırmasına göre, GKK ile yaşam doyumu arasında bir ilişki bulamamışlar, ancak cinsiyet ile çalışma durumu arasında da pozitif bir ilişki olmadığını bulmuşlardır. Yaş ve sınıf değişkenleri ile GKK düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulmuşlardır.

GKK kavramı incelendiğinde sporcu örneklemi içeren çalışmaların oldukça sınırlı olduğu gözlemlenmiştir. Yıldız ve arkadaşları tarafından 458 genç sporcu üzerinde yapılan bir çalışmada GKK'nin nomofobi ve internet bağımlılığını yordadığı sonucu ortaya çıkmıştır (Yıldız ve ark., 2020).

2.4. Antrenman Sıklığı

Antrenman sporcunun performansını artırmak için planlı ve programlı olarak yaptığı fiziki, ruhsal, psikolojik teknik taktiğe dayanan bir eğitimdir (Muratlı, 1981). Bir başka tanımda ise ‘’antrenman sporcuların fiziksel ve motivasyon gücünün, teknik taktik özelliklerini beslenme ve psikolojik yüklenmeler doğrultusunda düzeltilmesi ve performansın en üst düzeye çıkarılmasını hedefleyen bir çalışmadır’’ olarak ifade edilmiştir (Sevim, 2007). Antrenmanın ögeleri bulunmaktadır bunlar; antrenmanın kapsamı, antrenmanın şiddeti ve antrenmanın sıklığıdır (Bompaa, 2011). Antrenman sıklığı sporcunun bir hafta içinde yaptığı antrenman sayısını ifade etmektedir (Dündar, 2003).

3. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1.Araştırmanın Tipi

Bu çalışma sporcuların kişilik özellikleri, antrenman sıklığı ve gelişmeleri kaçırma korkusu kavramları arasındaki ilişkinin incelendiği nicel bir araştırmadır.

3.2.Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Süresi

Çalışma, 2022-2023 yıllarında Manisa ilinde bulunan spor kulüplerindeki sporcular ile yürütülmüştür.

3.3. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu farklı spor branşları ile ilgilenen ve en az 5 yıldır bir spor kulübünde lisansı olup spor hayatı devam eden sağlıklı sporcu bireylerden oluşmaktadır.

3.4.Araştırmanın Soruları

- Sporcuların antrenman sıklığı ile gelişmeleri kaçırma korkusu seviyeleri arasında bir ilişki var mıdır?
- Sporcuların kişilik özellikleri ile gelişmeleri kaçırma korkusu seviyeleri arasında bir ilişki var mıdır?
- Sporcuların spor yılı ile gelişmeleri kaçırma korkusu seviyeleri arasında bir ilişki var mıdır?
- Sporcuların cinsiyetleri ile gelişmeleri kaçırma korkusu seviyeleri arasında bir ilişki var mıdır?
- Sporcuların spor hayatlarındaki başarı seviyeleri ve gelişmeleri kaçırma korkusu seviyeleri arasında bir ilişki var mıdır?
- Sporcuların spor branşları ile gelişmeleri kaçırma korkusu seviyeleri arasında bir ilişki var mıdır?

3.5.Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma

1) Farklı spor branşları ile uğraşan kadın ve erkek sporcular,
2) Beş Faktör Kişilik envanteri, gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeği ve sosyodemografik bilgi formlarından elde edilen veriler,

ile sınırlıdır.

3.6. Araştırmanın Varsayımları

1) Uygulanan ölçekler araştırmanın hedefine ulaşmasına ilişkin yeterli ve geçerli bilgileri sağlamaktadır.
2) Katılımcılar ölçekleri doğru ve samimi şekilde cevaplamıştır.
3) Araştırmada kullanılan istatistiksel yöntemler araştırmanın amacına uygundur.

3.7. Veri Toplama Araçları

Araştırma için veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik bilgi formu, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği, Büyük Beş–50 Kişilik Testi kullanılmıştır.

3.7.1 Demografik Bilgi Formu

Katılımcılara bu bölümde; yaş, cinsiyet, haftalık antrenman günü ve antrenman saatleri hakkında sorular yöneltilmiştir.

3.7.2. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ise, Przybylski (2013) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlaması Gökler ve arkadaşları (2016) tarafından yapılmıştır. Toplam 10 maddeden oluşan ölçek tek boyutlu olup ters madde bulunmamaktadır. Ölçek içerisinde yer alan maddeler, 5'li likert olarak

şekillendirilmiştir. Ölçekten alınan puanın (minimum 10 puan, maksimum 50 puan) yüksek olması gelişmeleri kaçırma korkusunun yüksek olduğunu gösterir. Ölçeğin güvenirlik düzeyi Przybylski'nin (2013) çalışmasında 0,82 tespit edilmişken Gökler ve arkadaşlarının çalışmasında 0,81 olarak tespit edilmiştir.

3.7.3. Büyük Beş–50 Kişilik Testi

Büyük Beş-50 Kişilik Testi Türkçe Formu, beşli likert tipi değerlendirmeyle uygulanmakta (1 = Hiç Uygun Değil, 5 = Çok Uygun) ve toplam 50 maddeden oluşmaktadır. Büyük Beş-50 Kişilik Testi, Dışadönüklük, Uyumluluk, Sorumluluk, Duygusal Dengelilik olarak isimlendirilen beş faktörden oluşmaktadır. Testin çeviri çalışmasında, testte yer alan faktörlerin iç tutarlılık güvenirlik katsayılarının 0,65-0,79 arasında değiştiği bildirilmektedir. Her bir faktörden alınan yüksek puan, ilgili özelliğin düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir (Tatar, 2017).

3.8. Verilerin Toplanması

Araştırmada veri toplama amacıyla kullanılan ölçekler katılımcılara yüz yüze şekilde uygulanmıştır. Katılımcılardan kişisel bilgileri istenmemiştir. Çalışmanın amacı anlatıldıktan sonra ölçek maddelerini kendilerine uygun olacak şekilde işaretlemeleri istenmiştir.

3.9. Araştırma Etiği

Çalışmanın bilimsel ve etik değerlendirmesi Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulu Başkanlığı'na sunuldu ve etik kurul onayı alındı. Etik Kurul İzin no:1028

3.10. Verilerin Analizi

Katılımcılardan elde edilen verilere öncelikle tanımlayıcı istatistikler uygulanmıştır. Uygulanacak istatistiksel analizlere karar vermeden önce ise

verilerin çarpıklık (skewness) ile basıklık (kurtosis) değerleri kontrol edilmiş ve sonuçların -2,…,+2 aralığında değiştiği saptanmıştır. Söz konusu bu aralığın normal dağılıma uygun olduğuna dair (George ve Mallery, 2019, ss. 114-115) kanıtlar mevcuttur. Verilerin analizinde bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans (ANOVA), tek yönlü MANOVA ve Pearson korelasyon analizleri kullanılmış, anlamlılık $p<.05$ olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Tablo 1. Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı istatistik sonuçları

Cinsiyet	**n**	**%**
Kadın	96	41,4
Erkek	136	58,6
Başarıb	**n**	**%**
Başarı yok	40	17,2
İl derecesi	89	38,4
Ulusal dereceler	80	34,5
Uluslararası dereceler	23	9,9
Spor Branşı	**n**	**%**
Takım sporları	135	58,2
Bireysel sporlar	97	41,8
	$\bar{X}$	**ss**
Yaş	20,97	2,40
	$\bar{X}$	**ss**
Spor Yılı	10,00	3,23
	$\bar{X}$	**ss**
Antrenman Yoğunluğu	4,54	1,42
	$\bar{X}$	**ss**
Antrenman Saati	2,32	,79
Toplam	**232**	**100,0**

Tablo 1' e göre katılımcıların %41,4'ünün (n=96) kadın; %58,6'sının (n=136) ise erkek olduğu; %17,2'sinin (n=40) başarısının olmadığı, %38,4'ünün (n=89) il derecesi olduğu; %34,5'inin (n=80) ulusal derecesi olduğu; %9,9'unun (n=23) uluslararası derecesi olduğu; %58,2'sinin (n=135) takım sporları, %41,8'inin (n=97) bireysel sporlarla ilgilendiği tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların yaş ortalamasının 20,97±2,40; spor yılı ortalamasının 10,00±3,23; antrenman yoğunluğunun 4,54±1,42; antrenman saatinin ise 2,32±,79 olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Ölçme araçlarına ilişkin sonuçlar

Değişkenler	Çarpıklık	Basıklık	Croncbach α	$\overline{X} \pm SS$
Dışa Dönüklük	-,236	,509	,751	3,31±,65
Yumuşak Başlılık	-,040	,034	,703	3,68±,56
Öz Denetim	-,573	,164	,795	3,75±,68
Duygusal Denge	-,165	-,093	,708	3,11±,63
Deneyime Açıklık	-,208	3,74	,694	3,74±,52
Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	-,141	-,390	,817	28,47±7,12

Tablo 2 incelendiğinde ölçme araçlarına ait çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2…..+2 aralığında değiştiği ve söz konusu bu değerlerin normal dağılıma uygun olduğu (George ve Mallery, 2019, ss. 114-115); bunun yanı sıra ölçeklere ilişkin Cronbach's Alfa katsayısının kişilik ölçeğinde ,694 ile ,751 arasında değiştiği; gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeğinde ise ,817 olduğu ve bu değerin Karagöz'e (2017, s. 26) göre güvenilir olarak anlaşılmaktadır. Ölçeklere ait puan ortalamalarına bakıldığında dışa dönüklükte 3,31±,65; yumuşak başlılıkta 3,68±,56; öz denetimde 3,75±,68; duygusa dengede 3,11±,63; deneyime açıklıkta 3,74±,52 ve gelişmeleri kaçırma korkusunda ise 28,47±7,12 olarak bulunmuştur.

Tablo 3. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanlarının cinsiyete göre karşılaştırma sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	n	X	ss.	t	p
Gelişmeler Kaçırma Korkusu	Kadın	96	29,01	6,57	,980	,328
	Erkek	136	28,08	7,48		

Tablo 3' deki *"bağımsız gruplar t-testi"* sonuçlarına göre; katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ortalama puanların cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. (p>.05).

Tablo 4. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanlarının spor branşlarına göre karşılaştırma sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	n	X	ss.	t	p
Gelişmeler Kaçırma Korkusu	Takım Sporları	135	28,24	7,24	-,557	,578
	Bireysel Sporlar	97	28,77	6,97		

Tablo 4' deki *"bağımsız gruplar t-testi"* sonuçlarına göre; katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ortalama puanlarının göre bir farklılık olmadığı belirlenmiştir (p>.05).

Tablo 5. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanlarının başarı düzeylerine göre karşılaştırma sonuçları

Değişkenler	Başarı Düzeyi	n	X	ss.	F	p
Gelişmeler Kaçırma Korkusu	Başarı yok	40	28,73	7,20	1,027	,381
	İl derecesi	89	29,30	6,70		
	Ulusal dereceler	80	27,40	7,12		
	Uluslararası dereceler	23	28,48	8,42		

Tablo 5' deki *"tek yönlü varyans analizi (ANOVA)"* sonuçlarına göre; katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ortalama puanlarının başarı düzeylerine göre anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır (p>.05).

Tablo 6. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanları ile yaşları arasındaki ilişki sonuçları

		Gelişmeleri Kaçırma Korkusu
Yaşınız	r	-,200
	p	,002**

Tablo 6' deki *"Pearson korelasyon*" analizi sonucunda katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ortalama puanları ile yaşları arasında negatif yönde düşük seviyelerde anlamlı korelasyonlar olduğu tespit edilmiştir. (p<.05).

Tablo 7. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanları ile spor yılları arasındaki ilişki sonuçları

		Gelişmeleri Kaçırma Korkusu
Spor yılınız	r	-,110
	p	,095

Tablo 7' deki *"Pearson korelasyon*" analizi sonucunda katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ortalama puanları ile spor yılları arasında anlamlı ilişkiler olmadığı tespit edilmiştir (p>.05).

Tablo 8. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu puanları ile haftalık antrenman sıklıkları arasındaki ilişki sonuçları

		Gelişmeleri Kaçırma Korkusu
Haftalık antrenman sıklığı	r	-,047
	p	,479

Tablo 8' deki *"Pearson korelasyon*" analizi sonucunda katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ortalama puanları ile haftalık antrenman sıklıkları arasında anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir (p>.05).

Tablo 9. Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki sonuçları

		Gelişmeleri Kaçırma Korkusu
Dışa Dönüklük	r	,033
	p	,617
Yumuşak Başlılık	r	,177
	p	,007**
Öz Denetim	r	,037
	p	,576
Duygusal Denge	r	-,287
	p	,000**
Deneyime Açıklık	r	,057
	p	,385

Tablo 9' daki *"Pearson korelasyon*" analizi sonucunda katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ile yumuşak başlılık (r=,177; p=007) arasında pozitif yönde düşük düzeyde; gelişmeleri kaçırma korkusu ile duygusal denge (r=-,287; p=000) arasında ise negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 10. Katılımcıların beş büyük kişilik özelliklerinin cinsiyete göre MANOVA sonuçları

	Cinsiyet	n	$\overline{X}$	ss	F	p
Dışa Dönüklük	Kadın	96	3,31	,74	,002	,968
	Erkek	136	3,31	,57		
Yumuşak Başlılık	Kadın	96	3,77	,57	3,687	,056
	Erkek	136	3,62	,55		
Öz Denetim	Kadın	96	3,86	,64	4,329	,039*
	Erkek	136	3,67	,69		
Duygusal Denge	Kadın	96	2,94	,65	12,419	,001*
	Erkek	136	3,23	,57		
Gelişime Açıklık	Kadın	96	3,81	,50	3,889	,050
	Erkek	136	3,68	,52		

Tablo 10'daki tek yönlü MANOVA sonucunda elde edilen (Pillai's Trace=,082; F=4,017; p=,002; η^2=,082) değerler katılımcıların cinsiyetine göre öz denetim (F=4,329; p=,039) ve duygusal denge (F=12,419; p=,001) ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir.

Tablo 11. Katılımcıların beş büyük kişilik özelliklerinin spor branşına göre MANOVA sonuçları

	Spor Branşı	n	$\overline{X}$	ss	F	p
Dışa Dönüklük	Takım Sporları	135	3,27	,64	1,203	,274
	Bireysel Sporlar	97	3,36	,64		
Yumuşak Başlılık	Takım Sporları	135	3,66	,56	,563	,454
	Bireysel Sporlar	97	3,72	,57		
Öz Denetim	Takım Sporları	135	3,81	,64	2,985	,085
	Bireysel Sporlar	97	3,66	,71		
Duygusal Denge	Takım Sporları	135	3,06	,61	1,867	,173
	Bireysel Sporlar	97	3,17	,63		
Gelişime Açıklık	Takım Sporları	135	3,77	,52	1,279	,259
	Bireysel Sporlar	97	3,69	,51		

Tablo 11'deki tek yönlü MANOVA sonucunda elde edilen (Pillai's Trace=,034; F=1,589; p=,164; η^2=,034) değerler katılımcıların spor branşlarına göre beş büyük kişilik özellikleri ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir.

Tablo 12. Katılımcıların beş büyük kişilik özelliklerinin başarı düzeylerine göre MANOVA sonuçları

	Başarı Düzeyi	n	$\overline{X}$	ss	F	p
Dışa Dönüklük	Başarı yok	40	3,15	,56	1,139	,334
	İl derecesi	89	3,31	,61		
	Ulusal dereceler	80	3,36	,72		
	Uluslararası dereceler	23	3,38	,59		
Yumuşak Başlılık	Başarı yok	40	3,75	,45	1,923	,127
	İl derecesi	89	3,77	,63		
	Ulusal dereceler	80	3,59	,50		
	Uluslararası dereceler	23	3,57	,60		
Öz Denetim	Başarı yok	40	3,65	,46	1,444	,231
	İl derecesi	89	3,82	,77		
	Ulusal dereceler	80	3,78	,61		
	Uluslararası dereceler	23	3,53	,78		
Duygusal Denge	Başarı yok	40	2,99	,60	1,648	,179
	İl derecesi	89	3,05	,63		
	Ulusal dereceler	80	3,21	,60		
	Uluslararası dereceler	23	3,21	,67		
Gelişime Açıklık	Başarı yok	40	3,67	,42	,250	,861
	İl derecesi	89	3,74	,55		
	Ulusal dereceler	80	3,76	,52		
	Uluslararası dereceler	23	3,74	,51		

Tablo 12'deki tek yönlü MANOVA sonucunda elde edilen (Pillai's Trace=,087; F=1,344; p=,170; η^2=,029) değerler katılımcıların başarı düzeylerine göre beş büyük kişilik özellikleri ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir.

Tablo 13. Katılımcıların beş büyük kişilik özellikleri ile yaşları arasındaki ilişki sonuçları

		Dışa Dönüklük	Yumuşak Başlılık	Öz Denetim	Duygusal Denge	Deneyime Açıklık
Yaşınız	r	,088	,039	-,114	,204	,015
	p	,184	,556	,084	,002**	,823

Tablo 13' deki *"Pearson korelasyon*" analizi sonucunda katılımcıların beş büyük kişilik özelliklerinden duygusal denge ile yaşları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir (r=,204; p<.05).

Tablo 14. Katılımcıların beş büyük kişilik özellikleri ile spor yılları arasındaki ilişki sonuçları

		Dışa Dönüklük	Yumuşak Başlılık	Öz Denetim	Duygusal Denge	Deneyime Açıklık
Spor yılınız	r	,168*	-,061	-,051	,202**	,102
	p	,010	,358	,437	,002	,120

Tablo 14' deki *"Pearson korelasyon*" analizi sonucunda katılımcıların beş büyük kişilik özelliklerinden dışa dönüklük (r=,168; p<.05) ve duygusal denge (r=,202; p<.05) ile spor yılları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 15. Katılımcıların beş büyük kişilik özellikleri ile haftalık antrenman sıklıkları arasındaki ilişki sonuçları

		Dışa Dönüklük	Yumuşak Başlılık	Öz Denetim	Duygusal Denge	Deneyime Açıklık
Haftalık antrenman yoğunluğu	r	,090	,123	,084	-,050	,062
	p	,170	,061	,200	,445	,350

Tablo 15'deki *''Pearson korelasyon''* analizi sonucunda katılımcıların beş büyük kişilik özellikleri ile haftalık antrenman yoğunlukları arasında anlamlı ilişkiler olmadığı tespit edilmiştir.

5. TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı, sporcularda egzersiz sıklığı ve kişilik özellikleri ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki ilişkiyi incelemektir. Buna ek olarak, katılımcıların demografik özellikleri ile kişilik özellikleri ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasındaki ilişki de incelenmiştir.

Yapılan araştırmadan elde edilen bulgular sonucunda katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkuları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır. Mevcut literatürde benzer şekilde Rozgonjukab ve ark., (2020), Gökler ve ark., (2016), Özcan ve Umut., (2019), Kacik ve Acar., (2020), Özdemir., (2021) gelişmeleri kaçırma korkusu ve cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkiye rastlamamıştır. Yapılan başka araştırmalarda Przyblski., (2013), gelişmeleri kaçırma korkusunun erkeklerde daha fazla görüldüğünü, Kartol ve Peker., (2020) ise kızlarda daha sık görüldüğü sonucuna ulaşmıştır. Tüm bu bulgular bize gelişmeleri kaçırma korkusu ve cinsiyet arasındaki ilişkinin çalışmanın örneklem grubuna göre değişkenlik gösterebileceğini düşündürmektedir.

Bir başka değişken olan yaş ve gelişmeyi kaçırma korkusu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Tekin (2022), yaptığı araştırma sonucunda araştırmamız ile paralel sonuçlar elde etmiş ve yaş arttıkça gelişmeleri kaçırma korkusunun azaldığını tespit etmiştir. Eriş (2014), gelişmeleri kaçırma korkusunun 13-33 yaşları arasında sıkça görüldüğü, Rozgonjukab ve arkadaşları (2020), gelişmeleri kaçırma korkusunun gençlerde daha sık görüldüğü sonucunu ortaya koymuştur. Kaçik ve arkadaşları (2020), yaptığı çalışmada GKK düzeyleri öğrencilerin yaşlarına göre değişiklik göstermektedir sonucuna ulaşmıştır. Örgen (2022) araştırmasında GKK'yi en fazla hisseden grubun 23-27 yaş aralığında yer aldığını tespit etmiştir. Literatürde elde edilen bu sonuçlar, çalışmamızın örneklem grubunda elde edilen sonuçları destekler niteliktedir. Örneklem grubumuz 18-31 yaş arasında değişkenlik göstermektedir ve yaş ilerledikçe GKK seviyesinin düştüğü görülmektedir. Literatürdeki diğer çalışmalar incelendiğinde ise yaş değişkeni ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyi arasında anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür (Przyblski, 2013; Özcan ve Umut, 2019). Çalışmalarda örneklem gruplarındaki yaş ortalamalarının ortalama olarak 30 yaş ve üzeri denekler üzerinde çalışılmış olması GKK düzeylerine ilişkin farklı sonuçlar göstermesinin sebebi olabilir.

Araştırmada yer alan bir diğer değişken olan spor branşları ile gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyi karşılaştırıldığında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna varılmıştır.

Mevcut literatürde spor branşları ve gelişmeleri kaçırma korkusunu inceleyen başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. Sporun kişilerin psiko-sosyal gelişiminde önemli bir yeri olduğu insanları sosyal ve psikolojik bakımdan aktif kılmanın en kolay yolunun spordan geçtiği unutulmamalıdır, bireyler spor sayesinde birçok farklı ortamda, farklı düşünceden ve farklı kültürden insanlarla bir araya gelerek etkileşimde bulunabilmektedir. Bu sebeple insanların sosyalleşmesinde kullanabilecekleri en kolay yollardan biriside spordur (Küçük ve Koç, 2015). Spor yapan bireylerde spor branşı ve GKK düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamasının sebebi olarak sporcunun branşı gereği kendini bir topluluğun parçası olarak hissetmesi ve ait olma ihtiyacını bu şekilde gidererek diğer bireylerin hayatlarına dair merak duymaması düşünülebilir.

Yapmış olduğumuz araştırmada katılımcıların spordaki başarı düzeyleri ile gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri karşılaştırılmış ve anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. GKK kavramını öz-belirleme teorisi ile açıklayan araştırmacılara göre psikolojik sağlık ve öz disiplin için üç temel psikolojik ihtiyacın karşılanması gerekmektedir (Williams, 2007; Aydın, 2018). Bu ihtiyaçlar; ilişkili olma ihtiyacı, özerklik ve yeterlilik ihtiyacıdır. Yeterlilik ihtiyacı; kişinin çevresinden takdir kazanarak, yapabileceklerinin farkında olması durumudur (Sarı ve ark.,2011). Sporcu bireylerin spor hayatlarındaki başarılar ile GKK düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmamasını, sporcuların kazandıkları başarılarıyla yeterlilik ihtiyacını karşılamış ve yapabileceklerinin farkında olması ile açıklayabiliriz.

Araştırmamızda katılımcıların spor yapma yılları ve kaçırma korkusu düzeylerine bakıldığında iki değişken arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. GKK'nin nedenlerine bakıldığında, ait hissetme ihtiyacı, rekabet ve gösterişte bulunma hissi, eksik kalma hissi gibi birçok sebebi olduğu görülmektedir ve bireyin bir gruba ait olma ihtiyacı artıkça, GKK'yi daha yoğun ve daha çok yaşaması muhtemeldir (Tanhan, Özok, ve Tayiz, 2022). Çalışmamızda spor yılı ve gelişmeleri kaçırma korkusu değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamasının sebebi olarak, sporcunun uzun yıllar spor yapması ve bir takıma ait olması ile bu ihtiyaçlarını karşılamış olduğu düşünülebilir.

Çalışmamızda haftalık antrenman sıklığı ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasında anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Antrenman sıklığı ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir çalışmaya rastlanmamıştır ancak konuya en yakın bulunan çalışma Al-Furaih ve Al-Awidi (2021)'nin Kuveyt Üniversitesinde yapmış olduğu çalışmadır. Bu çalışmada 2084

öğrencinin ders sırasında gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri ölçülmüş ve öğrencilerin GKK düzeyleri yüksek çıkmıştır. Bu çalışmanın sonuçları doğrultusunda üniversite öğrencilerinin yaşlarının genç olması sebebi ile GKK düzeylerinin yüksek olması beklenen bir sonuç olabilir.

Yaptığımız bu çalışmada katılımcıların kişilikleri ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri incelendiğinde gelişmeleri kaçırma korkusu ile yumuşak başlılık arasında pozitif yönde düşük düzeyde; gelişmeleri kaçırma korkusu ile duygusal denge aralarında düşük düzeyde anlamlı negatif korelasyonlar olduğu bulunmuştur. Tresnawati (2016) çalışmasında kişilik özellikleri ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki ilişkinin dışa dönüklük ve yumuşak başlılık kişilik boyutları arasında GKK ile pozitif bir ilişki, nevrotik kişilik özelliği ile GKK arasında negatif ilişki olduğunu saptamıştır**.** Bu literatür çalışmamızdaki bulguyu desteklemektedir. Yumuşak başlı bireyler kibar, yumuşak kalpli, hassas, merhametli, saf, dürüst ve sakin bireyler (Tatlılıoğlu, 2013) olmasından dolayı sosyal ortamlara alışma ve ait olma konusunda zorluk yaşayabilecekleri düşünülmekte ve bu sebeple gelişmeleri kaçırma korkusunu daha yoğun hissedebileceği düşünülmektedir. Farklı bir yaklaşım ile baktığımızda yumuşak başlı bireylerin diğer insanlara karşı çok dostane yaklaşım sergileyen, işbirlikçi, destekleyici olmaya istekli ve kişiler arası ilişkilerde yakınlık kurmaya meyilli bireyler olması (McCrae ve John, 1992) sebebiyle bu ilişkileri güçlendirmek ve arttırmak için diğer insanların neler yaptığını merak ediyor olması ve buna dair kaygı hissetmesi de düşünülebilir. Duygusal dengeli bireyler tutarlı davranışlar sergileyen, kendine güveni yüksek, eleştirilere açık, hallerinden hoşnut ve olumlu duygular yaşamaya meyilli bireylerdir (İnanç ve Yerlikaya, 2012) bu sebeple duygusal dengeli bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu ile negatif ilişki içinde olması beklenebilir. Bizim çalışmamıza paralel olarak, Kişilik ve GKK arasındaki ilişkiyi inceleyen diğer çalışmalarda nevrotiklik ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasında pozitif ilişkiye rastlanmıştır (Çınar ve Mutlu., 2019; Rozgonjukab ve ark.,2020). Özcan (2019) tarafından yapılan çalışma, beş faktör kişilik özellikleri, sorumluluk boyutu ve GKK arasında istatistiksel olarak anlamlı bir negatif ilişki bulmuştur. Turhan'ın (2019) çalışması, beş faktör kişilik özellikleri, deneyime açıklık ve GKK arasında istatistiksel olarak anlamlı bir pozitif ilişki bulmuştur. Stead ve Bibby'nin (2017) çalışmasında sorumluluk boyutunda daha yüksek puan alan bireylerin daha düşük GKK seviyelerine sahip olduğu bulunmuştur. Bu bulguların araştırmaların farklı örneklem gruplarından oluşmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgular doğrultusunda sporcuların çeşitli değişkenler ile GKK düzeylerinin karşılaştırılmasından elde edilen sonuçlara değinilmiştir. Bu çalışma 96 kadın, 136 erkek toplamda 232 sporcu ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada sporcuların kişilik özellikleri ve antrenman sıklığı ile GKK düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesinin yanı sıra cinsiyet, yaş, spor branşı, spordaki başarı düzeyleri ve spor yılı değişkenlerinin de GKK düzeyleri ile ilişkisi incelenmiştir.

Araştırma bulgularına göre sporcuların yaşları ile GKK düzeyleri arasında negatif yönde bir ilişki olduğu fakat cinsiyet, spor branşı, spordaki başarı düzeyi, spor yılı ve antrenman sıklığı değişkenleri ile anlamlı farklılıklar göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Kişilik özellikleri ve GKK arasındaki ilişki incelediğinde ise yumuşak başlılık boyutu ile GKK arasında pozitif yönde düşük düzeyde, duygusal denge boyutu ile negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu gözlemlenmiştir.

Sonuç olarak; sporcu bireylerin GKK düzeylerinin birçok değişken ile anlamlı sonuçlar içinde olmamasını, sporun kişilerin psiko-sosyal gelişiminde önemli bir yeri olması, bireyin spor sayesinde yeni sosyal ortamlar tanıması, sporcuların kendi takımlarına ya da bulundukları camiaya ait hissetmeleri sebebiyle diğer bireylerin hayatlarına dair merak duymaması şeklinde açıklayabiliriz.

Öneriler;

Alan yazında sporcular ve GKK ile ilgili yeterli sayıda çalışma bulunmadığı görülmekte, buradan hareketle gelecek araştırmalarda, sporcuların GKK düzeylerini antrenman esnasında, uzun süren spor kamplarında ya da müsabakalar için şehir dışında bulundukları zamanlarda tekrar incelenerek sonuçlara bakılması önerilebilir.

KAYNAKÇA

Al-Furaih, S. A., & Al-Awidi, H. M. (2021). Fear of missing out (FoMO) among undergraduate students in relation to attention distraction and learning disengagement in lectures. *Education and Information Technologies*, *26*(2), 2355-2373.

Alt, D., & Boniel-Nissim, M. (2018). Links between adolescents' deep and surface learning approaches, problematic Internet use, and fear of missing out (FOMO). Internet interventions, *13*, 30-39.

Argan, M., ARGAN, M. T., & Gamze, İ. P. E. K. (2018). I wish i were! anatomy of a fomsumer. *Journal of Internet Applications and Management*, *9*(1), 43-57.

Aydın, B., İmamoğlu, S., ve Yukay, M. (2005). Üniversite Öğrencilerinin Öfke ve Öfke İfade Stilleri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü**.** İstanbul.

Aydın, H. (2018). ―Sosyal Medya Trendi Olan FoMO'nun Pazarlama Alanında Kullanımı Üzerine Literatür Taraması. İzmir Katip Çelebi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, *1*(1), 1-9.

Başer, E. (1986). *Uygulamalı Spor Psikolojisi*. Ankara: M.E.G.S.B. Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü, Yayın No:31.

Başer, E. (1998). Uygulamalı Spor Psikolojisi. Ankara. Spor Kitapevi, 105. Uygulamalı Spor Psikolojisi. Ankara

Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, *116*, 69-72.

Bisping, J. (2018). FOMO, No-Mo: How to get over the fear of missing out https://thetab.com/uk/cambridge/2018/02/19/fomo-no-mo-how-to-get-over-thefear-of-missing-out-107208 Erişim tarihi:14.08.2018.

Blum, A. (2016). FOMO, Bad for Our Society http://alexlum7thgradecomet.blogspot.com/ Erişim tarihi:13.04.2018.

Bolton, L. R., Becker, L. K., & Barber, L. K. (2010). Big Five trait predictors of differential counterproductive work behavior dimensions. *Personality and individual differences*, *49*(5), 537-541.

Bompa, T. O., Keskin, İ., Tuner, B., Küçükgöz, H., & Bağırgan, T. (2011). Antrenman kuramı ve yöntemi: dönemleme. Spor yayınevi ve kitabevi.

Bovee, Courtland I., Houston, Micheal J., Thill, John V., 1995, Marketing, Second Edition , Mcgraw Hill

Burger, J.M. (2006) Kişilik: Psikoloji Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri (I.D. Ergüvan Sarıoğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları

Chamorro-Premuzic, T. (2014). *Kişilik ve bireysel farklılıklar.* (Çev. Bıçakçı, B.). İstanbul: Ticaret Üniversitesi Yayınları.

Costa Jr, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. Personality and individual differences, *13*(6), 653-665.

Cüceloğlu, D. (2017). *İnsan ve davranışı*. (34. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Demir, Ö., & Acar, M. (2005). Sosyal Bilimler Sözlüğü.(6. Baskı). Ankara: Adres Yayınları, 297.

Deniz, A., & Erciş, A. (2008). Kişilik özellikleri ile algilanan risk arasindaki ilişkilerin incelenmesi üzerine bir araştırma. Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 22(2), 301-330.

Dolphin C, O'Brien M, Cahill N, Cullen J. (1980). Personality factors and some physiological correlates in athletes. *Journal of Psychosomatic Research*, 24(5), 281-285.

Dönmez, A. (2018). *Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin kullandıkları öğretim yöntemleri ve kişilik özelliklerinin belirlenmesi (Sakarya İli Örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Dündar, U. (2003). Antrenman teorisi. Nobel Yayın Dağıtım.

Egloff B, Gruhn AJ. (1996). Personality and endurance sports. *Personality and Individual Differences*, 21(2), 223-229.

Eriş B (2014) Acaba çocuğunuz ve siz "fomo" mağduru musunuz? http:// www. bahareris.com/acaba-cocugunuz-ve-siz-fomo-magduru-musunuz (Erişim tarihi 12.3.2021).

Freixanet GM**.** (1991). Personality profile of subjects engaged in high physical risk sports. *Personality and Individual Differences*, 12 (10) 1087-1093.

George, D., & Mallery, P. (2019). IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference. (Sixteenth edition). Routledge, New York, NY 10017.

Gould, D. J., Hewitt-Taylor, J., Drey, N. S., Gammon, J., Chudleigh, J., & Weinberg, J. R. (2007). The CleanYourHandsCampaign: critiquing policy and evidence base. *Journal of Hospital Infection*, *65*(2), 95-101.

Gökler, M. E., Aydın, R., Ünal, E., & Metintaş, S. (2016). Sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeğinin Türkçe sürümünün geçerlilik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *17*(1), 52-59.

Güven, Ş. (2018) Sporcularda motor davranış hızı ve gücünün öngörücüsü olarak yaklaşma–kaçınma motivasyonu ve kişilik.

GÜVEN, A. (2021). Multidisipliner Bir Kavram Olarak ―Fear of Missing Out‖ (FOMO): Literatür Taraması. Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 18 (48), 99-124.

Hayran, C., Anik, L., & Gürhan-Canli, Z. (2020). A threat to loyalty: Fear of missing out (FOMO) leads to reluctance to repeat current experiences. *PloS One*, *15*(4), e0232318.

Heinström, J. (2003). Beş kişilik boyutu ve bunların bilgi davranışı üzerindeki etkisi. *Bilgi araştırması* , *9* (1), 9-1.

Hoşgör, H., Koç Tütüncü, S., Gündüz Hoşgör, D., & Tandoğan, Ö. (2017). Üniversite öğrencileri arasında sosyal medyadaki gelişmeleri kaçırma korkusu yaygınlığının farklı değişkenler açısından incelenmesi.

https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/fomo?q=FOMO

JWT Marketing Communications. (2012). Fear of Missing Out. Erişim Tarihi: 12.11.2021, Retrieved from JWT Intelligence: http://www.jwtintelligence.com/wpcontent/uploads/2012/03/F_JWT_FOMOupdate_3.21.12.pdf

KAÇİK, S., & Füsun, A. C. A. R. (2020). Üniversite öğrencilerinin gelişmeleri kaçirma korkusu (GKK) ve yaşam doyumu düzeylerinin demografik değişkenler açisindan incelenmesi. *Kayseri Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *2*(1), 74-90.

Karagöz, H. (2017). SPSS ve AMOS uygulamalı nitel-nicel-karma bilimsel araştırma yöntemleri ve yayın etiği (1. Baskı). İstanbul: Nobel Kitabevi.

Kızmaz, M. (2004). Bireysel ve takım sporu yapan sporcuların kişilik özelliklerinin karşılaştırılması (Doctoral dissertation, Marmara Universitesi (Turkey)).

Korkmaz, N. H., Özduran, K., & İlhan, A. BURSA VE ÇEVRESİNDE 18-24 YAŞLARI ARASINDA SPOR YAPAN GENÇLERİN SOSYAL UYUM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ/THE SEARCH OF SOCIAL ADOPTABLE LEVELS OF THE YOUNG PERSONS WHO ARE BETWEEN AT THE AGE OF IS 18 AND 24 AND DO THE SPORTS IN BURSA AND ITS SURROUNDINGS. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, *5*(3).

Koruç, Z., & Bayar, P. (1992). Hentbolcu, Voleybolcu, Atlet ve Taekwondocuların Kişilik Örüntüleri Üzerine Bir Araştırma. *Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi Bildirileri*, 355-367.

Küçük, V. and Koç, H. (2015). Psiko-Sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan ve Spor İlişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *10*(10), 131-141.

Lai, C., ALTAVILLA, D., RONCONI, A., ve ACETO, P. (2016). Fear of Missing Out (FoMO) is Associated with Activation of the Right Middle Temporal Gyrus During Inclusion Social Cue. Computers in Human Behavior, *61*, 516-521.

Luna K (2014) Why we really experience fomo. Huffington Post, 4.4.2014.

McCrae, R. R., & Costa Jr, P. T. (1989). Reinterpreting the Myers-Briggs type indicator from the perspective of the five-factor model of personality. Journal of personality, *57*(1), 17-40.

McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of personality and social psychology*, *52*(1), 81.

McCrae, R. R., Costa, P. T., de Lima, M. P., Simões, A., Ostendorf, F., Angleitner, A., ... & Piedmont, R. L. (1999). Age differences in personality across the adult life span: parallels in five cultures. *Developmental psychology*, *35*(2), 466.

Michel G, Cazenave N, Delpouve C, Purper-Ouakil D, LeScanff C. (2009). Profils de personnalité et fonctionnement émotionnel dans les sports extrêmes: á propos d'une

étude exploratoire chez des BASEjumpers. *Annales Médico Psychologiques*, 167 (1), 72-77

Milyavskaya, M., Saffran, M., Hope, N., & Koestner, R. (2018). Fear of missing out: prevalence, dynamics, and consequences of experiencing FOMO. *Motivation and Emotion*, *42*(5), 725-737.

MORGAN, T. C. (1999). Psikolojiye Giriş, Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları, Yayın No. 1, 13. *Basım, Ankara*.

Muratlı S., Sevim Y., (1981). Antrenman Bilgisi ve Testler, Ankara.

İNALLI, Ç., ZEKİOĞLU, A., & TATAR, A. (2020). Su sporlarıyla uğraşan sporcuların beş faktör kişilik yapıları ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişki. *Humanistic Perspective*, *2*(2), 81-107.

Onay, M., Saygın, M., & Özafşarlıoğlu Sakallı, S. (2015). Gelişmeleri açırma korkusunun sağlık çalışanlarının iş tatmini ve ağ kurma davranışlarına etkisi zerine bir araştırma. 3. Örgütsel Davranış Kongresi. 24-29.

Örgen, B. (2022). Gelişmeleri kaçırma korkusu ile davranışsal niyetler arasındaki ilişki: Türk futbol taraftarları örneği. (Yüksek Lisans Tezi), Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

ÖZCAN, H. M., & Umut, K. O. Ç. (2019). DİJİTALLEŞMENİN KARANLIK YÜZÜ GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU: BANKA ÇALIŞANLARI ÖRNEKLEMİ. *Business & Management Studies: An International Journal*, *7*(5), 2851-2862.

Özdemir, S. (2021). İşyerinde Gelişmeleri Kaçırma Korkusu: Ölçek Uyarlama Çalışması. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *9*(1), 51-62.

Özkalp, E. (2003). Örgütsel davranış. Anadolu Universitesi.

Pervin, L. A. (1996). Personality: A view of the future based on a look at the past. Journal of Research in Personality, *30*(3), 309-318.

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. Computers in human behavior, 29(4), 1841-1848.

Robbins, S. P., & Judge, T. A (2017). *Örgütsel davranış*. (14. Basımdan Çeviri). (Çev Ed: Erdem, Ġ. Bölüm Çev: Tüz, M). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Rozgonjuk, D., Sindermann, C., Elhai, J. D., & Montag, C. (2020). Individual differences in Fear of Missing Out (FoMO): Age, gender, and the Big Five personality trait domains, facets, and items. Personality and Individual Differences, *171*, 110546.

Sapadin, L. (2015).Fear of Missing Out! http://drsapadin.com/fear-of-missing-out/ Erişim tarihi: 04.04.2018.

Sarı, İ., Altıncı, Ö. Y. E. E., & Öztürk, A. (2011) Temel Psikolojik İhtiyaçların Tatmininin Genel Öz Yeterlik Ve Sürekli Kaygı Üzerine Etkisi (Sakarya Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü Örneği). Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, IX (4) 149-156

Sarıkabak, M. (2016). *Olumlu ve olumsuz geri bildirimin, farklı kişilik tiplerinde sporcularda, biceps brachii kasının maksimal istemli kasılma seviyesine etkisi*. (Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya.

Selfhout, M., Burk, W., Branje, S., Denissen, J., Van Aken, M., & Meeus, W. (2010). Emerging late adolescent friendship networks and Big Five personality traits: A social network approach. *Journal of personality*, *78*(2), 509-538.

Sevim, Y. (2007). Antrenman bilgisi. Nobel Yayın Dağıtım.

SIĞRI, Ü., & Gürbüz, S. (2011). AKADEMİK BAŞARI VE KİŞİLİK İLİŞKİSİ: ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNDE BİR ARAŞTIRMA. *Savunma Bilimleri Dergisi*, *10*(1), 30-48.

Somer, O. (1998). Beş-faktör kişilik model. Türk Psikoloji Yazilari.

Somer, O., & Goldberg, L. R. (1999). The structure of Turkish trait-descriptive adjectives. Journal of personality and social psychology, *76*(3), 431.

Somer, O., Korkmaz, M., & Tatar, A. (2002). Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin geliştirilmesi-I: Ölçek ve alt ölçeklerin oluşturulmasi. Türk Psikoloji Dergisi.

Somer, O., Korkmaz, M., & Tatar, A. (2011). Kuramdan uygulamaya beş faktör kişilik modeli ve beş faktör kişilik envanteri:(5FKE). Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi.

Stavrova, O., Evans, A. M., & van Beest, I. (2022). The effects of partner extraversion and agreeableness on trust. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1-15.

Stead, H., & Bibby, P. A. (2017). Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being. Computers in Human Behavior, 76, 534-540

Şar, N. Ş. (2016). *Spor Yapan ve Yapmayan Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık ve Kişilik Özelliklerinin Çeşitli Değişkenlere Göre Incelenmesi* (Doctoral dissertation, Sakarya Universitesi (Turkey)).

Tanhan, F., Özok, H. İ., & Tayiz, V. (2022). Gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO): güncel bir derleme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, *14*(1), 74-85.

Tatar, A. (2009). BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK MODELİNE DAYALI OLARAK SPORCU KADIN VE ERKEKLERİN KİŞİLİK PROFİLLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI. *Spor Bilimleri Dergisi*, *20*(2), 35-43.

Tatar, A. (2017). Büyük Beş-50 Kişilik Testinin Türkçeye çevirisi ve Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Formu ile karşılaştırılması. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *18*(1).

Tatlilioğlu, K. (2013). Beş faktör kişilik kurami bağlaminda kişilik kavramina genel bir bakiş. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (BUSBED), 3*(6), 128-146.

Tatlılıoğlu, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik kuramı'na göre kişilik özellikleri alt boyutlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, XVII, 939-971.

Taymur, İ., & Türkçapar, M. H. (2012). Kişilik: tanımı, sınıflaması ve değerlendirmesi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, *4*(2), 154-177.

Tekin, M., (2022). Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığının gelişmeleri kaçırma korkusu ve depresyon düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Tiryaki, Ş., Erdil, G., Acar, M., & Emlek, Y. (1991). Sporcu ve sporcu olmayan gençlerin kişilik özellikleri. *Spor Hekimliği Dergisi*, *26*(1), 19-23.

Türk Dil Kurumu [TDK] (2022). https://sozluk.gov.tr/ E.T. 16.05.2022.

Tresnawati, F. R. (2016). Hubungan antara the big five personality traits dengan fear of missing out about social media pada mahasiswa. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah, 8*(3), 179-185.

UPLİFERS, (2017). Gelişmeleri Kaçırma Korkusu: - FOMO. 06.05.2019 tarihinde https://www.uplifers.com/gelismeleri-kacirma-korkusu-fomo/ adresinden erişilmiştir.

Yazgan İnanç, B., & Yerlikaya, E. E. (2008). Kişilik kuramları. Ankara*:* Pegem Akademi Yayıncılık.

Yanbastı, G. (1996). *Kişilik kuramları, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları.* (2. *Baskı).* Ġzmir: Ege Üniversitesi Basımevi

YILDIZ, K., KURNAZ, D., & KIRIK, A. M. (2020). Nomofobi, netlessfobi ve gelişmeleri kaçırma korkusu: Sporcu genç yetişkinler üzerine bir araştırma. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *18*(Özel Sayı), 321-338.

Williams, K. D. (2007). Ostracism. *Annu. Rev. Psychol.*, *58*, 425-452.

EKLER

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği

	Maddeler	Hiç doğru	Doğru değil	Kararsızım	Biraz doğru	Aşırı şekilde
1	Başkalarının benimkilerden daha doyurucu deneyimler yaşadığından korkarım.					
2	Arkadaşlarımın benimkilerden daha doyurucu deneyimler yaşadığından korkarım.					
3	Arkadaşlarımın ben yokken eğlendiklerini öğrendiğimde endişelenirim.					
4	Arkadaşlarımın neler yaptığını bilmediğimde kaygı hissederim.					
5	Arkadaşlarımın aralarındaki 'şakaları, muhabbetleri' anlamak benim için önemlidir.					
6	Bazen neler olup bittiğini takip etmek için fazla zaman harcayıp harcamadığımı ,merak ederim.					
7	Arkadaşlarımla buluşmak için bir fırsatı kaçırmış olmak canımı sıkar.					
8	İyi bir zaman geçirdiğimde bunun detaylarını online olarak paylaşmak benim için önemlidir.					
9	Planlanmış bir toplanmayı kaçırmak canımı sıkar.					
10	Tatile çıktığımda arkadaşlarımın ne yaptığını takip etmeye devam ederim.					

Beş Faktör Kişilik Ölçeği Kısa Form

Her bir ifadenin size ne kadar uygun olduğunu ifadenin yanındaki cevaplardan uygun olanını işaretleyerek belirtiniz. Kendinizi, gelecekte, olmak istediğiniz gibi değil, şu an nasıl görüyorsanız o şekilde tanımlayın.	**Hiç Uygun**	**Uygun**	**Orta / Karar**	**Biraz**	**Çok Uygun**
1. Toplantıların gözdesiyimdir.					
2. Başkalarına pek ilgi duymam.					
3. Her zaman hazırlıklıyımdır.					
4. Kolayca kendimi baskı altında hissederim.					
5. Kelime hazinem zengindir.					
6. Çok konuşmam.					
7. İnsanlarla ilgilenirim.					
8. Kişisel eşyalarımı etrafta bırakırım.					
9. Genelde rahatımdır.					
10. Soyut fikirleri kavramakta zorlanırım.					
11. İnsanların arasında kendimi rahat hissederim.					
12. İnsanlara hakaret ederim.					
13. Detaylara dikkat ederim.					
14. Her şeye endişelenirim.					
15. Olayları zihnimde canlandırırım.					
16. Arka planda kalmayı tercih ederim.					
17. Başkalarının duygularını anlayıp paylaşırım.					
18. İşleri karmakarışık yaparım.					
19. Nadiren kendimi keyifsiz hissederim.					
20. Soyut fikirlerle ilgilenmem.					
21. Konuşmayı genelde ben başlatırım.					
22. Başka insanların problemleriyle ilgilenmem.					
23. İşleri hemen hallederim.					
24. Kolayca huzursuz olurum.					
25. Mükemmel fikirlerim vardır.					
26. Söyleyecek çok şeyim yoktur.					
27. Yumuşak kalpliyim.					
28. Genellikle eşyaları yerlerine koymayı unuturum.					
29. Moralim çabuk bozulur.					
30. Hayal gücüm kuvvetli değildir.					
31. Toplantılarda değişik insanlarla konuşabilirim.					
32. Aslında başkalarıyla pek ilgilenmem.					
33. Düzeni severim.					
34. Ruh halim çok sık değişir.					
35. Olayları anlamada hızlıyımdır.					
36. Dikkat kendi üzerime çekmekten hoşlanmam.					
37. Başkalarına zaman ayırırım.					
38. Görevlerimden kaçarım.					
39. Ruhsal dengem sık değişir.					
40. Zor kelimeler kullanırım.					
41. İlgi odağı olmaktan rahatsızlık duymam.					
42. Başkalarının duygularını hissederim.					
43. Bir plan takip ederim.					
44. Çabuk rahatsız olurum.					
45. Olaylar üzerinde düşünerek vakit geçiririm.					
46. Yabancıların arasında genelde sessizimdir.					
47. İnsanları rahatlatırım.					
48. İşimde titizimdir.					
49. Çoğu zaman kendimi keyifsiz hissederim.					
50. Fikirlerle doluyumdur.					

Etik Kurul Onay Belgesi

T.C.
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Tıp Fakültesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulu
Karar Formu

KARAR TARİH / NO	24/ 11 / 2021 / 20.478.486 / 1028
ARAŞTIRMANIN ADI	Sporcularda Antrenman Yoğunluğu, Kişilik ve Gelişimleri Kaçınma Korkusu Kuvvetleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
SORUMLU ARAŞTIRMACI	Doç. Dr. Nihal Dal - Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sporda Psiko-Sosyal Alanlar
ARAŞTIRMA EKİBİ	Simge Çetin
ARAŞTIRMANIN NİTELİĞİ	UZMANLIK TEZİ ☐ YÜKSEK LİSANS–DOKTORA TEZİ ☒ AKADEMİK AMAÇLI ☐
DEĞERLENDİRİLEN BELGELER	08 /11 / 2021 / Tarih ve 185614 Sayılı; araştırma dosyası
KARAR BİLGİLERİ	Araştırma dosyası incelenmiş, bilimsel ve etik açıdan **UYGUN** olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

Unvanı/Adı-Soyadı		Araştırma İle İlişkisi Olan Üye	Toplantıya Katılmayan Üye	Unvanı/Adı -Soyadı		Araştırma İle İlişkisi Olan Üye	Toplantıya Katılmayan Üye
Prof. Dr. Murat DEMET Psikiyatri AD		☐	☐	Doç. Dr. Kadir YILDIZ Spor Bilimleri Fakültesi		☐	☐
Prof. Dr. Özge YILMAZ Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları AD		☐	☐	Doç. Dr. Cemal GÜVENÇER Tıp Tarihi ve Etik AD		☐	☒
Prof. Dr. Beyhan Cengiz ÖZYURT Halk Sağlığı AD		☐	☐	Doç. Dr. Nurgül Güngör TAVŞANLI Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü		☐	☐
Prof. Dr. Pınar ÇİLİK Göğüs Hastalıkları A.D.		☐	☐	Mukaddes YILMAZER Avukat		☐	☒
Prof. Dr. Tuğba ÇAVUŞOĞLU Farmakoloji AD		☐	☐	Sivil Üye Hüseyin TUNÇAY		☐	☐
Prof. Dr. Mehmet Sadık YALDIZ Göğüs Cer. AD.		☐	☐	----------	----------	☐	☐

Etik Kurulumuzun kararı yukarıda belirtilmiştir. Araştırmanız Herhangi Bir Aşamada Etik Kurulumuzun "İzleme – Denetleme" Görevi Gereği Uzmanı Halinde Haberli / Habersiz Olarak Denetlenebilir. Araştırma Başvuru Formunun Taahhütname – Bölüm E kısmında belirtilmiş olan hususlara dikkate almanız istenilen bilgilerin Etik Kurulumuza zamanında iletilmesi konusunda bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. [illegible]
BAŞKAN

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

ÇALIŞMANIN ADI : Sporcuların Kişilik Özellikleri ve Antrenman Süreleri ile Yenilikleri Kaçırma Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Halkın anlayabileceği şekilde ifade edilmelidir)

Bir araştırma çalışmasına katılmanız istenmektedir. Çalışmaya katılıp katılmama kararı tamamen size aittir. Katılmak isteyip istemediğinize karar vermeden önce araştırmanın neden yapıldığını bilgilerinizin nasıl kullanılacağının çalışmanın neleri içerdiğini ve olası yararlarını risklerini ve rahatsızlık verebilecek konuları anlamanız önemlidir. Lütfen aşağıdaki bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırınız ve eğer istiyorsanız özel veya aile doktorunuzla konuyu değerlendiriniz. Eğer çalışmaya katılmaya karar verirseniz imzalamanız için size bu Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu verilecektir. Çalışmadan herhangi bir zamanda ayrılmakta özgürsünüz. Eğer isterseniz, bu çalışmaya katılımınızla ilgili olarak hekiminiz / aile doktorunuz bilgilendirilecektir. Çalışma amacıyla yapılan normal muayeneniz sırasında istenilen tetkikleriniz dışındaki tüm laboratuvar testleri çalışma destekleyicisi tarafından karşılanacak; size veya bağlı bulunduğunuz özel sigorta veya resmi sosyal güvenlik kurumuna ödetilmeyecektir.

ÇALIŞMANIN KONUSU VE AMACI : Bu çalışmada 18 yaş üzeri sporcuların haftalık antrenman süreleri, sporda sosyal kimlikleri ve kişilik özellikleri ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

ÇALIŞMA İŞLEMLERİ: Çalışmaya katılan gönüllüye biri 8 maddeden biri 10 maddeden biri de 50 maddeden oluşan 3 adet anket uygulanacaktır. Bunlar sosyodemografik bilgi formu, FOMO ölçeği ve kişilik ölçeğidir.

(Gönüllüden kan alınacak ise kan miktar 2 ml (bir çay kaşığı) / 5 ml (bir tatlı kaşığı) şeklinde belirtilmelidir Çalışma işlemlerinin hasta açısından yan etkileri, riskleri ve rahatsızlıkları açıklanmalıdır.)

ÇALIŞMAYA KATILMAMIN OLASI YARARLARI NELERDİR?

Araştırmanın sonucunda bu kavramlar arasındaki ilişki durumunun bilinmesinin gelecekte yapılacak olan çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Sporcuların haftalık antrenman saatleri, kişilik özellikleri ve gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki ilişkinin sonuçlarına göre antrenörlerin sporculara yaklaşırken sergileyebilecekleri tutum ve davranışlara yönelik değişimlerin oluşturulmasına aynı zamanda antrenman saatlerinin belirlenmesi konusundaki planlamaya destek olması hedeflenmektedir

GÖNÜLLÜYE UYGULANACAK İŞLEMLERİN OLASI ZARARLARI NELERDİR?

Bu çalışmaya katılmanın gönüllüye olası bir zararı bulunmamaktadır.

KİŞİSEL BİLGİLERİM NASIL KULLANILACAK?

Bu araştırma 18 yaş üzeri sporcuların haftalık antrenman süreleri, sporda sosyal kimlikleri ve kişilik özellikleri ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki incelemeyi amaçlamaktadır ve elde edilen bilgiler yalnızca bu amaç için kullanılacak olup başka bir işlem için kişisel bilgiler kullanılmayacaktır.

SORU VE PROBLEMLER İÇİN BAŞVURULACAK KİŞİLER :

1. Simge Çetin mail: Tel:

Çalışmaya Katılma Onayı

Yukarıdaki bilgileri doktorumla ayrıntılı olarak tartıştım ve kendisi bütün sorularımı cevapladı. Bu bilgilendirilmiş olur belgesini okudum ve anladım. Bu araştırmaya katılmayı kabul ediyor ve bu onay belgesini kendi hür irademle imzalıyorum. Bu onay, ilgili hiçbir kanun ve yönetmeliği geçersiz kılmaz. Doktorum saklamam için bu belgenin bir kopyasını çalışma sırasında dikkat edeceğim noktaları da içerecek şekilde bana teslim etmiştir.

Gönüllü Adı Soyadı:		*Tarih ve İmza:*
Adres ve Telefon:		

Araştırmacı[2] Adı Soyadı:		*Tarih ve İmza:*
Adres ve Telefon:		

1: *Gönüllünün bilgilendirilme işlemine başından sonuna dek tanıklık eden kişi*

2:Gönüllüyü araştırma hakkında bilgilendiren kişi

ARAŞTIRMANIZ TÜRKİYE İLAÇ VE TIBBİ CİHAZ KURUMUNUN ONAYINI GEREKTİRİYOR İSE, ONAM FORMUNU AŞAĞIDAKİ SORULARI DİKKATE ALARAK DOLDURMANIZ GEREKMEKTEDİR.

Bilgilendirilmiş gönüllü olur formunun gönüllünün anlayabileceği şekilde tıbbi terimlerden uzak, anlaşılabilir ve gerekirse yaş gruplarına göre gönüllüye hitap edecek şekilde hazırlanması gerekmektedir.

Bilgilendirilmiş gönüllü olur formu (BGOF) asgari olarak aşağıda belirtilen başlıkları içermelidir:

1. Çalışmanın bir araştırma olduğu,
2. Araştırmanın amacı,
3. Araştırmada uygulanacak tedaviler,
4. Varsa, farklı tedaviler için gönüllülerin araştırma gruplarına rastgele atanma olasılığının bulunduğu,
5. Araştırma sırasında uygulanacak olan invazif yöntemler dâhil olmak üzere izlenecek veya gönüllüye uygulanacak yöntemlerin tümü,
6. Gönüllünün sorumlulukları,
7. Araştırmanın deneysel kısımları,
8. Gönüllünün (araştırma hamilelerde veya loğusalarda yapılacak ise embriyo, fetüs veya süt çocuklarının) maruz kalacağı öngörülen riskler veya rahatsızlıklar,
9. Araştırmadan makul ölçüde beklenen yararlarla ilgili olarak gönüllü açısından hedeflenen herhangi bir klinik yarar olmadığında gönüllünün bu durum hakkında bilgilendirildiği,

10. Gönüllüye uygulanabilecek olan alternatif yöntemler veya tedavi şeması ve bunların olası yarar ve riskleri,
11. İlgi mevzuat gereğince gerekiyorsa, gönüllüye verilecek tazminat veya sağlanacak tedaviler,
12. Varsa, gönüllülere yapılacak ulaşım, yemek gibi masraflara ilişkin ödemeler hakkındaki bilgiler,
13. Gönüllünün araştırmaya katılımının isteğe bağlı olduğu ve gönüllünün istediği zaman, herhangi bir cezaya veya yaptırıma maruz kalmaksızın, hiçbir hakkını kaybetmeksizin araştırmaya katılmayı reddedebileceği veya araştırmadan çekilebileceği,
14. İzleyiciler, yoklama yapan kişiler, etik kurul, kurum ve diğer ilgili sağlık otoritelerinin gönüllünün orijinal tıbbi kayıtlarına doğrudan erişimlerinin bulunabileceği, ancak bu bilgilerin gizli tutulacağı, yazılı bilgilendirilmiş gönüllü olur formunun imzalanmasıyla gönüllü veya yasal temsilcisinin söz konusu erişime izin vermiş olacağı,
15. İlgili mevzuat gereğince gönüllünün kimliğini ortaya çıkaracak kayıtların gizli tutulacağı, kamuoyuna açıklanamayacağı; araştırma sonuçlarının yayımlanması halinde dahi gönüllünün kimliğinin gizli kalacağı,
16. Araştırma konusuyla ilgili ve gönüllünün araştırmaya katılmaya devam etme isteğini etkileyebilecek yeni bilgiler elde edildiğinde gönüllünün veya yasal temsilcisinin zamanında bilgilendirileceği,
17. Gönüllünün araştırma, kendi hakları veya araştırmayla ilgili herhangi bir advers olay hakkında daha fazla bilgi temin edebilmesi için temasa geçebileceği kişiler ile bunlara günün 24 saatinde erişebileceği telefon numaraları,
18. Gönüllünün araştırmaya katılımının sona erdirilmesini gerektirecek durumlar veya nedenler,
19. Gönüllünün araştırmaya devam etmesi için öngörülen süre,
20. Araştırmaya katılması beklenen tahmini gönüllü sayısı,
21. Gönüllülerden biyolojik materyaller elde edilecek ise bunların hangi amaçla kullanılacağı ve biyolojik materyallere ait analizlerin yurtdışında yapılıp yapılmayacağı hususunun açıklanması,
22. *"Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formundaki tüm açıklamaları okudum. Bana, yukarıda konusu ve amacı belirtilen araştırma ile ilgili yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen hekim tarafından yapıldı. Araştırmaya gönüllü olarak katıldığımı, istediğim zaman gerekçeli veya gerekçesiz olarak araştırmadan ayrılabileceğimi biliyorum."* benzeri ifadenin yer alması,

23. *"Söz konusu araştırmaya, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın kendi rızamla katılmayı kabul ediyorum."* benzeri ifadenin yer alması,
24. Gönüllünün adı/soyadı/imzası/tarih yer almalı,
25. Araştırma ekibinde yer alan ve araştırma hakkında bilgilendirmeyi yapan yetkin bir araştırmacının adı/soyadı/imzası/tarih yer almalı,
26. Gerekiyorsa olur işlemine tanık olan kişinin adı/soyadı/imzası/tarih yer almalı,
27. Gerekiyorsa yasal temsilcinin adı/soyadı/imzası/tarih yer almalı,
28. Gönüllülerden elde edilen biyolojik materyaller üzerinde genetik araştırma yapılacak ise;
"[*Araştırmanın Açık Adı*] araştırması kapsamında alınan biyolojik örneklerimin (kan, idrar vb.) "*sadece yukarıda bahsi geçen araştırmada kullanılmasına izin veriyorum"* veya *"ileride yapılması planlanan tüm araştırmalarda kullanılmasına izin veriyorum"* veya *"hiçbir koşulda kullanılmasına izin vermiyorum"* şeklinde uygun ifadenin işaretlendiği bilgi yer almalıdır.

29. Ayrıca, BGOF, gönüllü veya yasal temsilcisinin yasal haklarını ortadan kaldıracak bir hüküm veya ifade içeremez ayrıca araştırmacıyı, kurumu, destekleyici veya bunların temsilcilerini kendi ihmallerinden kaynaklanan herhangi bir yükümlülükten kurtaracak hüküm veya ifade taşıyamaz.

Benzerlik Raporu



T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS TEZ ÇALIŞMASI ORİJİNALLİK RAPORU

BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR SPORDA PSİKO-SOSYAL ALANLAR ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA

Tez Adı: SPORCULARDA ANTRENMAN SIKLIĞI, KİŞİLİK VE GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU KAVRAMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Tezime ilişkin 06/09/2023 tarihinde yapılan Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı %17'dir.

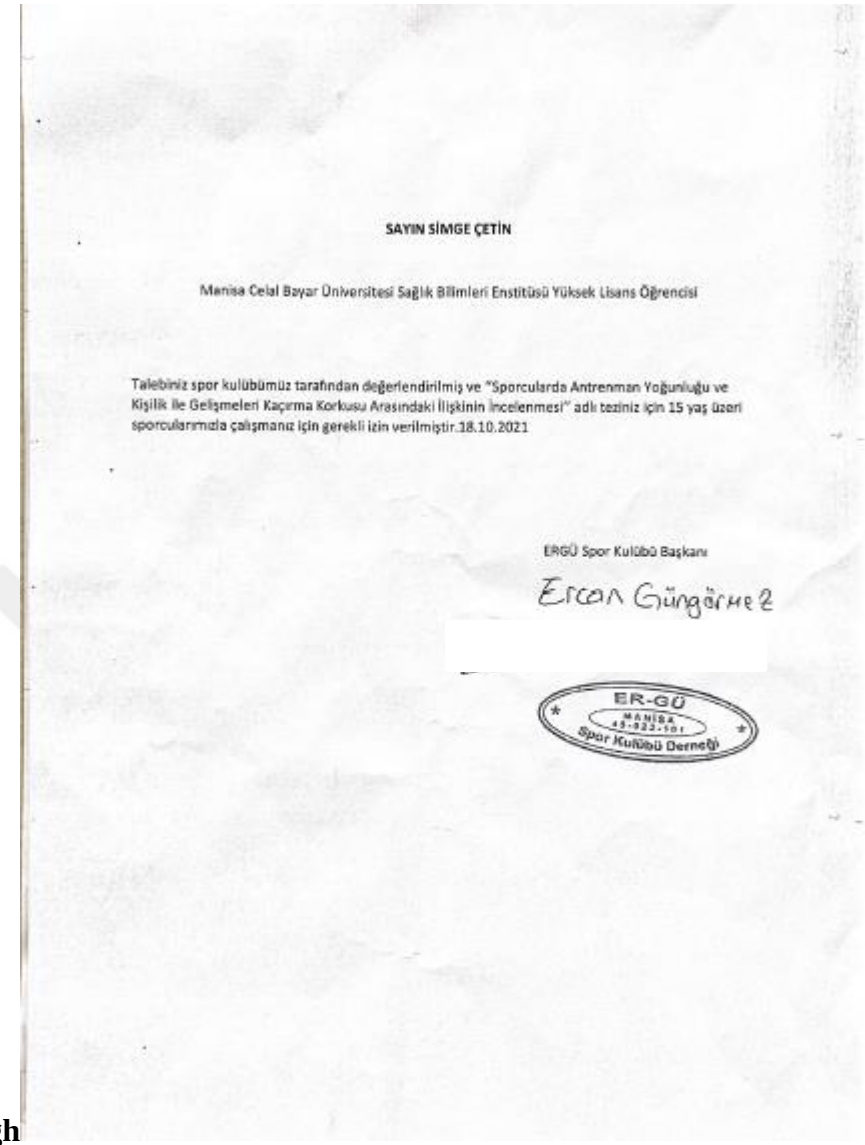
Belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

06/09/2023

Adı Soyadı :Simge ÇETİN
Öğrenci No : 201384006
Anabilim Dalı : Beden Eğitimi ve Spor
Programı : Sporda Psiko-sosyal Alanlar

DANIŞMAN ONAYI

Kurum İzin Yazısı



SAYIN SİMGE ÇETİN

Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi

Talebiniz spor kulübümüz tarafından değerlendirilmiş ve "Sporcularda Antrenman Yoğunluğu ve Kişilik ile Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı teziniz için 15 yaş üzeri sporcularımızla çalışmanız için gerekli izin verilmiştir.18.10.2021

ERGÜ Spor Kulübü Başkanı

Ercan Güngörmez

ER-GÜ MANİSA 45-922-101 Spor Kulübü Derneği

gh

Tez Konusu Kabul Belgesi

Evrak Tarih ve Sayısı: 10.12.2021-E.205745

T.C.
MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : E-74547675-302.14.01-205745 10.12.2021
Konu : Simge ÇETİN'in Tez Konusu Değişikliği Hk.

SBE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞINA

Enstitümüz 10.12.2021 tarih ve 36/9 sayılı yönetim kurulu toplantısında Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Sporda Psikososyal Alanlar Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi 12.11.2021 tarih ve 34/6 sayılı yönetim kurulunda belirlenen "**Sporcularda Antrenman Yoğunluğu Kişilik ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**" başlıklı tez konusunun etik kurul onayı ile birlikte (etik kurul gerekli ise) "**Sporcularda Antrenman Sıklığı, Kişilik ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Kavramları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**" olarak değiştirilmesine **OY BİRLİĞİ** ile karar verildi.
Gereğini ve bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Ömer TETİK
Enstitü Müdürü

Bu belge, güvenli elektronik İmza ile imzalanmıştır.
Doğrulama Kodu :E6MNYPYMTH Pin Kodu :10813 Belge Takip Adresi : https://turkiye.gov.tr/ebd?eK=4049&eD=E6MNYPYMTH&eS=205745
Adres:Tıp Fakültesi Dekanlığı Zemin Kat Uncubozköy Kampüsü Manisa
Telefon:(0 236) 2360989 Faks:(0 236) 2382158
e-Posta:saglik.evrak@cbu.edu.tr Elektronik Ağ:saglik.be.cbu.edu.tr
Kep Adresi:celalbayarunivers itesi@hs01.kep.tr
Bilgi için: Çisem Tutan
Unvanı: Sürekli İşçi

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği Kullanım İzni



21.09.2023 16:14 Yahoo Mail - Ynt: Gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeği izni

Ynt: Gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeği izni

Kimden: Dr. Öğrt. Üyesi Egemen ÜNAL

Alıcı:

Tarih: 11 Ekim 2021 Pazartesi 09:42 GMT+3

Çalışmalarınızda başarılar dilerim.

Dr. Öğr. Üyesi Egemen ÜNAL
Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi
Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı

Asst. Prof. Egemen ÜNAL, M.D
Ankara Yildirim Beyazit University
Faculty of Medicine Department of Public Health

Gönderen: Simge Çetin
Gönderildi: 7 Ekim 2021 Perşembe 13:00
Kime: Dr. Öğrt. Üyesi Egemen ÜNAL
Konu: Gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeği izni

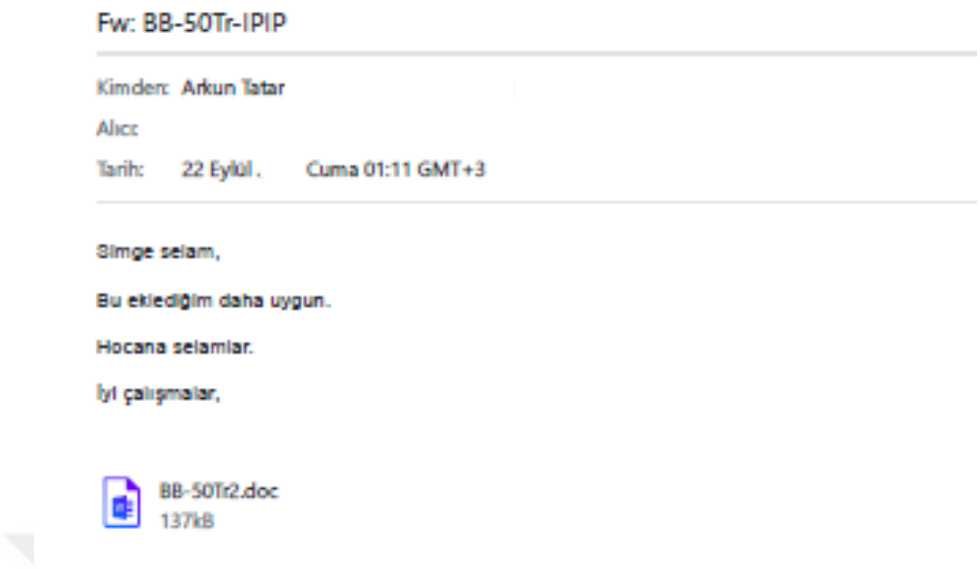
Egemen hocam,

Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sporda Psikososyal Alanlar A.B.D yüksek lisans öğrencisiyim.
"Sporcularda antrenman yoğunluğu ve kişilik ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesi" konulu yüksek lisans tezimde size ait olan "Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği" ni akademik amaçlı kullanmak istiyorum.
Etik Kurul raporu için sizden izin yazısı almam gerekmektedir.
Bu konuda yardımlarınızı bekliyorum.

Saygılarımla.

SİMGE ÇETİN

Beş Faktör Kişilik Ölçeği Kullanım İzni



Fw: BB-50Tr-IPIP

Kimden: Arkun Tatar

Alıcı:

Tarih: 22 Eylül , Cuma 01:11 GMT+3

Simge selam,

Bu eklediğim daha uygun.

Hocana selamlar.

İyi çalışmalar,

BB-50Tr2.doc
137kB

Özgeçmiş

Adı	Simge	**Soyadı**	Çetin

Eğitim Bilgileri

	Mezun Olduğu Kurum	**Mezuniyet Yılı**

İş Deneyimi

Görevi	**Kurum**	**Süre**

Yabancı Dilleri	**Okuduğunu Anlama**	**Konuşma**	**Yazma**

Yabancı Dil Sınav Notu

YDS	**ÜDS**	**YÖKDİL**	**IELTS**	**TOEFL IBT**	**TOEFL PBT**	**FCE**	**CAE**	**CPE**

	Sayısal	**Eşit Ağırlık**	**Sözel**
Ales Puanı			