


# Toplumsal baskı ve hakemlik deneyimi: futbol hakemlerinin algı ve yaşantıları üzerine fenomenolojik bir araştırma

Tolga Hanayoğlu 

Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yozgat, Türkiye.

## Geliş Tarihi:

Aralık 30, 2025

## Kabul Tarihi:

Nisan 15, 2026

## Yayınlanma Tarihi:

Nisan 15, 2026

## Anahtar Kelimeler:

Futbol hakemi,  
toplumsal baskı,  
fenomenoloji, karar  
verme.

## Keywords:

Football referee,  
social pressure,  
phenomenology,  
decision making.

**Özet.** Bu araştırma, futbol hakemlerinin maruz kaldıkları toplumsal baskıyı nasıl deneyimlediklerini ve bu baskı sürecini iç dünyalarında nasıl anlamlandırdıklarını incelemeyi amaçlamaktadır. Nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji deseninin kullanıldığı çalışmada, ölçüt örnekleme yöntemiyle belirlenen 10 faal futbol hakemi ile yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler içerik analizi tekniği ile çözümlenmiştir. Araştırma sonucunda hakemlerin deneyimleri; "Çevresel Baskı ve Karar Verme Güçlüğü", "Sosyal Baskı ve Medya Etkisi", "Başarısızlığı Dışsallaştırma", "Duygusal Tükenme" ve "Otorite ve Adalet Algısı" olmak üzere beş ana tema altında toplanmıştır. Bulgular, hakemlerin tribün ve çevre baskısı altında karar vermekte zorlandıklarını, hata yapma korkusuyla baş etmek için başarısızlığı dışsal faktörlere atfettiklerini ve yoğun eleştiriler nedeniyle duygusal tükenmişlik yaşadıklarını göstermiştir. Tüm bu baskı unsurlarına rağmen hakemlerin, kendilerini "adaletin temsilcisi" olarak görerek mesleki motivasyonlarını korumaya çalıştıkları ve adalet dağıtıcı olma misyonuna tutundukları tespit edilmiştir. Çalışma, hakemlerin psikolojik dayanıklılıklarını artıracak destek mekanizmalarının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

**Social pressure and refereeing experience: A phenomenological study on the perceptions and experiences of football referees**

**Abstract.** This study aims to examine how football referees experience the social pressure they are exposed to and how they make sense of this process in their inner worlds. Using a phenomenological design, a qualitative research method, semi-structured interviews were conducted with 10 active football referees determined by criterion sampling. The obtained data were analyzed using the content analysis technique. As a result of the research, referees' experiences were gathered under five main themes: "Environmental Pressure and Decision Difficulty," "Social Pressure and Media Effect," "Externalizing Failure," "Emotional Exhaustion," and "Authority and Justice Perception." The findings showed that referees struggled to make decisions under crowd and environmental pressure, attributed failure to external factors to cope with the fear of making mistakes, and experienced emotional burnout due to intense criticism. Despite all these pressure elements, it was determined that referees tried to maintain their professional motivation by viewing themselves as "representatives of justice" and held onto the mission of being justice distributors. The study reveals the necessity of support mechanisms that will increase the psychological resilience of referees.

## Giriş

Yüzyılın en önemli sosyal olgularından biri olarak kabul edilen spor, günümüzde ekonomik, kültürel ve sosyal bir sektör olarak gelişimini sürdürmektedir. Özellikle futbol, tüm dünya toplumlarının ilgi odağı haline gelmiş, kitleleri peşinden sürükleyen ve küresel ölçekte en fazla seyirciye sahip evrensel bir spor dalı konumuna erişmiştir (Aksu & Arslan, 2020; Kargün ark., 2012).

Milyonlarca insanın takip ettiği, ulusal ve uluslararası boyutta toplumları bir araya getiren bu devasa organizasyonun saha içerisindeki yönetimi ve adil bir şekilde sürdürülmesi ise futbol hakemleri tarafından gerçekleştirilmektedir (Kargün ark., 2012; Pekel ark., 2023b). Futbol oyununun temel unsurlarından biri olan hakemler, spor organizasyonlarının sorumluları tarafından seçilen, önceden belirlenmiş kurallar çerçevesinde müsabakaları yöneten, cezaları ve sonuçları eliren

✉ T. Hanayoğlu, e-mail; tolga.hanayoglu@yobu.edu.tr

**Atıf:** Hanayoğlu, T. (2026). Toplumsal baskı ve hakemlik deneyimi: futbol hakemlerinin algı ve yaşantıları üzerine fenomenolojik bir araştırma. *Spor & Hareket Bilimleri Dergisi*, 7(2), 46-53.

otorite konumundaki kişilerdir (Aksu & Arslan, 2020; Satman, 2014).

Modern futbolun hızlanan oyun yapısı ve artan fiziksel talepleri, hakemlik mesleğini yalnızca kuralları uygulayan bir mekanizma olmaktan çıkarmış; fiziksel, bilişsel ve psikolojik yönleri olan karmaşık bir eyleme dönüştürmüştür (Satman, 2014). Yapılan araştırmalar, bir hakemin müsabaka sırasında dakikada en az 2-3 karar vermek durumunda olduğunu ve bu kararların çok kısa zaman dilimleri içerisinde, yoğun baskı altında alındığını göstermektedir (Satman, 2014). Hakemlerin doğru karar verebilmesi için oyunun merkezinde olması ve topun oynandığı bölgeye yakın bulunması gerekmektedir; bu durum hakemler üzerinde hem aerobik hem de anaerobik aktivitelerle gerçekleşen yüksek düzeyde bir fizyolojik yüklenmeye neden olmaktadır (Köse ark., 2023). Ancak hakemlik performansını etkileyen faktörler yalnızca fiziksel yeterlilikle sınırlı değildir. Hakemler, müsabaka esnasında fiziksel yükün yanı sıra yoğun bir psikolojik baskı ve stres ortamında görev yapmaktadırlar (Güllü & Yıldız, 2019).

Futbolun doğası gereği barındırdığı rekabet ve kazanma arzusu, müsabaka ortamında çeşitli toplumsal baskı unsurlarının ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır. Hakemler, verdikleri kararların kesin ve değişmez olması sebebiyle, futbolcular, antrenörler, yöneticiler, seyirciler ve medya tarafından sürekli bir değerlendirme ve eleştiri bombardımanına tutulmaktadır (Güllü & Yıldız, 2019; Tapşın & Koç Doğan, 2024). Özellikle seyirci topluluklarının oluşturduğu "kalabalık sesi", hakemlerin karar verme süreçlerinde etkili olabilmekte; görsel ipuçlarının net olmadığı durumlarda hakemler, kalabalıktan gelen işitsel bilgiyi dikkate alarak ev sahibi takım lehine kararlar verebilmektedir (Satman, 2014). Bununla birlikte, futbol seyircisinin sosyo-ekonomik düzeyi, kazanma hırsı ve medyadaki acımasız eleştiriler, sporda şiddet ve saldırganlık eğilimlerini artırmakta, bu durum ise hakemlerin üzerindeki toplumsal baskıyı daha da yoğunlaştırmaktadır (Yıldız & Yıldız, 2020).

Maruz kalınan bu yoğun toplumsal baskı ve stres, hakemlerin psikolojik sağlığını ve mesleki tatminlerini doğrudan etkileyebilmektedir. Araştırmalar, hakemlerin stres kaynakları arasında hata yapma korkusu, sözlü tacizler, saldırganlık tehdidi ve medya eleştirilerinin önemli bir yer tuttuğunu göstermektedir (Koca & Yıldız, 2018). Sürekli baskı altında olmak, hakemlerde endişe,

güven kaybı ve tükenmişlik gibi olumsuz duyguların gelişmesine yol açabilmekte; bu durum ise dikkat kaybına, düşük iş tatminine ve performans düşüklüğüne neden olabilmektedir (Demirtaş & Yıldız, 2021). Bazı hakemler, bu başarısızlık kaygısı ve baskıyla baş edebilmek için "kendini sabotaj" gibi savunma mekanizmalarına başvurarak, olası başarısızlıklarını dışsal faktörlere yüklemeye eğilimi gösterebilmektedirler (Kamuk ark., 2018). Öte yandan, yüksek serbest zaman doyumuna sahip hakemlerin psikolojik sağlık düzeylerinin daha yüksek olduğu ve stresle daha iyi baş edebildikleri de belirtilmektedir (Kural & Aydın, 2023).

Hakemlik mesleği, yalnızca oyun kurallarının uygulanması değil, aynı zamanda adalet, dürüstlük ve saygı gibi etik değerlerin sahaya yansıtılması sürecidir (Pekel ark., 2023a). Ancak hakemlerin, toplumun farklı kesimlerinden gelen baskılar (sosyal, kültürel ve ekonomik) altında bu değerleri koruyarak görev yapmaları, onların yaşadığı deneyimi benzersiz kılmaktadır. Hakemlerin stres ve baskı altında verdikleri kararların altında yatan süreçlerin anlaşılması, sadece performans analizi açısından değil, aynı zamanda onların mesleki sürdürülebilirliği ve psikolojik iyi oluşları açısından da kritiktir (Karadağ ark., 2020; Tapşın & Koç Doğan, 2024).

Bu bağlamda, mevcut nicel çalışmalar hakemlerin stres düzeylerini, karar verme stillerini ve fiziksel performanslarını ölçmekte önemli veriler sunsa da (Ceylan ark., 2020; Köse ark., 2023), hakemlerin maruz kaldıkları toplumsal baskıyı nasıl algıladıkları, bu baskıyı iç dünyalarında nasıl deneyimledikleri ve bu yaşantıların onların mesleki kimliklerine nasıl yansıdığı konusunda derinlemesine nitel araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu gereksinimden hareketle bu araştırma, futbol hakemlerinin toplumsal baskı altındaki hakemlik deneyimlerini, algılarını ve yaşantılarını fenomenolojik bir yaklaşımla incelemeyi amaçlamaktadır.

## Gereç ve Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizi ile ilgili detaylı bilgilere yer verilmiştir.

### Araştırma Modeli

Futbol hakemlerinin toplumsal baskı altındaki deneyimlerini, algılarını ve bu olguya yükledikleri anlamları derinlemesine incelemeyi amaçlayan bu

çalışmada, nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Fenomenoloji, bireylerin bir olguyla ilgili yaşanmış deneyimlerinin ortak anlamını tanımlamaya odaklanır ve bir grubun bir kavramı veya fenomeni nasıl deneyimlediğini betimlemeyi amaçlar (Creswell, 2013). Bu desen, farkında olunan ancak derinlemesine ve detaylı bir anlayışa sahip olunmayan durumların incelenmesi için uygun bir zemin oluşturmaktadır (Yıldırım & Şimşek, 2021). Bu çerçevede araştırma, hakemlerin dış dünyadaki baskı unsurlarını (seyirci, medya, sosyal çevre) iç dünyalarında nasıl anlamlandırdıkları üzerine kurgulanmıştır.

### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme stratejisi ile belirlenen 10 futbol hakemi oluşturmaktadır. Nitel araştırmalarda, evreni temsil etme kaygısı güdülmediğinden, araştırma probleminin gerektirdiği derinlemesine bilgiyi sağlayabilecek durumlar ve kişiler seçilmektedir (Çağlayan, 2025). Bu bağlamda araştırmaya dahil edilme kriterleri; Türkiye Futbol Federasyonu'na bağlı olarak faal hakemlik yapıyor olmak, en az 1 yıl hakemlik deneyimine sahip olmak ve çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul etmektir. Araştırma verilerinin toplandığı dönemde hakemlerin yönettikleri müsabakaların zorluk dereceleri (şampiyonluk yarışı, küme düşme hattı vb.) kontrol edilememiştir. Maçın önem derecesi, hissedilen baskı düzeyini değiştirebilir.

### Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında iki bölümden oluşan bir veri toplama aracı kullanılmıştır:

**Kişisel ve Spor Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından hazırlanan bu formda; hakemlerin yaşı, cinsiyeti, eğitim durumu, hakemlik yılı ve klasmanı gibi demografik özelliklerini belirlemeye yönelik sorular yer almaktadır.

**Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu:** Veri toplama tekniği olarak, araştırmacıya esneklik sağlayan ve katılımcıların dünyayı nasıl algıladıklarını kendi kelimeleriyle ifade etmelerine olanak tanıyan yarı yapılandırılmış görüşme tekniği tercih edilmiştir (Yıldırım & Şimşek, 2021). Görüşme formunda, hakemlerin toplumsal baskı altındaki hisleri ve bu baskının karar verme süreçlerine etkisine yönelik açık uçlu sorular bulunmaktadır. Sorular hazırlanırken ilgili literatür taranmış ve uzman görüşüne başvurulmuştur (Çağlayan, 2025).

### Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu Soruları

1. Müsabaka esnasında, özellikle kritik bir pozisyonda tribünlerden gelen yoğun tezahürat veya protestoların (kalabalık sesi) o anki karar verme sürecinizi ve ruh halinizi nasıl etkilediğini tarif eder misiniz?

2. Maç bittikten sonra medya, sosyal medya veya yakın çevrenizden gelen eleştirilerle karşılaştığınızda neler hissediyorsunuz; bu dışsal değerlendirmeler bir sonraki maça hazırlanma motivasyonunuzu veya mesleki kimliğinizi nasıl şekillendiriyor?

3. Sahada hata yapma korkusu yaşadığınız anlarda, bu durumun üzerinizde oluşturduğu baskıyı nasıl deneyimliyorsunuz; bu baskıyla başa çıkmak için kendinize yönelik geliştirdiğiniz içsel konuşmalar veya savunma mekanizmaları (örneğin; dış faktörleri mazeret gösterme vb.) var mı?

4. Toplumun ve futbol camiasının hakemlerden beklediği 'kusursuzluk' baskısını bir birey olarak nasıl karşılıyorsunuz; bu yoğun beklenti hakemlikten aldığınız hazzı veya hissettiğiniz yorgunluk/tükenmişlik duygusunu nasıl etkiliyor?

5. Sahadaki 'otorite' konumunuz ile üzerinizde hissettiğiniz 'toplumsal baskı' arasında nasıl bir denge kuruyorsunuz; yoğun baskı altındayken 'adil olma' (fair play) kavramını iç dünyanızda nasıl sorguluyor veya anlamlandırıyor sunuz?

### Veri Toplama Süreci

Veri toplama sürecine başlamadan önce gerekli etik kurul izinleri alınmış ve katılımcılara araştırmanın amacı, yöntemi ve elde edilecek verilerin gizliliği belirtilerek "Gönüllü Katılım Formu" imzalatılmıştır. Görüşmeler, hakemlerin kendilerini rahat ifade edebilecekleri sessiz ortamlarda yüz yüze ve çevrimiçi platformlar üzerinden gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler sırasında, veri kaybını önlemek ve analiz aşamasında detaylı inceleme yapabilmek amacıyla katılımcıların izni dahilinde ses kaydı alınmıştır (Creswell, 2013).

### Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizinde içerik analizi tekniği kullanılmıştır. İçerik analizi, toplanan verilerin kavramsallaştırılması, bu kavramların mantıksal bir biçimde düzenlenmesi ve veriyi açıklayan temaların saptanması sürecidir (Yıldırım & Şimşek, 2021). Analiz sürecinde şu adımlar izlenmiştir:

Ses kayıtları metne dökülmüş ve dökümler araştırmacı tarafından defalarca okunarak veriye hakimiyet sağlanmıştır.

Veriler anlamlı bölümlere ayrılarak kodlama işlemi yapılmış, benzer kodlar bir araya getirilerek kategoriler ve temalar oluşturulmuştur.

Araştırmanın geçerliğini artırmak amacıyla, ulaşılan temalar ve sonuçlar, araştırmaya katılan üç (3) katılımcı ile tekrar görüşülerek teyidinde sunulmuş ve uzman görüşü alınmıştır.

## Bulgular

**Tablo 1.** Çalışma grubuna ait demografik bilgiler

Katılımcı Kodu	Cinsiyet	Yaş	Eğitim Durumu	Hakemlik Klasmanı	Hakemlik Deneyimi (Yıl)
K1	Erkek	28	Lisans	Klasman Yardımcı Hakem	3
K2	Erkek	29	Lisans	Bölgesel Hakem	7
K3	Kadın	22	Lisans	Aday Hakem	1
K4	Erkek	35	Yüksek Lisans	Üst Klasman Yardımcı Hakem	12
K5	Erkek	27	Lisans	İl Hakemi	5
K6	Erkek	31	Lisans	Bölgesel Yrd. Hakem	8
K7	Kadın	25	Lisans	Kadın Bölgesel Yrd. Hakem	4
K8	Erkek	21	Ön Lisans	İl Hakemi	2
K9	Erkek	33	Lisans	Klasman Hakemi	10
K10	Erkek	28	Lisans	Bölgesel Hakem	6

**Tablo 2.** Futbol hakemlerinin toplumsal baskı ve hakemlik deneyimine ilişkin tema ve kodları

Temalar	Kodlar
<b>1. Çevresel Baskı ve Karar Verme Güçlüğü</b>	- Kalabalık sesi- Ev sahibi takım baskısı- Görsel/İşitsel ipucu karmaşası- Anlık karar stresi
<b>2. Sosyal Baskı ve Medya Etkisi</b>	- Medya eleştirileri- Sosyal çevre beklentisi- Sürekli değerlendirilme kaygısı- Sözlü tacizler
<b>3. Başarısızlığı Dışsallaştırma ve Baş Etme</b>	- Hata yapma korkusu- Mazeret üretme- Dış faktörlere yüklenme- Vicdani muhasebe
<b>4. Duygusal Tükenme ve Mesleki Yıpranma</b>	- Duygusal yorgunluk- Duyarsızlaşma- Kusursuzluk beklentisi- İş tatmininde azalma
<b>5. Otorite ve Adalet Algısı</b>	- Adalet dağıtıcısı olma- Otoriteyi koruma- Etik değerler ve vicdan- Tarafsızlık ilkesi

Elde edilen temalar ve bu temalara ilişkin kodlar Tablo 2’de özetlenmiştir.

Bu bölümde, futbol hakemleri ile gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilen verilerin içerik analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Analiz neticesinde katılımcıların görüşleri beş ana tema altında toplanmıştır: (1) Çevresel Baskı ve Karar Verme Güçlüğü, (2) Sosyal Baskı ve Medya Etkisi, (3) Başarısızlığı Dışsallaştırma ve Baş Etme, (4) Duygusal Tükenme ve Mesleki Yıpranma, (5) Otorite ve Adalet Algısı.

Araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme stratejisi ile belirlenen ve araştırmaya gönüllü olarak katılan 10 faal futbol hakeminden oluşmaktadır. Katılımcıların demografik özellikleri incelendiğinde, cinsiyet dağılımının 8 erkek ve 2 kadın hakem şeklinde olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaşları 21 ile 35 arasında değişiklik göstermekte olup, eğitim

düzeyleri açısından grubun büyük çoğunluğunun (8 kişi) lisans mezunu olduğu, bunun yanı sıra bir katılımcının ön lisans ve bir katılımcının yüksek lisans derecesine sahip olduğu belirlenmiştir. Mesleki tecrübe açısından katılımcıların hakemlik deneyimleri 1 yıl ile 12 yıl arasında değişmektedir. Hakemlerin görev yaptıkları klasmanlar incelendiğinde ise grubun; Aday Hakem, İl Hakemi, Bölgesel Hakem ve Yardımcı Hakemi, Klasman Hakemi ve Yardımcı Hakemi ile Üst Klasman Yardımcı Hakemi statülerinde görev yapan katılımcılardan oluşan heterojen bir yapıya sahip olduğu tespit edilmiştir.

**1. Çevresel Baskı ve Karar Verme Güçlüğü** Hakemler, müsabaka esnasında tribünlerden gelen yoğun tezahüratın yanı sıra teknik alan (yedek kulübesi) kaynaklı itirazların karar verme süreçlerini

bulanıklaştırdığını ifade etmişlerdir. Özellikle görsel açının net olmadığı pozisyonlarda, işitsel baskının (kalabalık sesi) kararları üzerinde yönlendirici bir etkisi olduğu vurgulanmıştır.

"Bazen pozisyonu tam göremediğimde tribünün sesiyle düdüğüm çaldığını hissediyorum. O uğultu üzerinize geldiğinde, sanki o kararı vermezseniz stat başınıza yıkılacakmış gibi bir baskı oluşuyor." (K4)

"Tribünler bir ağzıdan 'faul' diye bağırduğunda, beynim o an duraksıyor. Elim istemsizce düdüğe gidiyor, sonra kendi kendime 'gerçekten gördün mü?' diye soruyorum." (K8)

Henüz 2 yıllık deneyime sahip olan K8'in yaşadığı bu duraksama, mesleki tecrübe eksikliğinin baskı yönetimini zorlaştırdığını göstermektedir.

"Doğru karar verdiğimi bilsem bile, tribünlerin ve yedek kulübesinin aynı anda itiraz etmesi beni bir anlığına şüpheye düşürüyor. O anki baskı, fiziksel yorgunluktan daha ağır." (K2)

Deneyimi az olan hakemlerin (örn. K8) tribün baskısı altında 'duraksama' yaşadığı görülürken; deneyimli hakemlerin (örn. K4) bu baskıyı bir 'şüphe anı' olarak tanımlaması, tecrübenin baskıyı yönetme biçimini değiştirdiğini göstermektedir.

**2. Sosyal Baskı ve Medya Etkisi** Katılımcılar, sadece saha içinde değil, saha dışında da yoğun bir sosyal baskı altındadırlar. Aile, arkadaşlar ve medya tarafından sürekli eleştirilme korkusu, hakemlerin günlük yaşamlarına da sirayet etmektedir.

"Maç bittiğinde telefonumu açmaya korkuyorum. Televizyondaki yorumcuların bir hatamı günlerce konuşacak olması, bir sonraki maça çıkarken ayaklarımı geri geri götürüyor." (K9)

"Sadece medya değil, arkadaşlarım, hatta babam bile maçtan sonra 'hoca orada yanlış yaptın' deyince kendimi çok yalnız hissediyorum. Sürekli bir hesap verme halindeyiz." (K1)

"Sosyal medyada hakkımda yazılanları okumamak için hesaplarımı kapattım. Tanımadığım insanların hakaretleri beni meslekten soğutuyor." (K5)

Yakın çevreden bile gelen bu eleştiriler, K1 kodlu katılımcının ifadesinde görüldüğü üzere yalnızlık hissine yol açmakta ve bu sosyal izolasyon, bir sonraki temada ele alınacak olan duygusal tükenmişliğin temelini oluşturmaktadır.

**3. Başarısızlığı Dışsallaştırma ve Baş Etme** Hata yapma korkusuyla başa çıkmak için hakemlerin çeşitli savunma mekanizmaları geliştirdiği görülmüştür. Katılımcıların birçoğu, olası bir başarısızlığı kendi yetersizliklerinden ziyade dış faktörlere (zemin, hava durumu, oyuncu niyeti vb.) yükleyerek psikolojik rahatlama sağlama eğilimindedir. Katılımcıların hatalarını zemin veya

hava gibi kontrol dışı unsurlara yüklemesi, literatürde kendini sabotaj olarak adlandırılan benliği koruma stratejisiyle örtüşmektedir.

"Bazen maça çıkmadan önce 'zemin çok kötü, bugün hata yaparsam sebebi budur' diye kendimi şartlıyorum. Bu beni biraz rahatlatıyor, çünkü hata yaparsam suçlu sadece ben olmayacağım." (K5)

"Hata yaptığımda o gece uyuyamıyorum. Ama sonra 'oyuncular da hata yapıyor, hava çok rüzgarlıydı, pozisyon çok hızlıydı' diyerek kendimi teselli etmeye, vicdanımı rahatlatmaya çalışıyorum." (K10)

"Maçtan önce 'bugün elimden geleni yapacağım, gerisi şans' diyorum. Hatayı kadere bağlamak bazen yükümü hafifletiyor." (K6)

**4. Duygusal Tükenme ve Mesleki Yıpranma** Sürekli mükemmel olma beklentisi ve yoğun eleştiri yağmuru, hakemlerde duygusal bir yorgunluğa ve mesleğe karşı duyarsızlaşmaya yol açmaktadır.

"Eskiden maça çıkarken heyecanlıydım, şimdi ise sadece bir an önce bitip eve gitmek istiyorum. İnsanların hakaretlerine karşı artık hissizleştim, duymuyorum bile. Bu da mesleki zevkimi öldürüyor." (K6)

"Hafta içi iş stresi, hafta sonu maç stresi... Bazen 'değer mi?' diye soruyorum. Ruhsal olarak tükendiğimi hissediyorum, tahammülüm kalmadı." (K4)

**5. Otorite ve Adalet Algısı** Tüm baskılara rağmen hakemler, sahada adaleti sağlayan kişi olma misyonunu içselleştirmişlerdir. Adil olma duygusu, dışsal baskılara karşı bir kalkan görevi görmektedir.

"Biz sahadaki adaletin terazisiyiz. Herkes bağırıp çağırsa da ben o teraziyi dengede tutmak zorundayım. Vicdanım rahatsa, tribünlerin ne dediği o an için önemini yitiriyor." (K3)

"Sahada tek patron benim, o düdüğüm bende olduğu sürece adil olmak zorundayım. Oyuncuların gözündeki o güveni gördüğümde baskı azalıyor." (K7)

Özellikle kadın katılımcıların (K3 ve K7), sahadaki varlıklarını ve otoritelerini adalet ve güven kavramları üzerinden meşrulaştırarak, toplumsal cinsiyet baskılarına karşı zımni bir direnç gösterdikleri anlaşılmaktadır. K3'ün kullandığı adaletin terazisi metaforu, hakemlerin dış dünyadaki kaotik baskıdan (ses, küfür, eleştiri) korunmak için sığındıkları içsel bir güvenli alan işlevi görmektedir.

## Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada futbol hakemlerinin toplumsal ve çevresel baskı altında yaşadıkları mesleki deneyimler ile bu baskılar karşısında geliştirdikleri başa çıkma stratejileri incelenmiştir. Elde edilen bulgular, ilgili literatürle karşılaştırılarak tartışılmış ve mevcut çalışmalarla önemli ölçüde örtüşen sonuçlara ulaşılmıştır. Araştırma verileri, hakemlerin özellikle

çevresel faktörler, taraftar tepkileri ve kalabalık sesi gibi unsurlar nedeniyle karar verme süreçlerinde zorlandıklarını ortaya koymaktadır. Katılımcı ifadeleri, tribün baskısının kararlar üzerinde yönlendirici bir etki oluşturabildiğini göstermektedir. Bu bulgu, Satman'ın (2014) çalışmasıyla paralellik arz etmekte; söz konusu çalışmada, görsel ipuçlarının yetersiz olduğu durumlarda kalabalık sesinin hakemler açısından belirleyici bir ipucu hâline gelebildiği ve bu durumun bilinçdışı düzeyde ev sahibi lehine ya da baskıyı azaltmaya yönelik kararları tetikleyebildiği ifade edilmektedir. Satman (2014) kalabalık sesinin kararları değiştirebildiğini belirtse de çalışmadaki katılımcılar (örn. K2), baskının doğrudan kararı değiştirmekten ziyade, karar verme sürecinde yoğun bir bilişsel şüphe ve tereddüt yarattığını ifade etmişlerdir.

Araştırmada öne çıkan bir diğer önemli bulgu, sosyal baskı ve medya etkisinin hakemler üzerinde yarattığı yıpratıcı etkidir. Hakemlerin yalnızca müsabaka sırasında değil, maç sonrasında da medya ve sosyal çevreleri tarafından sürekli değerlendirilme kaygısı yaşadıkları görülmüştür. Koca ve Yıldız (2018), hakemleri strese sürükleyen temel faktörler arasında medya eleştirileri, yöneticilerin tutumları ve sosyal çevre baskısını vurgulamaktadır. Benzer şekilde Güllü ve Yıldız (2019), bu stres kaynaklarının hakemlerin performansını olumsuz etkilediği gibi sosyal ve kişisel yaşamlarına da yansımaları belirtmektedir.

Çalışmada hakemlerin, hata yapma korkusuyla başa çıkmak amacıyla başarısızlığı dışsallaştırma eğilimi gösterdikleri tespit edilmiştir. Katılımcılar, hatalı kararlarını zemin koşulları ya da hava durumu gibi dışsal faktörlere atfederek benlik saygılarını korumaya çalışmaktadır. Kamuk, Evli ve Tecimer'in (2018) belirttiği üzere, kendini sabotaj davranışı, bireyin olası başarısızlık durumunda mazeretler üreterek başarısızlığı dışsallaştırmasını ve bu yolla benliğini korumasını amaçlayan bir stratejidir. Araştırmamızda elde edilen bulgular, bu kuramsal çerçeveye uyum göstermektedir.

Duygusal tükenme teması kapsamında, hakemlerin zamanla hissizleşme ve mesleki tatminsizlik yaşadıkları belirlenmiştir. Kargün ve arkadaşları (2012), hakemlerin yoğun baskı ve sürekli insanlarla yüz yüze çalışma zorunluluğu nedeniyle duygusal enerji kaybı yaşadıklarını ve bunun iş doyumunu düşürdüğünü ortaya koymuştur. Şirin (2021) de stres kaynaklarının hakemlerin yaşam

doyumunu olumsuz etkilediğini ifade ederek bu bulguları desteklemektedir.

Araştırmada dikkat çeken bir diğer tema ise hakemlerin kendilerini birer adalet temsilcisi olarak konumlandırmalarıdır. Bu algı, baskı altında mesleki motivasyonu sürdüren önemli bir unsur olarak ortaya çıkmaktadır. Pekel ve arkadaşları (2023a), hakemlerin futbol kavramını "adalet", "ahlak" ve "saygı" metaforlarıyla açıkladıklarını belirtmektedir. Yıldız ve Yıldız (2020) ise hakemlerin sporun ahlaki iklimine ilişkin görüşlerinde fair play ve dürüstlük ilkelerine güçlü bir vurgu yaptıklarını ortaya koymuştur. Çalışmamızda hakemlerin "adaletin terazisi" olma vurgusu, söz konusu literatürle tutarlılık göstermektedir.

Bununla birlikte, araştırmada özellikle kadın hakemlerin (K3 ve K7) sahadaki varlıklarını 'adaletin terazisi' metaforuyla meşrulaştırarak toplumsal cinsiyet baskılarına karşı zımni bir direnç gösterdikleri tespit edilmiştir. Bu durum, kadın hakemlerin erkek egemen futbol ekosistemi içinde maruz kaldıkları ayrımcılık ve 'cam tavan' engelleriyle doğrudan ilişkilidir (Erath Şirin & Öz, 2024). Cinsiyet temelli gözetim ve taraftar önyargıları, kadın hakemlerin mesleki ilerlemelerinin önünde görünmez duvarlar örmektedir (Engin, 2025a). Nitekim futbolun eril yapısı içerisinde kadın hakemler, yalnızca sahadaki oyuncu ve taraftar baskısıyla değil, aynı zamanda varoluşsal bir cinsiyet eşitsizliğiyle de mücadele etmek zorundadır (Engin, 2025b; Engin ark., 2019).

Bu araştırmada, "Çevresel ve Sosyal Baskı", "Başarısızlığı Dışsallaştırma", "Duygusal Tükenmişlik" ve "Adalet Algısı" başlıkları altında elde edilen bulgular, güncel literatürle bütüncül bir biçimde ele alınmıştır. Bulgular, hakemlerin yoğun bir çevresel ve sosyal baskı altında görev yaptıklarını, hata yapma kaygısıyla baş etmeye çalıştıklarını ve mesleki tükenmişlik riski taşıdıklarını göstermektedir. Bununla birlikte hakemlerin, tüm bu olumsuzluklara rağmen kendilerini adaletin temsilcisi olarak görmeleri, mesleki bağlılıklarını sürdüren temel motivasyon kaynağı olarak öne çıkmaktadır.

Sonuç olarak futbol hakemliği, yalnızca fiziksel yeterlilik gerektiren bir alan değil; aynı zamanda yoğun psikolojik ve sosyolojik baskıların yönetildiği karmaşık bir mesleki süreçtir. Araştırma sonuçları, hakemlerin taraftar baskısı, medya eleştirileri ve kurumsal engeller altında karar vermek zorunda kaldıklarını ve bu durumun tükenmişliğe yol açabildiğini ortaya koymuştur. Bununla birlikte

hakemlerin adalet dağıtıcı olma misyonuna güçlü bir şekilde tutundukları anlaşılmaktadır. Özellikle dezavantajlı grupların sistem içinde daha fazla desteklenmesi, kurumsal cinsiyet eşitliği politikalarının geliştirilmesi ve taraftar ile medya farkındalığının artırılması, hakemlerin karşılaştıkları bu mesleki zorlukların azaltılmasında kritik öneme sahiptir. Ayrıca hakemlerin psikolojik dayanıklılıklarını güçlendirmek amacıyla stres yönetimi eğitimlerinin yaygınlaştırılması ve psikolojik destek mekanizmalarının geliştirilmesi önerilmektedir.

Bu araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, futbol hakemlerinin maruz kaldıkları toplumsal baskıyı yönetebilmeleri ve mesleki sürdürülebilirliklerini sağlayabilmeleri adına uygulayıcılara ve kurumlara yönelik şu öneriler geliştirilmiştir:

- **Psikolojik Destek Mekanizmalarının Kurulması:** Araştırma bulgularında hakemlerin yoğun stres altında duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşma yaşadıkları tespit edilmiştir. Bu bağlamda, hakemlere düzenli olarak hizmet verecek profesyonel psikolojik destek birimleri oluşturulmalı ve müsabaka öncesi/sonrası mental rehabilitasyon imkânları sağlanmalıdır.

- **Baskı Simülasyonu ve Stres Yönetimi Eğitimleri:** Hakemlerin özellikle kalabalık sesi ve tribün baskısı altında karar vermekte zorlandıkları görülmüştür. Hakem eğitim seminerlerine, görsel ve işitsel baskı unsurlarını içeren simülasyon çalışmaları eklenmeli; stres altında odaklanma ve doğru karar verme yetilerini güçlendirecek pratik uygulamalar artırılmalıdır.

- **Medya Okuryazarlığı ve Kriz İletişimi:** Hakemlerin sosyal medya ve geleneksel medya eleştirilerinden olumsuz etkilendikleri belirlenmiştir. Hakemlere yönelik medya okuryazarlığı ve kriz yönetimi eğitimleri verilerek, dışsal eleştirileri kişiselleştirmeden profesyonel bir süzgeçten geçirmeleri konusunda farkındalık kazandırılmalıdır.

- **Kurumsal Cinsiyet Eşitliği Politikaları:** Kadın hakemlerin cinsiyet temelli önyargılara ve cam tavan engeline maruz kaldıkları literatür ve bulgularla desteklenmiştir. Kadın hakemlerin sistem içinde daha fazla desteklenmesi adına kurumsal eşitlik politikaları geliştirilmeli ve mentörlük programları yaygınlaştırılmalıdır.

- **Başarısızlığı Dışsallaştırma ile Mücadele:** Hakemlerin hata yapma korkusuyla kendini sabotaj

mekanizmalarına başvurdukları (zemini, havayı suçlama vb.) görülmüştür. Hakemlerin öz-yeterliklerini artıracak ve hataları bir öğrenme süreci olarak kabul etmelerini sağlayacak bilişsel-davranışçı eğitim modülleri uygulanmalıdır.

## Öneriler

Bu çalışma, fenomenolojik desen kullanılarak belirli bir çalışma grubu ile sınırlandırılmıştır. Gelecek araştırmalarda, nicel ve nitel yöntemlerin bir arada kullanıldığı karma desen çalışmaları yapılarak, toplumsal baskı algısının hakem klasmanlarına (Süper Lig, Alt Ligler vb.) ve demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı daha geniş örneklerle incelenebilir.

Araştırma mevcut faal hakemlerin deneyimlerine odaklanmaktadır. Gelecek çalışmalarda, hakemliği bırakmış bireyler veya hakem gözlemcileri de örnekleme dâhil edilerek, sistemin farklı paydaşlarının baskı kültürünü nasıl deneyimledikleri ve bu kültürün tükenmişlik üzerindeki uzun vadeli etkileri boylamsal çalışmalarla araştırılabilir.

### Finansal Kaynak

Bu araştırma herhangi bir finansal destek almamıştır.

### Çıkar Çatışması

Yazar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmektedir.

### Etik Kurul Raporu

Araştırma protokolü Yozgat Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurul tarafından onaylandı (Tarih: 07.10.2025, Karar No: 29/49).

### Yazarların Katkısı

**Çalışma Tasarımı:** TH

**Veri Toplama:** TH

**İstatistiksel Analiz:** TH

**Makale Hazırlama:** TH

## Kaynaklar

Aksu, A., ve Arslan, C. (2020). Farklı klasmandaki futbol hakemlerinin karar verme stillerinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 56-70.

Ceylan, T., Ermiş, E., Ceylan, L., ve Erilli, N. A. (2020). Futbol hakemlerinin sargınlık ve öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 13(75), 935-940.

- Creswell, J. W. (2013). *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre* (M. Bütün & S. B. Demir, Çev. Ed.). Siyasal Kitabevi.
- Çağlayan, O. (2025). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri* (3. bs.). Seçkin Yayıncılık.
- Demirtaş, E., ve Yıldız, K. (2021). Futbol hakemlerinin özyeterlilik algıları ve stres faktörlerinin iş performanslarına etkisinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 157-169. <https://doi.org/10.33689/spormetre.939240>
- Engin, S. G. (2025a). Cinsiyetin gözetiminde: Futbol taraftarlarının kadın hakemlere ilişkin tutum ve görüşleri. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*. <https://doi.org/10.30520/tjsosci.1746326>
- Engin, S. G. (2025b). *Her maçın hikâyesi ayrı: Kadın hakemlerin varoluş sancısı* [Tam metin bildirisi]. EGE 13. Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresi, İzmir, Türkiye.
- Engin, S. G., Yüce, A., ve Katırcı, H. (2019). Erkek dünyasında pembe kartlar: Yeşil sahalardaki kadınların hakemliğe bakışı. *GSI Journals Serie A: Advancements in Tourism, Recreation and Sports Sciences*, 2(1), 54-75. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3360333>
- Eratlı Şirin, Y., & Öz, G. (2024). Women football observers' experiences: A perspective from system justification and glass ceiling. *Frontiers in Psychology*, 15, 1495843. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1495843>
- Güllü, S., ve Yıldız, S. M. (2019). Stres kaynaklarının futbol hakemlerinin performansına etkisinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 146-155. <https://doi.org/10.33689/spormetre.486723>
- Kamuk, Y. U., Evli, F., ve Tecimer, H. (2018). Futbol hakemlerinin kendini sabotaj düzeyleri. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 2257-2267. <https://doi.org/10.17218/hititsosbil.461486>
- Karadağ, M., Aksu, A., ve Sezer, S. Y. (2020). Futbol hakemlerinin iş doyumunu ve sürekli kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *The Journal of Social Sciences*, 7(47), 572-581. <http://dx.doi.org/10.29228/SOBIDER.45685>
- Kargün, M., Albay, F., Cenikli, A., ve Güllü, M. (2012). Türk futbol hakemlerinin iş doyumunu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 30-38.
- Koca, S., ve Yıldız, S. M. (2018). Futbol hakemlerini strese iten faktörler, iş tatmini ve iş performansı ilişkisinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 195-207. <https://doi.org/10.25307/jssr.334624>
- Köse, M. G., Otuzbiroğlu, B., ve Kin İşler, A. (2023). Futbol hakemlerinin müsabaka sırasındaki iç ve dış yük yanıtlarının incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 34(1), 23-31. <https://doi.org/10.17644/sbd.1190310>
- Kural, S., ve Aydın, F. (2023). Futbol hakemlerinin serbest zaman doyum düzeyleri ile psikolojik sağlamlık ilişkisinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(1), 14-25. <https://doi.org/10.33468/sbsebd.327>
- Pekel, A. Ö., Kırıkçoğlu, N., İğdır, E. C., ve Okan, İ. (2023a). Futbol hakemlerinin fair play kavramına yönelik algıları: Metafor çalışması. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 12(3), 362-367. <https://doi.org/10.22282/tojras.1301923>
- Pekel, A. Ö., Kırıkçoğlu, N., Ünver, M., ve Şahin, Y. (2023b). Futbol hakemleri futbol sahasından sesleniyor. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 79-89.
- Satman, C. (2014). Futbol maçlarındaki seyirci topluluklarının sesinin, hakemlerin kararları üzerindeki etkisi. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 12(2), 147-154.
- Şirin, T. (2021). Futbol hakemlerinin algıladıkları stres kaynakları ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 294-308. <https://doi.org/10.38021/asbid.976880>
- Tapşın, F. O., ve Koç Doğan, N. E. (2024). Futbol hakemlerinin sporda mücadele ve tehdit durumlarının incelenmesi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 6(3), 284-289. <https://doi.org/10.56639/jsar.1512166>
- Yıldırım, A., ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (12. bs.). Seçkin Yayıncılık.
- Yıldız, Ö., ve Yıldız, M. (2020). Futbol hakemlerinin sporun ahlaki iklimine ilişkin görüşleri. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 357-378.