

Profesyonel Futbolcuların Tükenmişlik Düzeylerinin Araştırılması

¹Arslan KALKAVAN

²Emin ÖZDEMİR

¹ Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi. E-mail: arslan.kalkavan@erdogan.edu.tr

² Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi. E-mail: emin.ozdemir@erdogan.edu.tr

Özet

Bu çalışmanın amacı profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin; medeni durum, yaş, aylık gelir, lig düzeyi, profesyonel oynama yılı, bir sezonda yaşanan sakatlık sayısı ve bir sezonda sakatlık nedeniyle oynanamayan maç sayısı değişkenlere göre incelenmesidir. Araştırmanın çalışma gurubunu, Türkiye Futbol Federasyonu 2021-2022 sezonu TFF 2. ve 3. Liglerinde mücadele eden 521 profesyonel futbolcu oluşturmaktadır. Çalışma gurubuna kişisel bilgi formu ile birlikte Sporcu Tükenmişlik Ölçeği uygulanmıştır. Ölçekler Google Formlar üzerinden katılımcılara ulaştırılmış ve gönüllü olarak araştırmaya katılımı esas alınmıştır. Elde edilen veriler SPSS 25.0 paket programı kullanılarak çözümlenmiştir. Elde edilen verilere normallik testleri uygulanmıştır. Test sonuçları göz önünde bulundurularak verilerin analizinde non-parametrik testlerden Mann Whitney U ile Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinde medeni durum, yaş, aylık gelir, lig düzeyi, profesyonel oynama yılı, bir sezonda yaşanan sakatlık sayısı ve bir sezonda sakatlık nedeniyle oynanamayan maç sayısı değişkenlerine göre tüm alt boyutlarda $\alpha = 0.05$ düzeyinde anlamlı farklılıklar görülmektedir. Sonuç olarak tüm değişkenlerin, profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeyleri üzerinde farklılık yarattığı anlaşılmaktadır. Tükenmişliğin futbol sektöründe başarı ve sürekliliği etkilediği göz önünde bulundurulursa, tükenmişliği etkileyen etkenlerin üzerinde durulmasının oldukça önemli olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, futbol, profesyonel, tükenmişlik

A Research on the Burnout Levels of Professional Footballers

Abstract

The aim of this study is to examine the burnout levels of professional football players according to variables such as marital status, age, monthly income, league level, professional playing year, number of injuries experienced in a season and the number of matches that cannot be played due to injury in a season. The study group of the research choosing from the Turkish Football Federation 2021-2022 season TFF 2nd & 3rd The sample 521 professional football players competing in these leagues. The Athlete Burnout Scale and personal information form were applied to the sample. The scales were delivered to the participants via Google Forms and their voluntary participation in the research was based on. The obtained data were analyzed using the SPSS 25.0 package program. Normality tests were applied to the obtained data. Considering the test results, Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests, which are non-parametric tests, were used in the analysis of the data. According to the results of the analysis, significant differences were observed ($\alpha =0.05$ level), professional burnout levels of football players, marital status, age, monthly income, level league, the professional year playing in a season, the number of matches that can be played in a season due to injury and disability, and the maximum number of variables. As a result, it is understood that all variables make a difference on the burnout levels of professional football players. Considering that burnout affects success and continuity in the football sector, it is considered that it is very important to focus on the factors that affect burnout.

Keywords: Sports, football, professional, burnout

SUMMARY

Introduction and Aim: Sports, which is one of the most widespread and effective social institutions of modern societies of the 21. century, occupies an important place in people's lives as a social, cultural, and economic sector. Football, which is part of this sector and one of the most popular sports branches of the age, is being shown great interest by people in Turkey as well as in the world. Football consists of managers, fans, coaches, and many other parts like that. On the other hand, football players are at the beginning of the most important parts of this game. Thousands of amateur and professional footballers participate in this game, but to compete at the elite level, they must have extraordinary skills and abilities that require a huge amount of time, effort, and dedication (Sarmiento et al., 2018). On the other hand, there are many factors that affect the performance of a football player. In the current research, it is seen that the effect of psychological factors on performance is at undeniable levels. Because the trainings that football players must participate in by sacrificing a large part of their lives during their professional lives and the competitions that they will gain financially after these trainings require football players to be psychologically strong in addition to physical strength. Athlete burnout is defined as a psychological syndrome seen in athletes due to conditions such as athletes earning high wages, intensive training and camp processes, and deformations caused by sports in human physics. This concept can also be considered as a psychological factor that can affect the performance of football players. Since football, which is very popular in our country, is a concept that can affect the development of football players, which is one of the most important building blocks, the importance of studies on burnout situations is obvious. Therefore, with the results of this study, it is very important to raise the awareness of all stakeholders in football about burnout. In this context, the aim of the study is investigating burnout levels of professional football players competing in Turkey 2nd and 3th professional leagues according to; marital status, age, monthly income, league level, professional playing year, the number of injuries experienced in a season and the number of matches not played due

to injury in a season variables. **Material and Method:** The universe of the research consist of professional football players of clubs competing in Turkey 2nd and 3rd professional football leagues in the 2021-2022 season. The sample of the research consists of 521 professional football players determined by non-selective sampling method from the universe. The data were delivered to the participants via Google Forms and their voluntary participation in the research was taken as a basis. The obtained data were statistically analyzed using the SPSS 25.0 package program. In this research the demographic data form created by the researcher and the "Athlete Burnout Scale" developed by Raedeke and Smith (2001) and adapted to Turkish by Kelecek and colleagues (2016) were used to measure burnout levels. The scale consists of 3 sub-dimensions (Emotional/physical exhaustion, decreased sense of achievement and depersonalization) and 13 items. Normality tests were primarily applied to the data obtained from the scale. Considering the test results, Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests, which are non-parametric tests, were used in the analysis of the data. **Result:** According to the data obtained, burnout levels of football players competing in Turkey 2nd and 3th professional leagues were significantly different at the level of $\alpha = 0.05$ in all sub-dimensions according to the variables of; marital status, age, monthly income, league level, professional playing year, number of injuries experienced in a season, number of matches not played due to injury in a season. **Conclusion and Recommendations:** As a result, it was seen that the burnout levels of professional football players were statistically differed according to all variables. Considering that burnout affects success and continuity in the football sector, it is considered that it is very important to focus on the factors that affect burnout. For this reason, the Turkish Football Federation has made sports psychologists compulsory for all professional football clubs, examining players burnout levels periodically, a more comprehensive study to be done with the participation of all professional football clubs and this clubs refer to sports psychologists their football players especially aged 30 and above with lower monthly income levels, is recommended.

1. GİRİŞ

21. yüzyıl modern toplumlarının en yaygın ve etkili sosyal kurumlarından biri olan spor; sosyal, kültürel ve ekonomik bir sektör olarak insanların hayatında önemli bir yer tutmaktadır. Bu sektör içerisinde yer alan ve çağın en gözde spor dallarından olan futbola, dünyada olduğu gibi Türkiye’de de insanlar tarafından yoğun ilgi gösterilmektedir. Futbol; yöneticiler, taraftarlar, antrenörler gibi birçok paydaştan oluşmaktadır. Futbolcular ise bu oyunun en önemli parçalarının başında gelmektedir. Bu oyuna binlerce amatör ve profesyonel futbolcu katılmakta fakat elit seviyede mücadele edebilmeleri için büyük miktarda zaman, çaba ve özveri gerektiren olağanüstü becerilere ve yeteneklere sahip olmaları gerekmektedir (Sarmiento ve ark., 2018).

Futbol; hem taraftarlar hem de futbolcular tarafından çok belirgin bir şekilde deneyimlenen çok sayıda farklı duyguyla bağlantılıdır. Bu nedenle futbolum, son zamanlarda taraftarların ve futbolcuların fiziksel ve zihinsel sağlığı üzerindeki etkisini anlamaya ilgi duyulmaktadır (Heun ve Pringle, 2018). Ayrıca bu ilgi, futbolcular üzerinde yoğun zihinsel baskı oluşması durumunda oluşabilecek belirli zihinsel sağlık sorunlarına karşı futbolcuların duyarlılıklarının artırabilmesi açısından önemlidir (Hughes ve Leavey, 2012). Çünkü futbolcuların; gündelik yaşamlarından fedakârlık göstererek katıldıkları antrenmanlar ve çeşitli kazanımlar elde ettikleri müsabakalar için fiziksel gücün yanında psikolojik açıdan da kuvvetli olması gerekmektedir. Kimi zaman tek bir müsabaka sonucunda emeklerin ve maddi kazanımların boşa gideceği düşüncesi futbolcuları sadece galibiyete odaklanmaktadır. Bu sebepler futbolcuların zaman zaman sakatlanma pahasına oynamasına ya da sakat bir şekilde oyuna devam etmesini sağlamaktadır. Bu durumların futbolcuları psikolojik olarak rahatsızlıklara yakalanma konusunda

önemli bir potansiyel haline getirdiği, nihayetinde ise tükenmişlik yaşayacakları düşünülmektedir (Kuzu, 2018; Sarmiento ve ark., 2021).

Tükenmişlik; 1970 yılında ortaya çıkmış ve *“başarısızlık, yıpranma, enerji ve güç kaybı veya insanın iç kaynakları üzerinde, karşılanamayan istekler sonucunda ortaya çıkan bir tükenme durumu”* olarak Freudenberger tarafından açıklanmıştır (Biber ve ark., 2010). Maslach ve Leiter tükenmişliği; bireylerin çalıştıkları yerlerdeki insanları umursamamaları, onlara duyarsızca davranışlar sergileyerek yaklaşmaları ve kendilerini çalıştıkları meslek için yetersiz görerek başarılı olmayı önemsememek olarak tanımlamış, kısacası tükenmişliği zihin ve vücudun maruz kaldığı bir erozyon olarak görmüşlerdir (Düzenci, 2021). Tükenmişlik kavramı ortaya çıktıktan sonra konu üzerine çalışmalar yapılmaya başlanmış olsa da sporcu tükenmişliğinin göz ardı edildiği görülmüştür. Fakat sporun bir endüstri haline gelmesi ve bu sektörün içerisinde yer alan sporcuların problemlerinin giderek artması sonucunda, sporcu tükenmişliği hakkında da araştırmalar yapılmaya başlanmıştır (Schaufeli ve ark., 2009). Yapılan araştırmalar sonucunda; sporcuların yüksek ücretler kazanması, antrenman ve kamp süreçlerinin yoğun olması, sporun insan fiziğinde oluşturduğu deformasyonlar gibi durumlardan ötürü sporcularda görülen psikolojik bir sendrom olarak sporcu tükenmişliği tanımlanmıştır (Smith, 1986; Taylor ve ark., 1990). Özellikle elit sporcuların tükenmişlik nedenlerine karşı daha hassas olduğu bilinmektedir (Pruna ve Bahdur, 2016). Bu nedenler; yüksek beklentiler, yetersiz dinlenme ve hayal kırıklığı gibi stresörlerle yetersiz başa çıkma, yüksek performans için sürekli baskı ve elit sporculara yapılan yarışmalarda olumlu sonuçlara yönelik taleplerdir (Nixdorf ve ark., 2019). Bununla birlikte tükenmişlik, sakatlanmalar ve aynı zamanda sporculardaki düşük yetenek algılarıyla da ilişkilendirilmiştir (Lemyre, 2008). Yapılan bir çalışmada, sporcu tükenmişliğinin olası sonuçları depresyon ve kötü performans olarak belirtilmiştir (Fors ve Öberg, 2022).

Tükenmişlik birçok alanda olduğu gibi sporun içerisinde de etkisini sıklıkla göstermektedir. Spor bilimleri alanında yapılan araştırmalarda; sporcular, antrenörler, hakemler ve yöneticilerin tükenmişlik yaşadığına dair birçok kanıt bulunmuştur (Örn: Alam ve ark., 2012; Lee ve Chelladurai, 2018; Altahayneh, 2003; Scotto di Luzio ve ark., 2020; Allen, 2006; Olusoga ve ark., 2019; Cresswell ve Eklund, 2006; Goodger ve ark., 2007; Giusti ve ark., 2020; Kubayi, 2018; Al-Haliq ve ark., 2014). Uluslararası literatüre bakıldığında, araştırma konumuzun çalışma grubunu oluşturan futbolcuların tükenmişlik durumlarına ilişkin yapılan çalışmaların oldukça fazla olduğu görülmüştür. (Örn: Sarmiento ve ark., 2021; Fransen ve ark., 2020; Verardi ve ark., 2014; da Silva ve ark., 2021; Ferreira ve ark., 2021; Turner ve Moore, 2014; Stradomska, 2021; Fors ve Öberg, 2022; Park, 2018; Bakhshalipour ve ark., 2021; Marma ve ark., 2018). Buna karşın ülkemizde ise futbolcuların tükenmişliği konusunda yapılan çalışmaların sınırlı olduğu göze çarpmaktadır (Örn: Yildiz, 2011; Ulucan ve ark., 2014; Yildiz, 2015; Kelecek ve Göktürk, 2017; Kelecek ve Koruç, 2018; Kuzu, 2018).

Ülkemizde popülaritesi oldukça yüksek olan futbolun, en önemli yapı taşlarından olan futbolcuların gelişimini etkileyebilecek bir kavram olmasından dolayı, tükenmişlik durumlarının üzerine yapılacak çalışmaların önemi açıktır. Çünkü tükenmişlik, sporcuları spordan uzaklaşmaya yöneltmeye, hatta intiharlarla sonuçlanan etkilere sahiptir. Bu yüzden gerçekleştirilen bu çalışmanın sonuçları ile futbolun içindeki tüm paydaşların tükenmişlikle ilgili bilinçlendirilmesi açısından oldukça önem arz etmektedir. Buradan hareketle bu çalışmanın amacı; Türkiye ikinci ve üçüncü profesyonel futbol liglerinde mücadele eden futbolcuların tükenmişlik düzeylerini araştırmaktır. Çıkan sonuçla birlikte bu sektör içerisinde yer alan futbolcuların konu hakkında farkındalığını arttırmak ve tükenmişlik açısından bilinçlenmesini sağlamak da diğer bir amaç olarak kabul edilmiştir.

2. MATERYAL VE METOT

2.1. Araştırma Modeli

Araştırmada nicel araştırma modellerinden genel tarama modeli tercih edilmiştir. Tarama modellerinin var olan durumları tanımlayan bir yapıda olduğu bilinmektedir. Bu modelde sıklıkla anket tekniğinin kullanıldığı bilinmektedir (Karasar, 2012). Araştırmanın modeli kapsamında bazı demografik değişkenlerin futbolcuların tükenmişlik düzeyleri üzerinde farklılık oluşturup oluşturmadığı sorunsalı ele alınmaktadır.

2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini 2021-2022 sezonunda Türkiye 2. ve 3. Profesyonel futbol liglerinde mücadele eden kulüplerin profesyonel futbolcuları oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise evrenden seçkisiz örnekleme yöntemiyle belirlenen ve çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 521 profesyonel futbolcu oluşturmaktadır.

2.3. Verilerin Toplanması

Profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin incelendiği bu araştırmada veri toplama araçlarının uygulanması için gerekli izinler alınmasından sonra uygulama aşamasına geçilmiştir. Bu araştırmadaki veriler demografik özelliklerin sorgulandığı anket formu ve futbolcuların tükenmişlik düzeylerini belirleyebilmek için Sporcu Tükenmişlik Ölçeği ile toplanmıştır. Google Doc ile online platforma aktarılan anket formu, futbolculara çevrimiçi ortamlar aracılığıyla gönderilmiştir.

2.4. Veri Toplama Araçları

Anket tekniği kullanılarak verilerin toplandığı araştırmada veri toplama araçları olarak; araştırmacı tarafından oluşturulan demografik veri formu ve tükenmişlik düzeylerinin ölçülmesinde, Raedeke ve Smith (2001) tarafından geliştirilen ve Kelecek, ve arkadaşları (2016) tarafından Türkçe uyarlaması gerçekleştirilmiş olan "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 3 farklı alt boyutta (duygusal/fiziksel tükenme, azalan başarı hissi, duyarsızlaşma) 13 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 5'li likert tipinde (1= hiçbir zaman, 5= her zaman) kullanılmaktadır. Ölçek içerisinde ters kodlanan tek madde bulunmaktadır. Raedeke ve Smith (2001) tarafından ölçeğin iç tutarlık Cronbach Alfa katsayıları duygusal/fiziksel tükenme alt boyutunda 0.88, azalan başarı hissi alt boyutunda 0.84 ve duyarsızlaşma alt boyutunda 0.87 bulunmuştur. Kelecek, ve arkadaşları (2016) ölçeği Türkçe'ye uyarladığı çalışmasında ise ölçeğin iç tutarlık Cronbach Alfa katsayıları duygusal/fiziksel tükenme alt boyutunda .87, azalan başarı hissi alt boyutunda .75 ve duyarsızlaşma alt boyutunda .83 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırma için ise Cronbach Alfa katsayıları duygusal/fiziksel tükenme alt boyutunda .90, azalan başarı hissi alt boyutunda .88 ve duyarsızlaşma alt boyutunda .93 olarak hesaplanmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin çözümlenmesi aşamasında SPSS 26 lisanslı paket programı kullanılmıştır. Verilerin normallik dağılımını belirlemek amacıyla yapılan Shapiro Wilk's normallik testi sonucunda, verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Veriler normal dağılım göstermediğinden dolayı non-parametrik testlerden ikili karşılaştırmalar için Mann Whitney U ile üç ve üzeri grup karşılaştırmaları için Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır. Anlamlılık tespit edilen gruplarda 2. seviye test olarak Bonferroni uyarlaması kullanılmıştır. İstatistiki açıdan anlamlılık derecesi $p < 0.05$ olarak değerlendirilmiştir.

3. BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri

Değişken	Grup	N	%
Medeni Durum	Bekâr	306	58.7
	Evli	215	41.3
Yaş	17-21 Yaş	115	22.1
	22-26 Yaş	139	26.7
	27-31 Yaş	163	31.2
	32 ve Üzeri Yaş	104	20.0
Aylık Gelir	Asgari Ücret	109	20.9
	5000-10000 TL	169	32.4
	10001-20000 TL	69	13.2
	20001-30000 TL	64	12.3
	30001-50000 TL	58	11.1
	50001 TL ve Üzeri	52	10.1
Lig Düzeyi	2. Lig	214	41.1
	3. Lig	307	58.9
Profesyonel Oynama Yılı	1 Yıl ve Altı	84	16.2
	2-5 Yıl	118	22.6
	6-10 Yıl	186	35.7
	11 Yıl ve Üzeri	133	25.5
Bir Sezonunda Yaşanan Sakatlık Sayısı	Yok	103	19.8
	1-5	188	36.1
	6-10	109	20.9
	11 ve Üzeri	121	23.2
Bir Sezonunda Sakatlık Nedeniyle Oynanmayan Maç Sayısı	Yok	140	26.9
	1	93	17.9
	2-5	106	20.3
	6-10	100	19.2
	11 ve Üzeri	82	15.7

Tablo 1’de aktarılan tanımlayıcı istatistik bulgulara göre katılımcıların 306’sı bekâr (%58.7) iken 215’i (%41.3) evlidir. Yaş gruplarına bakıldığında futbolcuların 115’i 17-21 yaş (%22.1), 139’u 22-26 yaş (%26.7), 163’ü 27-31 yaş (%31.2), 104’ü 32 ve üzeri yaşta (%20.0) yer almaktadır. Futbolcuların aylık gelir durumuna bakıldığında büyük çoğunluğunun asgari ücret (%20.9) ve 5000-10000 TL (%32.4) aralığında gelire sahip olduğu söylenebilir. Lig düzeyine bakıldığında futbolcuların 214’ü 2. Lig (%41.1), 307’si ise 3. Lig’de (%58.9) mücadele etmektedir. Futbolcuların profesyonel oynama yıllarına bakıldığında büyük bir kısmının 6-10 yıl (n=186, %35.7) ve 11 yıl ve üzerinde (n=133, %25.5) olduğu görülmektedir. Bir sezonda yaşanan sakatlık sayılarına bakıldığında futbolcuların 103’ünün sakatlık yaşamadığı (%19.8), 188 futbolcunun 1-5 kez yaşadığı (%36.1), 109 futbolcunun 6-10 kez sakatlandığı (%20.9), 11 ve üzeri sakatlananların ise 121 futbolcu olduğu (%23.2) belirtilmektedir. Futbolcuların 140’ı sakatlık nedeniyle maç kaçırmazken (%26.9), 93’ü 1 kez (%17.9), 106’sı 2-5 kez (%20.3), 100’ü 6-10 kez (%19.2), 82’si 11 ve üzerinde (%15.7) sakatlık nedeniyle maç kaçırmaktadır.

Tablo 2. Profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin yaş değişkenine göre Kruskal Wallis H Testi sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	N	Sıra Ort.	X ₂	Df	P	Fark
Duygusal/Fiziksel Tükenme	17-21 Yaş	115	172,30	138,407	3	0,000	4>1-2-3 3>1-2
	22-26 Yaş	139	211,29				
	27-31 Yaş	163	282,75				
	32 ve Üzeri Yaş	104	391,44				
Azalan Başarı Hissi	17-21 Yaş	115	227,37	87,393	3	0,000	4>1-2-3 3>2
	22-26 Yaş	139	204,54				
	27-31 Yaş	163	259,67				
	32 ve Üzeri Yaş	104	375,75				
Duyarsızlaşma	17-21 Yaş	115	160,21	153,899	3	0,000	4>1-2-3 3>1-2 2>1
	22-26 Yaş	139	213,87				
	27-31 Yaş	163	289,62				
	32 ve Üzeri Yaş	104	390,58				

Yaş değişkenine göre futbolcuların tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal Wallis H testi uygulandı. Bulgular, yaş değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar olduğunu göstermiştir ($p<0,05$). Bir başka ifade ile 32 yaş ve üzeri futbolcuların anlamlı bir şekilde en yüksek sıra ortalamalarına sahip oldukları görüldü. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan Bonferroni uyarlamalı test sonuçlarına göre; duygusal fiziksel tükenme, azalan başarı hissi ve duyarsızlaşma alt boyutunda 32 yaş ve üzerinde olan futbolcuların 17-21 yaş, 22-26 yaş ve 27-31 yaş arasında olanlardan daha yüksek sıra ortalamalarına sahip olduğu görüldü. Yine duygusal fiziksel tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutunda 27-31 yaş arasında olan futbolcuların 17-21 yaş ve 22-26 yaş arasında olan futbolculardan daha yüksek sıra ortalamalarına sahip olduğu ve azalan başarı hissi alt boyutunda 27-31 yaş arasındaki futbolcuların 22-26 yaş arasındakilerden daha yüksek sıra ortalamalarına sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin medeni durum değişkenine göre Mann-Whitney U Testi sonuçları

Alt Boyutlar	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	P
Duygusal/Fiziksel Tükenme	Bekâr	306	205,55	62898,00	15927,000	0,000
	Evli	215	339,92	73083,00		
Azalan Başarı Hissi	Bekâr	306	222,61	68119,00	21148,000	0,000
	Evli	215	315,64	67862,00		
Duyarsızlaşma	Bekâr	306	207,29	63432,00	16461,00	0,000
	Evli	215	337,44	72549,00		

Medeni durum değişkenine göre futbolcuların tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Mann-Whitney U testi uygulandı. Tablo 3'te, medeni durum değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar olduğunu görülmüştür ($p<0,05$). Diğer bir ifade ile Duygusal/Fiziksel Tükenme ($P=0,000$), Azalan Başarı Hissi ($P=0,000$) ve Duyarsızlaşma ($P=0,000$) alt boyutlarında evli futbolcuların lehine olmak üzere bekâr futbolculardan anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($U=15927,000$; $21148,000$; $16461,00$, $p<0,05$).

Tablo 4. Profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin aylık gelir değişkenine göre Kruskal Wallis H Testi sonuçları

Alt Boyutlar	Aylık Gelir	n	Sıra Ort.	X ₂	Df	P	Fark
Duygusal/Fiziksel Tükenme	Asgari Ücret	109	250,62	75,826	5	0,000	6>3-2 5>2 4>2 3>2 2>1
	5000-10000 TL	169	333,30				
	10001-20000 TL	69	269,61				
	20001-30000 TL	64	194,55				
	30001-50000 TL	58	202,83				
50001 TL ve Üzeri	52	183,01	94,805	5	0,000	6>3-2-1 5>3-2-1 4>3-2-1 3>2	
Asgari Ücret	109	286,44					
5000-10000 TL	169	330,19					
10001-20000 TL	69	262,12					
20001-30000 TL	64	181,86					
30001-50000 TL	58	165,49	81,080	5	0,000	6>3-2-1 5>2 4>2 3>1 2>1	
50001 TL ve Üzeri	52	185,28					
Asgari Ücret	109	258,01					
5000-10000 TL	169	334,36					
10001-20000 TL	69	261,77					
20001-30000 TL	64	195,11	58	5	0,000	6>3-2-1 5>2 4>2 3>1 2>1	
30001-50000 TL	58	198,78					
50001 TL ve Üzeri	52	178,32					

Aylık gelir değişkenine göre futbolcuların tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal Wallis H testi uygulandı. Tablo 4'e bakıldığında, aylık gelir değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir ($p<0,05$). Bir başka ifade ile 50001 TL ve Üzeri aylık gelire sahip futbolcuların tükenmişlik düzeyleri daha düşük bulunmuştur. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan Bonferroni uyarlamalı test sonuçlarına göre; duygusal fiziksel tükenme alt boyutunda 50001 TL ve Üzeri kazanan futbolcuların 5000-10000 TL ve 10001-20000 TL geliri olan futbolculardan düşük olduğu, azalan başarı hissi ve duyarsızlaşma alt boyutunda 50001 TL ve Üzeri kazanan futbolcuların Asgari Ücret, 5000-10000 TL ve 10001-20000 TL kazanan futbolculardan düşük olduğu, azalan başarı hissi alt boyutunda 30001-50000 TL ve 20001-30000 TL kazanan futbolcuların Asgari Ücret, 5000-10000 TL, 10001-20000 TL kazananlardan düşük olduğu, duygusal fiziksel tükenme ve azalan başarı hissi alt boyutunda 10001-20000 TL kazananların 5000-10000 TL kazanan futbolculardan düşük olduğu, duygusal fiziksel tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutunda 30001-50000 TL ve 20001-30000 TL kazananların 5000-10000 TL gelir elde edenlerden, 5000-10000 TL kazananların asgari ücret kazananlardan daha düşük olduğu ve duyarsızlaşma alt boyutunda 10001-20000 TL kazananların asgari ücret kazananlardan daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin lig düzeyi değişkenine göre Mann-Whitney U Testi sonuçları

Alt Boyutlar	Lig Düzeyi	n	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	P
Duygusal/Fiziksel Tükenme	3. Lig	307	281,52	86427,00	26549,000	0,000
	2. Lig	214	231,56	49554,00		
Azalan Başarı Hissi	3. Lig	307	288,71	88634,50	24341,500	0,000
	2. Lig	214	221,25	47346,50		
Duyarsızlaşma	3. Lig	307	297,45	91318,50	21657,500	0,000
	2. Lig	214	208,70	44662,50		

Lig düzeyi değişkenine göre futbolcuların tükenmişlik düzeyleri arasından anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Mann-Whitney U testi uygulandı. Tablo 4'e bakıldığında, lig düzeyi değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir ($p<0,05$). Duygusal/Fiziksel Tükenme ($P=0,000$), Azalan Başarı Hissi ($P=0,000$) ve Duyarsızlaşma ($P=0,000$) alt boyutlarında 3. ligde oynayan futbolcuların lehine olmak üzere 2. ligde oynayan futbolculardan anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($U=26549,000$; $24341,500$; $21657,500$, $p<0,05$).

Tablo 6. Profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin profesyonel oynama yılı değişkenine göre Kruskal Wallis H Testi sonuçları

Alt Boyutlar	Profesyonel Oynama Yılı	n	Sıra Ort.	X ₂	Df	P	Fark
Duygusal/Fiziksel Tükenme	1 Yıl ve Altı	84	184,75	108,426	3	0,000	4>1-2-3 3>1
	2-5 Yıl	118	224,50				
	6-10 Yıl	186	238,18				
	11 Yıl ve Üzeri	133	373,46				
Azalan Başarı Hissi	1 Yıl ve Altı	84	240,45	66,768	3	0,000	4>1-2-3
	2-5 Yıl	118	218,73				
	6-10 Yıl	186	232,46				
	11 Yıl ve Üzeri	133	351,39				
Duyarsızlaşma	1 Yıl ve Altı	84	181,46	129,130	3	0,000	4>1-2-3 3>1
	2-5 Yıl	118	206,47				
	6-10 Yıl	186	246,20				
	11 Yıl ve Üzeri	133	380,31				

Profesyonel oynama yılı değişkenine göre futbolcuların tükenmişlik düzeyleri arasından anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal Wallis H testi uygulandı. Tablo 6'ya bakıldığında, profesyonel oynama yılı değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir ($p<0,05$). Bu duruma göre 11 yıl ve üzeri profesyonel oynama yılına sahip futbolcuların tükenmişlik düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan Bonferroni uyarlamalı test sonuçlarına göre; duygusal fiziksel tükenme, azalan başarı hissi ve duyarsızlaşma alt boyutlarında 11 yıl ve üzeri profesyonel futbol oynayan futbolcuların 6-10 yıl, 2-5 yıl, 1 yıl ve altında oynayanlardan daha yüksek sıra ortalamalarına sahip olduğu, duygusal fiziksel tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında 6-10 yıl profesyonel futbol oynayan futbolcuların 1 yıl ve altında oynayan futbolculardan daha yüksek sıra ortalamalarına sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 7. Profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin bir sezonda yaşanan sakatlık sayısı değişkenine göre Kruskal Wallis H Testi sonuçları

Alt Boyutlar	Bir Sezonda Yaşanan Sakatlık Sayısı	n	Sıra Ort.	X ₂	Df	P	Fark
Duygusal/Fiziksel Tükenme	Yok	103	170,13	183,517	3	0,000	4>1-2-3 3>1 2>1
	1-5	188	219,75				
	6-10	109	245,91				
	11 ve Üzeri	121	416,04				
Azalan Başarı Hissi	Yok	115	195,54	160,769	3	0,000	4>1-2-3
	1-5	139	212,96				
	6-10	163	241,24				
	11 ve Üzeri	104	409,17				

	Yok	115	191,34				
Duyarsızlaşma	1-5	139	217,70	182,454	3	0,000	4>1-2-3
	6-10	163	226,73				
	11 ve Üzeri	104	418,44				

Bir Sezonada Yaşanan Sakatlık Sayısı değişkenine göre futbolcuların tükenmişlik düzeyleri arasından anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal Wallis H testi uygulandı. Tablo 7'ye bakıldığında, bir sezonda yaşanan sakatlık sayısı değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir ($p<0,05$). Bu duruma göre bir sezonda 11 ve üzerinde sayıda sakatlık yaşayan futbolcuların tükenmişlik düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan Bonferroni uyarlamalı test sonuçlarına göre; duygusal fiziksel tükenme, azalan başarı hissi ve duyarsızlaşma alt boyutlarında 11 ve üzerinde bir sezonda sakatlık yaşayan futbolcular sakatlık yaşamayan (yok), 1-5 kez ve 6-10 kez sakatlık yaşayanlara göre daha yüksek sıra ortalamalarına sahip olduğu, duygusal fiziksel tükenmede 1-5 kez ve 6-10 kez sakatlık yaşayan futbolcuların sakatlık yaşamayanlara (yok) göre daha yüksek sıra ortalamalarına sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 8. Profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin bir sezonda sakatlık nedeniyle oynanmayan maç sayısı değişkenine göre Kruskal Wallis H Testi sonuçları

Alt Boyutlar	Bir Sezonada Sakatlık Nedeniyle Oynanmayan Maç Sayısı		Sıra Ort.	X_2	Df	P	Fark
	Yok	n					
Duygusal/Fiziksel Tükenme	Yok	140	169,09	191,151	4	0,000	5>1-2-3
	1	93	172,31				
	2-5	106	265,62				
	6-10	100	383,99				
	11 ve Üzeri	82	362,54				
Azalan Başarı Hissi	Yok	140	180,79	177,721	4	0,000	5>1-2-3
	1	93	176,70				
	2-5	106	245,51				
	6-10	100	369,16				
	11 ve Üzeri	82	381,68				
Duyarsızlaşma	Yok	140	182,67	216,552	4	0,000	5>1-2-3
	1	93	142,02				
	2-5	106	265,91				
	6-10	100	382,47				
	11 ve Üzeri	82	375,21				

Bir Sezonada Yaşanan Sakatlık Sayısı değişkenine göre futbolcuların tükenmişlik düzeyleri arasından anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Kruskal Wallis H testi uygulandı. Tablo 8'e bakıldığında, bir sezonda sakatlık nedeni ile oynanmayan maç sayısı değişkenine göre tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir ($p<0,05$). Bu duruma göre bir sezonda sakatlık nedeniyle 11 ve üzerinde sayıda maç kaçıran futbolcuların tükenmişlik düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan Bonferroni uyarlamalı test sonuçlarına göre; duygusal fiziksel tükenme, azalan başarı hissi ve duyarsızlaşma alt boyutlarında 11 ve üzeri ve 6-10 kez sakatlık nedeniyle maç kaçıran futbolcuların 2-5 defa, 1 defa ve kaçırmayanlara göre yüksek olduğu, tüm alt boyutlarda 2-5 kez sakatlık

nedeniyle maç kaçıran futbolcuların 1 defa ve kaçırmayan futbolculara göre yüksek olduğu görülmüştür.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırma Türkiye’de büyük ekonomik yatırımlar yapılan futbol sektörünün en önemli parçalarından birisi olan futbolcuların tükenmişlik düzeylerini araştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırmamızda profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin medeni durum, yaş, aylık gelir, lig düzeyi, profesyonel oynama yılı, bir sezonda yaşanan sakatlık sayısı, bir sezonda sakatlık nedeniyle oynanmayan maç sayısı değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bulgular incelendiğinde, tüm alt boyutlarda futbolcuların yaşları ilerledikçe tükenmişlik alt boyutları sıra ortalamalarının arttığı tespit edilmiştir. Bir başka ifade ile tüm alt boyutlarda 32 yaş ve üzeri futbolcuların tükenmişlik düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Literatür incelendiğinde; Kuzu (2018) yapmış olduğu çalışmada, yaşa göre tükenmişlik düzeylerinde farklılık olup olmadığını incelemiş ve çalışmamızdaki bulgular ile paralel şekilde anlamlı farklılıklar tespit etmiştir. Bu duruma karşın Çavuşoğlu ve ark. (2015) ile Sargın (2018); yapmış oldukları çalışmalarında araştırmamızdan farklı sonuçlara ulaşmışlardır. Bu durumun kaynağı olarak, çalışma örneklemelerinin farklı meslek gruplarından oluşması gösterilebilir.

Araştırmamızda evli futbolcuların duygusal fiziksel tükenme, azalan başarı hissi ve duyarsızlaşma alt boyutlarında tükenmişlik düzeyleri sıra ortalamaları bekâr futbolculardan daha yüksek bulunmuştur. Bu durumun evli futbolcuların daha fazla sorumluluğa sahip olmalarından kaynaklandığı söylenebilir. Çünkü evli futbolcuların ailelerinin geçimini sağlamakla yükümlü olmaları ve gerekirse farklı şehirlerdeki futbol takımlarında oynamak üzere eşlerinden ayrı kalmaları tükenmişlik yaşayabilmelerine sebebiyet verebilir. Ulucan ve ark. (2014), futbolcular üzerine yapmış oldukları çalışmalarında duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında evli futbolcuların bekâr futbolculara göre tükenmişliklerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bulgular incelendiğinde, tüm alt boyutlarda futbolcuların gelir düzeyleri arttıkça tükenmişlik alt boyutları sıra ortalamalarının azaldığı tespit edilmiştir. Bu duruma neden olarak, futbolcuların gelir düzeyleri arttığında hayat standartlarını yükseltebilmeleri gösterilebilir. Ayrıca profesyonel futbolcuların yüksek gelir sayesinde yapmış oldukları yatırımlarla birlikte gelecek kaygısı yaşama olasılığını düşürebilecekleri söylenebilir. Literatür incelendiğinde; Hakanen ve Schaufeli (2012), yapmış oldukları araştırmalarında, kazanç arttığı zaman tükenmişliğin azaldığını belirtmişlerdir. Bu duruma karşın Yeşilyurt (2021); gençlik ve spor il müdürlüğü çalışanlarına yapmış olduğu araştırmasında çalışmamızdan farklı sonuçlar bulmuş, gelir düzeyi artışının tükenmişliğe bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bu farklılığın profesyonel futbolcuların kazançlarının oldukça yüksek seviyelere çıkmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Araştırmamızda 3. ligde oynayan futbolcuların duygusal fiziksel tükenme, azalan başarı hissi ve duyarsızlaşma alt boyutlarında tükenmişlik düzeyleri sıra ortalamaları 2. ligde oynayan futbolculardan daha yüksek bulunmuştur. Alt liglerde mücadele eden futbolcuların gelir, donanım, tesis, stadyum, taraftar gibi etkenlere daha az sahip olmalarından dolayı bu sonucun ortaya çıktığı düşünülebilir. Kuzu (2019), yapmış olduğu araştırmasında mevcut araştırma ile benzer sonuçlar bulmuş, lig seviyesi arttıkça tükenmişliğin düştüğü sonucuna ulaşmıştır. Buna karşın Gümüşdağ ve ark. (2013) yapmış oldukları araştırmalarında lig düzeyinin tükenmişliği etkilemediği sonucuna ulaşmıştır.

Araştırmada profesyonel futbolcuların profesyonel futbol oynama yılı ve tükenmişlik alt boyutları incelendiğinde, futbol oynama yılı artan sporcuların daha yüksek düzeylerde tükenmişlik yaşadıkları

görülmüştür. Bu durumun, profesyonel futbolcuların mesleğe başlarken başarı, gelir, lig düzeyi vb. gibi hedeflere meslek yaşları ilerlemesine rağmen ulaşamadıklarından kaynaklandığı söylenebilir. Çalışmamızdaki bulguların aksine Düzençi (2021), profesyonel futbolcular üzerinde yapmış olduğu araştırmasında profesyonellik yılında anlamlı bir fark bulmamıştır.

Araştırmada profesyonel futbolcuların bir sezonda yaşadıkları sakatlık sayıları ve tükenmişlik alt boyutları incelendiğinde, sakatlık sayısı artan futbolcuların daha yüksek düzeylerde tükenmişlik yaşadıkları görülmüştür. Bu durumun kaynağı olarak, hayatlarını spora adanmış olan futbolcuların, sık sık sakatlandıktan sonra eski performanslarını gösteremeyecekleri hissini yaşamaları gösterilebilir. Literatür incelendiğinde; Güvendi (2020) milli güreşçiler üzerinde yapmış olduğu çalışmada, araştırmamızda yer alan bulguların aksine yaralanma durumlarının tükenmişlik ile ilişkisi olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre kaçırılan maç sayısının fazla olması durumu ile az maç kaçırılması durumuna göre futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin farklılaştığı görülmüştür. Bu duruma neden olarak futbolcuların çok sayıda maç kaçırdığında maç başı ücret ve prim gibi maddi kazanımlardan ciddi oranda mahrum kalması gösterilebilir. Ayrıca futbolcuların dakika ve performans açısından yeterince süre alamadıklarında kariyerlerinde düşüş yaşama endişesi içerisinde olabilmeleri bir diğer neden olarak düşünülebilir. Literatür incelendiğinde profesyonel futbolcuların sakatlık nedeniyle oynanmayan maç değişkeniyle tükenmişlik arasındaki ilişkiyi konu alan araştırmaya ulaşılamamıştır. Bu durum araştırmanın bir sınırlılığı olarak görülmekle beraber literatürdeki bazı boşlukların doldurulabilmesi adına alan yazına katkı sağlayacak bir nitelik olarak da düşünülebilir.

Sonuç olarak profesyonel futbolcuların tükenmişlik düzeylerinin bireysel değişkenlere göre farklılaştığı görüldü. Özellikle 2. ve 3. ligde futbolu bırakma yaş ortalamalarının 35-36 yaş civarlarında olması kariyerlerinin sonuna yaklaşan sporcuların daha fazla tükenmişlik yaşadıklarını kanıtlar niteliktedir. Futbolcuların aylık gelirlerinin 50.000 TL ve üstünde olması durumunda daha az tükenmişlik duygusu içerisinde oldukları söylenebilir. Yine futbolcuların bir üst ligde oynamalarının daha az tükenmişlik yaşamalarına neden olduğu görüldü. Son olarak, daha az profesyonel oynama yılı olan futbolcuların, bir sezonda daha az sakatlık yaşayan futbolcuların ve sakatlık sebebi ile az maç kaçıran futbolcuların daha düşük düzeylerde tükenmişlik yaşadıkları görüldü.

5. ÖNERİLER

Çalışma bulguları kapsamında araştırmacılara şu öneriler sunulmaktadır:

- Süper lig ve 1. lig kulüplerinin katılımıyla daha kapsamlı çalışmalar yapılarak, futbolcular arasında tükenmişliğin farklı liglere göre değişkenlik gösterip göstermediği ortaya koyulabilir.
- Kadın futbolcuların tükenmişlik düzeyleri araştırılarak, cinsiyete göre futbolcuların tükenmişlik düzeyleri arasındaki farklılıklar incelenebilir.
- Futbolcuların tükenmiş düzeyleri belirli aralıklarla yapılan bilimsel araştırmalar ile incelenerek boylamsal çalışmalar düzenlenebilir.
- Futbolcuların tükenmişlik düzeyleri nitel bir çalışma yapılarak derinlemesine analiz edilebilir.
- Futbolun içerisinde yer alan diğer önemli paydaşlar olan antrenörler, yöneticiler üzerine tükenmişlik çalışmaları yapılmalıdır.

Politika yapımcıları ve uygulayıcılar için ise şu öneriler sunulmaktadır:

- Türkiye Futbol Federasyonu, spor psikologlarını tüm profesyonel futbol kulüpleri için zorunlu hale getirmelidir.

- Futbol kulüpleri özellikle 30 yaş ve üzeri, aylık gelir düzeyi nispeten daha düşük düzeylerde olan futbolcularını spor psikologlarına yönlendirmelidir.

Açıklamalar

Çalışmaya ilişkin veri seti yazarlardan makul gerekçe ile talep edilebilir.

Etik Beyan

Bu makalede dergi yazım kurallarına ve bilimsel araştırma ve yayın etiği kurallarına uyulmuştur. Çalışma kapsamında Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul onayı alınmıştır.

Çıkar Çatışması

Yazarlar arasında her hangi bir çıkar çatışması yoktur.

Yazar Katkıları

Araştırmaya tüm yazarlar eşit oranda katkı sağlamıştır.

KAYNAKÇA

Al-Haliq, M., Altahayneh, Z. L., & Oudat, M. E. (2014). Levels of burnout among sports referees in Jordan. *Journal of Physical Education and Sport*, 14(1), 47.

Alam, S., Mombeni, H., Maleki, B., Monazami, M., Alam, Z., Vatandoust, M., & Nasirzade, A. (2012). The relationship between emotional intelligence and burnout in Iranian soccer super league referees. *Current Research Journal of Biological Sciences*, 4(5), 544-550.

Altahayneh, Z. (2003). *The effects of coaches' behaviors and burnout on the satisfaction and burnout of athletes* (Doktora Tezi). The Florida State University.

Allen, L. S. (2006). *The prevalence of disordered eating and menstrual dysfunction in female collegiate athletes* (Doktora Tezi). California University of Pennsylvania.

Bakhshalipour, V., Khodaparst, S., Toubia, N., & Rezvani, M. (2021). Can perfectionism reduce football players' stress and athletic burnout?. *Journal of New Studies in Sport Management*, 2(4), 328-335.

Biber, E., Ersoy, A., Acet, M., & Küçük, V. (2010). Türk futbol antrenörlerinin tükenmişlik düzeylerinin değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 12(2), 134-143.

Cresswell, S. L., & Eklund, R. C. (2006). The nature of player burnout in rugby: Key characteristics and attributions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18(3), 219-239.

Çavuşoğlu, G., Ünver, Ş., Doğan, E., İslamoğlu, İ., & Özdemir, S. (2015). Spor bilimleri fakültesi öğretim elemanları ile diğer fakülte öğretim elemanlarının tükenmişlik düzeylerinin karşılaştırılması. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 10(1), 4-11.

Kuzu, C. (2019). *Profesyonel ve bölgesel amatör lig futbolcularının tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

da Silva, A. A., Freire, G. L. M., de Moraes, J. F. V. N., de Souza Fortes, L., da Silva Carvalho, R. G., & do Nascimento Junior, J. R. A. (2021). Association of coping strategies with symptoms of burnout in young football players in a career transition phase: Are professionalization and occurrence of injuries mediating factors?. *The Sport Psychologist*, 35(3), 231-222. <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.2020-0031>

Düzenci, S. (2021). *Profesyonel erkek futbolcuların mevki ve bazı değişkenler açısından sporcu tükenmişliklerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzincan.

Ferreira, R. W., Coswig, V. S., Monteiro, P. A. M. D. S., Gaia, J. W. P., Penna, E. M., & Pires, D. A. (2021). Prevalence of burnout syndrome and perception by playing position in professional football players. *Motriz: Revista de Educação Física*, 27, e1021020031. <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-65742021003121>

Fors, I., & Öberg, J. (2022). *Coping as mediator in the relationship between hope and burnout among football players* (Lisans Bitirme Tezi). Halmstad University, School of Health and Welfare, Halmstad.

Fransen, K., Haslam, S. A., Steffens, N. K., Mallett, C. J., Peters, K., & Boen, F. (2020). Making 'us' better: High-quality athlete leadership relates to health and burnout in professional Australian football teams. *European Journal of Sport Science*, 20(7), 953-963. <http://dx.doi.org/10.1080/17461391.2019.1680736>

Giusti, N. E., Carder, S. L., Vopat, L., Baker, J., Tarakemeh, A., Vopat, B., & Mulcahey, M. K. (2020). Comparing burnout in sport-specializing versus sport-sampling adolescent athletes: a systematic review and meta-analysis. *Orthopaedic Journal of Sports Medicine*, 8(3), 2325967120907579. <http://dx.doi.org/10.1177/2325967120907579>

Goodger, K., Gorely, T., Lavalley, D., & Harwood, C. (2007). Burnout in sport: A systematic review. *Sport Psychologist*, 21(2), 127-151. <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.21.2.127>

Gümüşdağ, H., Bastık, C., Yamaner, F., Kartal, A., & Ünlü, C. (2013). Burnout in professional soccer players: The role of aggression and anxiety. *IIB International Refereed Academic Social Sciences Journal*, 4(10), 39-54.

Güvendi, Y. (2020). *Milli güreşçilerin psikolojik becerilerinin tükenmişlik düzeyleri ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Hakanen, J. J., & Schaufeli, W. B. (2012). Do burnout and work engagement predict depressive symptoms and life satisfaction? A three-wave-seven-year prospective study. *Journal of Affective Disorders*, 141(2-3), 415-424.

Heun, R., & Pringle, A. (2018). Football does not improve mental health: A systematic review on football and mental health disorders. *Global psychiatry*, 1(1), 25-37. <https://doi.org/10.2478/gp-2018-0001>

Hughes, L., & Leavey, G. (2012). Setting the bar: Athletes and vulnerability to mental illness. *The British Journal of Psychiatry*, 200(2), 95-96. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.111.095976>

Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Kelecek, S., & Koruç, Z. (2018). Futbolcuların güdusel yönelim ve spora bağlılık düzeylerinin sporcu tükenmişliğini belirlemedeki rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi-BÜSBİD*, 2(2), 102-116.

Kelecek, S., & Göktürk, E. (2017). Kadın futbolcularda sporcu bağlılığının sporcu tükenmişliğini belirlemedeki rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi-BÜSBİD*, 2(2), 162-173.

Kubayi, A. (2018). Burnout and paths to turnover intentions among south African sport coaches. *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 7(2), 43-47. <https://doi.org/10.26773/mjssm.180907>

Kuzu, C. (2018). *Profesyonel ve bölgesel amatör lig futbolcularının tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi), Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

Lee, Y. H., & Chelladurai, P. (2018). Emotional intelligence, emotional labor, coach burnout, job satisfaction, and turnover intention in sport leadership. *European Sport Management Quarterly*, 18(4), 393-412. <https://doi.org/10.1080/16184742.2017.1406971>

Lemyre, P. N., Hall, H. K., & Roberts, G. C. (2008). A social cognitive approach to burnout in elite athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 18(2), 221-234.

Marma, A., Duc, N. S., & Loi, N. T. (2018). Influence of motivation, social support and basic need satisfaction on burnout among football players in Bangladesh. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(2), 168-189.

Nixdorf, I., Beckmann, J., & Nixdorf, R. (2019). Preventing depression and burnout in youth football. İçinde E. Konter et al. (Eds.). *Football psychology: From theory to practice*. London: Routledge.

Olusoga, P., Bentzen, M., & Kentta, G. (2019). Coach burnout: A scoping review. *International Sport Coaching Journal*, 6(1), 42-62.

Park, S. M., & Huh, J. Y. (2018). The multiple mediating effects of team efficacy and resilience on relationship between autonomy support and burnout in professional football players: Using the Phantom Variable. *Korean Journal of Sport Psychology*, 29(3), 175-187. <http://dx.doi.org/10.14385/KSSP.29.3.175>

Pruna, R., & Bahdur, K. (2016). Depression in football. *Journal of Novel Physiotherapies*, 6(6), 1000317. <http://dx.doi.org/10.4172/2165-7025.1000317>

Sarçın, K. (2018). *Beden eğitimi ve spor yüksekokullarında görev yapan öğretim elemanlarının temel psikolojik ihtiyaçları ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi* (Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Sarmiento, H., Anguera, M. T., Pereira, A., & Araújo, D. (2018). Talent identification and development in male football: A systematic review. *Sports Medicine*, 48(4), 907-931. <http://dx.doi.org/10.1007/s40279-017-0851-7>

Sarmiento, H., Frontini, R., Marques, A., Peralta, M., Ordoñez-Saavedra, N., Duarte, J. P., ... & Clemente, F. M. (2021). Depressive symptoms and burnout in football players: A systematic review. *Brain Sciences*, 11(10), 1351. <https://doi.org/10.3390/brainsci11101351>

Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research of practice. *Career Development International*, 14, 204-206.

Scotto di Luzio, S., Martinent, G., Guillet-Descas, E., & Daigle, M. P. (2020). Exploring the role of sport sense of community in perceived athlete burnout, sport motivation, and engagement. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(5), 513-528. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1575298>

Smith, R. (1986). Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology*, 8, 36-40.

Stradomska, M. (2021). Emotional control and burnout in sportsmen on the example of football players. *Journal of Modern Science*, 47(2), 409-430. <https://doi.org/10.13166/jms/143306>

Taylor, A. G., Daniel, J. V., Leith, L., & Burke, R. J. (1990). Perceived stress, psychological burnout and paths to turnover intentions among sport officials. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2, 84-97.

Turner, M., & Moore, M. (2016). Irrational beliefs predict increased emotional and physical exhaustion in Gaelic football athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 47(2), 187-201. <https://doi.org/10.7352/IJSP.2016.47.187>

Ulucan, H., Adiloğulları, I., & Unver, D. (2014). Examination of the relationship between occupational burnout and job satisfaction of professional football players. *Niğde University Journal of Physical and Sport Sciences*, 8(1), 93-104.

Verardi, C. E. L., Santos, A. B., Nagamine, K. K., Carvalho, T. D., & Miyazaki, M. C. D. O. S. (2014). Burnout and coping among football players: Before and during the tournament. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 20, 272-275.

Yeşilyurt, Y. (2021). *Aydın gençlik ve spor il müdürlüğü çalışanlarının iş stresi ve tükenmişlik düzeylerinin internet bağımlılığına etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.

Yıldız, S. M. (2011). Relationship between leader-member exchange and burnout in professional footballers. *Journal of Sports Sciences*, 29(14), 1493-1502.

Yıldız, S. M. (2015). The relationship between bullying and burnout: An empirical investigation of Turkish professional football players. *Sport, Business and Management*, 5(1), 6-20.

Makale Geliş : 13.08.2022

Makale Kabul : 07.12.2022

Açık Erişim Politikası

Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.tr>