

**T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
HAREKET VE ANTRENMAN BİLİMLERİ BİLİM DALI**

**ELİT JUDO SPORCULARININ BAŞARI ALGISI VE
SPORA KATILIM GÜDÜLERİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

FATİH TORUN

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Fehim COŞAN

İSTANBUL, 2020

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
HAREKET VE ANTRENMAN BİLİMLERİ BİLİM DALI

**ELİT JUDO SPORCULARININ BAŞARI ALGISI VE
SPORA KATILIM GÜDÜLERİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

FATİH TORUN

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Fehim Coşan

İSTANBUL, 2020

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
HAREKET VE ANTRENMAN BİLİMLERİ BİLİM DALI

Tezin Adı: Elit Judo Sporcularının Başarı Algısı ve Spora Katılım Gdülerinin İncelenmesi

Öğrencinin Adı Soyadı: Fatih TORUN

Tez Teslim Tarihi:.../.../20...

Bu tezin Yüksek Lisans tezi olarak gerekli şartları yerine getirmiş olduğu Sağlık Bilimleri Enstitüsü tarafından onaylanmıştır.

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ
Müdür Vekili
İmza

Bu Tez tarafımızca okunmuş, nitelik ve içerik açısından bir Yüksek Lisans tezi olarak yeterli görülmüş ve kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmza

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Fehim COŞAN

Üye

Üye

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK

Bu çalışmanın hazırlanması esnasında bilimsel etik ve ahlak kurallarına uyulduğunu, farklı kişilerin çalışmalarından alıntı yapılması durumunda gerekli şekilde atıflar yapıldığını, kullanılmış olan veriler üzerinde tahrifat yapılmadığını, tezin tamamı ya da belirli bölümlerinin bir üniversite de kullanılmadığını bildiririm.

Fatih TORUN

TEZ YAZIM KILAVUZU UYGUNLUK ONAYI

“Elit Judo Sporcularının Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi” adlı Yüksek Lisans Tezi İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Lisansüstü Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak hazırlanmıştır.

Tezi Hazırlayan
Fatih TORUN

Danışman
Prof. Dr. Fehim Coşan

Enstitü Yetkilisi

İmza

TEŞEKKÜR

Bu alıŐma s¼recinde desteklerinden t¼r¼ tez danıŐmanım, Sayın; Prof. Dr. Fehim Coşan'a, bu zamana kadar manevi anlamda bana katkı sağlayan değerli dostlarıma ve çok değerli aileme teŐekk¼r ederim.

Fatih TORUN



ÖZET

ELİT JUDO SPORCULARININ BAŞARI ALGISI VE SPORA KATILIM GÜDÜLERİNİN İNCELENMESİ

Fatih Torun

Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı
Hareket ve Antrenman Bilimleri Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Fehim Coşan

Haziran 2020, 59 Sayfa

Bu çalışmanın amacı, elit judocuların başarı algısı ve spora katılım güdülerinin incelenmesidir. Bu araştırmaya 100'ü erkek, 66'sı kadın olmak üzere 166 elit düzey judocu katılmıştır. Katılımcıların 33'ü 8-14 yaş aralığında, 72'si 15-17 yaş aralığında, 31'i 18-25 yaş aralığında ve 30'u 26-55 yaş aralığındadır. Katılımcıların 30'u ilköğretim, 90'ı lise ve 46'sı lisans ve üstü mezundur. Katılımcıların yaş, cinsiyet ve eğitim durumlarını öğrenmeyi amaçlayan bilgi formu ile 8 alt boyut içeren 30 maddelik spora katılım güdüsü ölçeği ve 2 alt boyut içeren 12 maddelik başarı algısı ölçeği uygulanmıştır. Sporcuların cinsiyetleri, yaşları ve eğitim durumları incelenip, aralarında istatistiksel olarak ilişki veya fark olup olmadığı tespit edilmeye çalışılmıştır. Araştırmada katılımcıların spora katılım güduları ve başarı algılarını ortaya koymak için betimleyici ve kestirimsel istatistiklerden yararlanılmıştır. Betimleyici istatistiklerden ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Kestirimsel istatistiklerden ise korelasyon analizi, Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way Manova) ile farklılık olan gruplara hangi

grup lehine farklılık olduğunu tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerden Tukey testinden faydalanılmıştır. Araştırmada hata payı olarak 0.05 baz alınmıştır.

Kadın judocuların görev yönelimi ortalamalarının ($X=4.19$, $SS=1.11$), ego yönelimi ortalamalarından ($X=3.78$, $SS=1.00$) daha yüksek olduğu, erkek judocuların ise görev yönelimi ortalamaları ($X=3.57$, $SS=1.44$), ego yönelimi ortalamalarından ($SS=3.21$, $SS=1.22$) daha yüksek olduğu görülmüştür. Judocuların yaşlarına göre spora katılım güdüleri puanları incelendiğinde; en önemli güdünün beceri geliştirme ortalaması ($X=1.08$, $SS=0.14$) olduğu ve 8-14 yaş aralığında gerçekleştiği, önemi düşük ortalamanın arkadaşlık ortalaması ($X=1.76$, $SS=0.55$) olduğu ve 18-25 yaş aralığında gerçekleştiği görülmektedir. Eğitim durumlarına göre incelendiğinde ise; en yüksek ortalamanın görev yönelimi ortalaması ($X=3.97$, $SS=0.21$) olduğu ve lisans ve üstü eğitim düzeyinde gerçekleştiği, en düşük ortalamanın ego yönelimi algısı ortalaması ($X=3.30$, $SS=0.12$) olduğu ve lise düzeyinde gerçekleştiği görülmektedir.

Beceri gelişimi güdüsünün sporcular arasında önemli olduğu, arkadaşlık güdüsünün çok önem arz etmediği anlaşılmıştır. Kadın judocuların erkek judoculardan daha fazla görev yönelimli olduğu görülmüştür. Judocuların eğitim durumuna göre spora katılım güdüsü puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunduğunu anlaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Judo, Başarı Algısı, Güdülenme, Spor

ABSTRACT

EVALUATION OF PERCEPTION AND MOTIVATION OF ELITE JUDO ATHLETES

Fatih Torun

Physical Education and Sports Department
Mation and Training Science

Thesis Advisor: Prof. Dr. Fehim Coşan

June 2020, 59 Pages

The aim of this study will be to examine the perceptions of success of elite the judoka and their participation in sports. 166 elite-level judoka, 100 men and 66 women, participated in this research. 33 of 8-14, 72 of them are between the ages of 15-17, 31 are between the ages of 18-25 and 30 are between the ages of 26-55. 30 of the participants are primary school, 90 are high school and 46 are undergraduate and higger. 30-item sports participation motivation scale with 8 sub dimensions and a 12-item success perception scale with 2 sub dimensions were applied with the fact sheet aimed at learning the age, gender and educational status of the participants. The sexes, ages and educational status of the athletes were examined and it was tried to determine whether there was a statistically relationship or difference between them. Descriptive and predictive statistics were used to reveal the relationship between participants' motivation to participate in sports and their perception of success. Average and standard deviation were used from descriptive statistics. From the predictive statistics,

correlation analysis, the Manova) used the Tukey test from Post-Hoc tests different in favor of the groups that differed. The study was based on 0.05 as the margin of error.

The task orientation averages of women the judoka ($X = 4.19$, $SS = 1.11$) are higher than their ego orientation averages ($X = 3.78$, $SS = 1.00$), while the male judoka task orientation averages ($X = 3.57$, $SS = 1.44$) are higher than the ego orientation averages. ($SS = 3.21$, $SS = 1.22$) was found to be higher. it is seen that the most important motive is the skill development average ($X = 1.08$, $SS = 0.14$) and is in the 8-14 age range, the least significant average is the friendship average ($X = 1.76$, $SS = 0.55$) and is justified in the 18-25 age range. When analyzed according to the educational status; it is seen that the highest average is the task orientation average ($X = 3.97$, $SS = 0.21$) and is at the level of undergraduate and above education, the lowest average is the average of ego orientation perception ($X = 3.30$, $SS = 0.12$) and is at the high school level.

It is understood that the skill development skill is important among the athletes and the friendship motivation is not very important. It is seen that female athletes are more task oriented than male athletes. It was understood

Keywords: Judo, Perception of Success, Motivation, Sport

İÇİNDEKİLER

| | |
|--|------|
| İÇ KAPAK..... | |
| ONAY SAYFASI..... | |
| BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK..... | iii |
| TEZ YAZIM KILAVUZU UYGUNLUK ONAYI..... | iv |
| TEŞEKKÜR | 5 |
| ÖZET..... | vi |
| ABSTRACT..... | viii |
| İÇİNDEKİLER | x |
| TABLOLAR | xiii |
| ŞEKİLLER | xiv |
| KISALTMALAR | xv |
| 1. GİRİŞ | 1 |
| 1.1 ARAŞTIRMANIN AMACI..... | 2 |
| 1.2 ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ..... | 2 |
| 1.3 ARAŞTIRMANIN ALT PROBLEMLERİ | 2 |
| 1.4 ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI | 2 |
| 1.5 ARAŞTIRMANIN SAYILTI LARI | 3 |
| 1.6 TANIMLAR | 3 |
| 2. GENEL BİLGİLER..... | 4 |
| 2.1 SPOR..... | 4 |
| 2.2 JUDO..... | 4 |
| 2.2.1 Judonun Tarihçesi..... | 5 |
| 2.2.2 Judonun Türkiye’de Gelişimi | 6 |
| 2.2.3 Judo’nun Amaçları | 7 |
| 2.3 GÜDÜLENME | 8 |
| 2.3.1 GÜDÜLENMENİN SINIFLANDIRILMASI | 11 |
| 2.3.1.1 Dışsal güdülenme..... | 11 |
| 2.3.1.2 İçsel güdülenme | 12 |
| 2.3.2 Maslow’a Göre Sınıflandırma..... | 14 |
| 2.3.2.1 Birincil güdüler | 14 |

| | |
|--|----|
| 2.3.2.2 İkincil güdüler | 15 |
| 2.3.3 GÜDÜLENME KURAMLARI | 15 |
| 2.3.3.1 Biyolojik yaklaşımlar | 15 |
| 2.3.3.2 Hümanist yaklaşımlar | 15 |
| 2.3.3.3 Davranışçı yaklaşımlar | 15 |
| 2.3.3.4 Bilişsel yaklaşımlar | 16 |
| 2.3.3.5 Yükleme kuramı..... | 16 |
| 2.3.3.6 Sosyal öğrenme kuramı | 16 |
| 2.3.4 GÜDÜLENMENİN ÖNEMİ..... | 17 |
| 2.3.5 Sporda GÜDÜLENME | 17 |
| 2.3.6 Spora Katılım GÜDÜSÜ..... | 19 |
| 2.3.7 Spora Katılım GÜDÜSÜ Araştırmaları | 21 |
| 2.4 BAŞARI ALGISI..... | 24 |
| 2.4.1 Başarı Hedefleri Kuramı | 25 |
| 2.4.1.1 Ego yönelimli hedefler | 27 |
| 2.4.1.2 Görev yönelimli hedefler | 28 |
| 2.4.2 Sporda Başarı Algısı | 29 |
| 2.4.3 Başarı Algısı Araştırmaları | 32 |
| 3. MATERYAL VE YÖNTEM..... | 34 |
| 3.1 ARAŞTIRMANIN ÖN KABULLERİ..... | 34 |
| 3.2 ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ | 34 |
| 3.3 ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ | 36 |
| 3.4 ARAŞTIRMANIN VERİ TOPLAMA ARAÇLARI..... | 36 |
| 3.4.1 Kişisel Bilgi Formu..... | 36 |
| 3.4.2 Spora Katılım GÜDÜSÜ Ölçeği..... | 36 |
| 3.4.3 Başarı Algısı Ölçeği | 37 |
| 3.5 ARAŞTIRMA VERİLERİNİN TOPLANMASI..... | 38 |
| 3.6 ARAŞTIRMA VERİLERİNİN ÇÖZÜMLENMESİ | 38 |
| 3.7 ÖLÇEKLERE İLİŞKİN GÜVENİRLİK ANALİZİ | 38 |
| 4. BULGULAR | 40 |
| 4.1 ARAŞTIRMANIN BİRİNCİ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR | 40 |
| 4.2 ARAŞTIRMANIN İKİNCİ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR | 41 |

| | |
|---|-----------|
| 4.3 ARAŞTIRMANIN ÜÇÜNCÜ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR | 41 |
| 4.4 ARAŞTIRMANIN DÖRDÜNCÜ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR | 43 |
| 4.5 ARAŞTIRMANIN BEŞİNCİ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR | 43 |
| 4.6 ARAŞTIRMANIN ALTINCI ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR | 44 |
| 4.7 ARAŞTIRMANIN YEDİNCİ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR | 45 |
| 5. TARTIŞMA VE SONUÇ | 47 |
| 5.1 TARTIŞMA | 47 |
| 5.2 SONUÇ | 50 |
| 5.3 ÖNERİLER | 51 |
| KAYNAKÇA | 53 |
| EKLER | 60 |
| Ek A.1 Anket Formu | 60 |
| ÖZGEÇMİŞ | 63 |

TABLULAR

| | |
|--|----|
| Tablo 2. 1. Okul Çağındaki Çocukların Spora Katılım Nedenleri (Ewing ve Seefeldt, 1989) | 20 |
| Tablo 3. 1. Örneklem Grubunun Özellikleri | 35 |
| Tablo 3. 2. Spora Katılım Güdüsü Ölçeği Alt Boyutları Güvenirlik Katsayıları..... | 38 |
| Tablo 3. 3. Başarı Algısı Ölçeği Alt Boyutları Güvenirlik Katsayıları..... | 39 |
| Tablo 4. 1. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Cinsiyete Göre Ortalama ve Standart Sapma Değerleri..... | 40 |
| Tablo 4. 2. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Cinsiyete Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (Manova) Testi Sonuçları..... | 41 |
| Tablo 4. 3. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Yaş Dağılımına Göre Ortalama ve Standart Sapma Değerleri..... | 42 |
| Tablo 4. 4. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Yaş Dağılımına Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (Manova) Testi Sonuçları | 43 |
| Tablo 4. 5. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Eğitim Durumlarına Göre Ortalama ve Standart Sapma Değerleri..... | 44 |
| Tablo 4. 6. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Eğitim Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (Manova) Testi Sonuçları | 45 |
| Tablo 4. 7. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerini Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları | 46 |

ŞEKİLLER

| | |
|---|----|
| Şekil 2. 1. Güdüsel Döngü (Motivational Cycle)..... | 9 |
| Şekil 2. 2. İhtiyaçlar Hiyerarşisi..... | 10 |
| Şekil 2. 3. Vanek'in Sporcu Güdüleri Teorisi..... | 16 |
| Şekil 3. 1. Cinsiyete Göre Dağılım | 34 |
| Şekil 3. 2. Yaş'a Göre Dağılım | 35 |
| Şekil 3. 3. Eğitim Düzeyine Göre Dağılım | 35 |

KISALTMALAR

BAÖ : Başarı Algısı Ölçeği

IJF : Uluslararası Judo Federasyonu

KMÖ : Katılım Gdlenmesi Ölçeği

r : Korelasyon Katsayısı

SPSS : Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı

SS : Standart Sapma



1. GİRİŞ

İnsanlık, tarih sahnesine çıkmasından itibaren bazı mecburi sebepler yüzünden topluluk halde yaşamak zorunda kalmıştır. İnsanlar topluluk halde yaşamamanın ortaya çıkardığı durumların sonucu olarak mecburi ya da mecburi olmayan bazı isteklerin peşinden koşmuştur. Bunlar gıda, giyinme veya barınma gibi temel ihtiyaçların yanında kişisel, ailevi, dini veya toplumsal heves ya da arzular biçiminde de ortaya çıkmıştır.

İnsanlar, gelir elde etmek, daha iyi bir hayat sürmek, sosyal statü kazanmak, dini inançları vb. gibi bazı sebeplerden kendilerine belli başlı hedefler koymuş ve bu hedeflere ulaşma konusunda hesaplar yapıp faaliyetlerde bulunmuşlardır. Bu hedefler dönem dönem insanların yaşam amaçları haline gelmiş, insanlar bu hedeflere ulaşma noktasında tüm güçleriyle mücadele eder hale gelmişlerdir. Bu mücadelelerini başarı ile tamamlamak temel gaye olmuş ve bireylerin psikolojik ve fizyolojik durumlarına etki eder hale gelmiştir. Bu etkinin sebep ve sonuçları çeşitli çevrelerde merak uyandırmış, bu konuda çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Bu çalışmalar sonucunda başarı algısı kavramı ortaya çıkmıştır. Başarı algısı ile ilgili araştırmalar yapılmış ve bu araştırmalar sonucunda bazı güdülenmeler tespit edilmiştir. Bu güdülenmeler ile başarı algısı arasındaki ilişki sportif faaliyetlerde de kendini ortaya çıkarmış, sporcular kendilerine şampiyon olmak, madalya almak gibi bazı sonuç odaklı hedefler belirleyip bu yönde çalışmışlardır. Bu çalışmaların temel amacı kimi insanda donanım kazanmak veya sahip olduğu imkanları artırmak şeklinde olmuş kimi insanda ise kendini kanıtlamak veya statü kazanmak şeklinde gelişmiştir. Varolan bu durumların tespiti ve yapılacak yönlendirmeler sonucunda olumlu sonuçların alınması muhtemeldir. Sporcuların psikolojik durumlarının göz ardı edilmesi, başarılı sporcu olunması ve yetiştirilmesinde büyük bir hatadır. Bu durum ihmal edilecek bir konu olmamalıdır.

Sporcuların başarı algıları ve sportif faaliyetlerdeki güdülenmeleri ile bunlar arasındaki çeşitli ilişki ağları bu çalışmanın temel problemleri olacaktır.

Yapılacak araştırmaların analizi sonucunda elde edilecek verilerinin, judocuların zihinsel yapılarının belirlenmesinde ve müsabakalara uygun zihinsel destek modelleri oluşturmada fayda sağlayacağı düşünüldüğünden önem arz etmektedir.

Bu çalışmanın amacı, elit düzeyde mücadele eden kadın ve erkek judocuların başarı algısı ve spora katılım güdülerinin incelenmesi olacaktır.

1.1 ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmada, elit düzey judo sporcularının başarı algısı ve spora katılım güdeleri incelenip başarı algıları ile spora katılım güdeleri arasında ilişki olup olmadığı tespit edilmeye çalışılmıştır.

1.2 ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ

Elit düzey judocuların spora katılım güdeleri ile başarı algıları cinsiyet, yaş ve eğitim durumu değişkenlerine göre nasıl değişmektedir ve bu iki durum arasında bir ilişki var mıdır?

1.3 ARAŞTIRMANIN ALT PROBLEMLERİ

1. Elit düzey judocuların başarı algıları ve spora katılım güdülerinin cinsiyete göre ortalama ve standart sapma puanları nelerdir?
2. Elit düzey judocuların başarı algıları ve spora katılım güdeleri puanları arasında cinsiyet değişkenine göre istatistiksel bir fark var mı?
3. Elit düzey judocuların başarı algıları ve spora katılım güdülerinin yaş dağılımına göre ortalama ve standart sapma değerleri nelerdir?
4. Elit düzey judocuların başarı algıları ve spora katılım güdeleri arasında yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark var mıdır?
5. Elit düzey judocuların başarı algıları ve spora katılım güdülerinin eğitim düzeyine göre ortalama ve standart sapmalar nelerdir?
6. Elit düzey judocuların başarı algıları ve spora katılım güdüsü puanları arasında eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark var mıdır?
7. Elit düzey judocuların başarı algıları ve spora katılım güdeleri arasında istatistiksel olarak bir ilişki var mıdır?

1.4 ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

1. Araştırma, 2019-2020 sezonu ile sınırlıdır.
2. Araştırma, elit düzey sporcularla sınırlıdır.
3. Araştırma, Türk sporcular ile sınırlıdır.

1.5 ARAŞTIRMANIN SAYILTILARI

1. Araştırma esnasında kontrol edilemeyen değişkenlerin örneklem gruplarına aynı oranda etkileyeceği varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan sporcuların ölçekleri samimiyetle yanıtladıkları varsayılmıştır.

1.6 TANIMLAR

Judo: Kibarlık, nezaket yolu anlamına gelen Judo, Japon Jigoro Kano tarafından Ju-Jitsu sporundan 1882 yılında geliştirilen savunma sanatıdır.

Elit Sporcu: ‘Seçkin Seviye’ Ulusal ve uluslararası müsabakalarda mücadele eden sporculardır.

Güdülenme (Motivasyon): Bireyi harekete geçirmek ya da isteklendirmek amacıyla bir şeyi yapma veya başarma isteğinin meydana geldiği içten gelen itici güçtür.

Spora Katılım Güdüsü: Spor branşlarını tercih ederken bireyleri harekete geçiren, tercihlerini belirleyen güdülere denir.

Başarı: Elde etmek, sonuç almak. Öte yandan başarı, bir amaca ulaşmak için de kullanılır.

Başarı Algısı: Kişinin hedefe ulaşma ve hedef sonundaki hisleridir.

Hedef Yönelimi: Kişinin hedefine ulaştıktan sonra başarı duygusuna bağlı haz duymasıdır. Başarı ve duygu bir hedefin sonucu olarak ifade edilir. Bu başarının değeri sporcu tarafından verilir.

Ego Yönelimli Hedefler: Kişinin mücadele ortamında en iyi olma iddiasıdır. Bireysellik ön planda olmakla birlikte rekabet duygusu üst düzeydir.

Görev Yönelimli Hedefler: Göreve yönelik beceriler edinmek amaçlanmaktadır. Başarılı olmak için sporcu çalışmalı ve becerilerini ortaya koymalıdır. Görev yönelimli olanlar, müsabakaları becerisini geliştirmek için kullanır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1 SPOR

İnsanın beden ve ruh sağlığına olumlu etki eden, kişilerin toplumla uyum içinde yaşamasını sağlayan, g¼nl¼k hayatın stresinden uzaklaşmasına ve bu stresle başa çıkmasına yardımcı olan etkinlikler b¼t¼n¼d¼r. Beden becerisi ile birlikte, insan zihninin ve kişiliğinin gelişmesine yardımcı olan, bireyi eğiten, karakterini g¼clendiren ve ahlakına olumlu etki eden psikolojik faydaları vardır.

İnsanlık varoluşundan beri spordan uzak kalmamıştır. En eski toplumlar bile bedenlerini diri tutmak için çalışmışlardır. İnsanın akıl ve ruh b¼t¼nl¼đ¼n¼ korumak, bedeni belirli amaçlar doğrultusunda eğitmek, insanlık kadar eskidir. İnsan fıtratı gereği s¼rekli hareket etme ihtiyacındadır. İçinde yaşadığımız çağın kaçınılmaz sonucu olarak hareketsiz yaşama bağlı, insanı tehdit eden, hayatı riske sokan birçok sağlık sorunu ortaya çıkmıştır. Geçmişte hayat şartlarına bağlı olarak mecburi hareket eden insanlar bug¼n bu hareketliliği sağlamak için spor yapmaktadır.

Sporun fiziki yararlarının yanı sıra toplumsal d¼ř¼ncelere etki eden bir tarafı daha vardır. İletişim araçlarının da etkisiyle d¼nya çapında birçok kişiyi doğrudan veya dolaylı yoldan etkilemektedir. Stat¼ veya prestij kazanımı açısından spor bir basamaktır ve spor b¼y¼k bir dinamiktir. Sistemli olarak faaliyet g¼steren birçok branş, insanlar arasında toplumsal sevince veya toplumsal ¼z¼nt¼ye sebep olabilir. Ulusların birbirleri arasındaki m¼cadelenin bir diğer adı da yer yer spor olmuştur.

2.2 JUDO

Judo, bir m¼cadele sporu olarak s¼z¼k anlamı ile iki kelimenin birleşmesiyle oluşmuştur. JU, nezaket, yumuşaklık DO ise gayeye ulaşmak için izlenmesi gereken yol anlamındadır.

Bu bilgiler bağlamında, judo'yu şiddet kullanmadan denge, yerçekimi ve ağırlık merkeziyle alakalı fizik kurallarına dayanarak karşısındakinin kendi g¼c¼nden yararlanarak sırt¼st¼ fırlatma, dirseğe ve boyuna kilit teknikleri uygulayarak rakibe

karşı galip gelme sporudur. Asya kökenli olduğu kesindir. Bir mücadele şekli olarak Asya medeniyetinin kayda değer karakteristiklerinden biridir.

Judo özünde silah ve kaba kuvvetten ayrılmış, zihinsel olarak pratik zekâyâ, süratli intikale, muhakeme yeteneğine, çabuk karar verme becerisine ve fiziksel olarak da bilinçli telaşsızlığa sahiptir. Aynı anda tetikte olmaya ve tüm vücut gücünün hedef alınan noktaya aktarılmasına dayanan sonuç odaklı bir savaş sanatıdır.

2.2.1 Judonun Tarihçesi

Tarihsel olarak insanların çeşitli sebepler nedeniyle birbirleri arasında etkileşimde olduğu açıktır. Bu sebeple Judo'nun diğer Asya ülkelerine yayıldığı ve mevcut ülke insanların fiziksel ve psikolojik yapılarını yansıtan uygulamaların da eklenmesiyle farklı isimler altında uygulanmaya başlandığı saptanmıştır. Japon coğrafyasının çeşitli yerlerine de yayılarak özellikle Samuray diye adlandırılan birliklerinde öldürücü teknikleri eklenerek Judo büyümeye devam etmiştir.

Farklı isim ve şekillerde zuhur eden ancak temelde Ju-Jitsu'dan sistematik hale gelen Judo'nun kaderi kurucusu diye adlandırılan Jigaro Kano'nun başından geçen bir olayla başlamıştır. 11 yaşında iken sınıf arkadaşları tarafından zayıflığı ve güçsüzlüğü sebebiyle alay edilmesi bu hikayenin başlangıcı olmuştur. Kano, Ju-Jitsu denen, güçsüzün güçlüyü yendiği bir sporun olduğundan haberdar olmuş ve bunu öğretecek hoca aramaya başlamıştır. Yedi yıl boyunca başvurduğu her yerden olumsuz cevap almış ve sonunda Tokyo imparatorluk üniversitenin Edebiyat bölümünü kazandığı gün Fukuda isimli bir rahibi ikna ederek Ju-jitsu çalışmalarına başlamıştır.

Sonraları çalıştığı rahipler birbirini takip etmiş ve Ju-Jitsu'yu sistematik hale getirecek olgunluğa erişmiştir. Son hocası Likibo olmuştur. Kano günlerden bir gün Likibo ile çalışırken bir teknik uygulamasında hocasını birkaç kez düşürmüş, hocası Kano karşısında hiçbir eylem yapamadığı gibi ne olduğunu bile anlamamıştır. Kano, Likibo'nun 'Ne oluyor' sorusuna şöyle cevap vermiştir:

'Sizinle çalışırken anladım ki, rakibi hem ittiğinizde hem çektiğinizde doğal olacağı üzere siz de hareket edeceksiniz ve burada öyle bir an oluşur ki rakibin dengesi kararsız duruma gelir. Ben ise bu durumdan yararlanarak istediğim tekniği uyguladım. Rakibimi düşürmek için ağırlığının, vücudunun o ağırlığı taşıyan bölümünden uzaklaşması gerekir. O anlarda rakip, bedenini kasarak sopa gibi olacak ve ne ileri gidebilecek ne

geriye dönebilecek, dönüşü olmayan bir hale girecektir. İşte bu an, atak anıdır. Diğer bir anlatımla, önce rakibin vücudunun kasılması ve dengesinin bozulması sağlanır. Bu durumda rakibim artık çaresizdir. Ben ise bugüne kadar çalışarak, inceleyerek ve uygulayarak bu teorinin doğru olup olmadığını araştırıyordum.'

Likobo bu sözleri sakince dinlemiştir. Kano sözlerini bitirince 'Bundan sonra sizden ders alacaklardan biri de ben olacağım. Size ben bile yetişemiyorum. Bu sebepten kendinize bir disiplin kurup çalışmalar yapmanızı tavsiye ediyorum.' demiştir.

Kano, bu konuda olumlu dönüşler aldıkça Judo denilen sporu geliştirme fikrine dair güveni artmıştır.

Sonra ilk judo okulu olan Kodokan açılmıştır. Judo ile alakalı terimler ortaya çıkmıştır. 1884 yılında bu Judo Enstitüsünün tüzüğü yazılmıştır. Kodokan'ın kuruluşunu takiben Judo, önce Japonya'da halk arasında daha sonra 2. Dünya savaşını takip eden yıllarda bütün Dünyada yayılmıştır.

Rusya'da Sambo, İran'da Kahti ve Türklerde ise Karakucak, Aba ve Yağlı güreşler gibi sporları inceleyerek kurduğu bu sistem Dünya'da kısa denilebilecek bir sürede benimsendi. 1952 yılında İsviçre'de Uluslararası Judo Federasyonu olan 'I. J. F.' kurulmuştur. 1956 yılında ise ilk Dünya Şampiyonası yapılmıştır.

Judo, 1964 Tokyo olimpiyatlarında gösteri amaçlı yer almıştır. 1972 Münih olimpiyatlarında ise resmen olimpik programa dahil edilmiştir. Hali hazırda Judo federasyonları 195 ülkede ulusal 5 farklı kıtada ise kıta federasyonları olarak IJF'ye bağlıdır.

2.2.2 Judonun Türkiye'de Gelişimi

Judo, ülkemizde 1960'lı yıllarda askeriye ve polis okullarında yapılmaya başlanmıştır. 1962'de Japonya'ya güreş hocası olarak giden Halil Yüceses, burada judo eğitimi de alarak, yurda gelişinde ilk judo eğitimine Eminönü Deniz Kulübü ve İstanbul Fatih Güreş kulübünde başlamıştır. Daha sonra Üsküdar Anadolu kulübünde Namık Ekin'de bu çalışmalara destek vermiştir. Federasyon kurulum aşamasında ilk olarak 1964 yılında Güreş Federasyonuna bağlanmıştır. 1966'da ise bağımsız bir oluşum olmuştur. İlk Türkiye şampiyonası, ilk başkan Hakkı Isıgöllu'nün atanmasıyla düzenlenmiştir.

1969-1979 seneleri arasında Judo ve Taekwondo, 1980-1990 yıllarında ise Judo ve Karate Federasyonu isminde faaliyet gösteren bu federasyon, 1990 yılından sonra Türkiye Judo Federasyonu adıyla hizmet vermiştir. 1997 yılı başlangıcından itibaren Judo Federasyonu altında sırasıyla Aikido, Wushu ve Kuraş branşları da yer almıştır. Aikido ve Wushu branşları 2006 yılında bu federasyondan ayrılmıştır. Federasyon 2011 yılına değin Judo ve Kuraş Federasyonu olarak faaliyetini sürdürmüştür.

2011 yılında Kuraş branşı da bu federasyondan ayrılmış olup, bu tarihten sonra Türkiye Judo Federasyonu adı altında faaliyetlerini sürdürmeye devam etmiştir. 1993 yılına kadar atanan federasyon başkanları, o günden sonra çıkarılan yönetmelik gereği seçim ile göreve gelmiştir.Yapılmış olan ilk seçimde Judo Federasyonu'nun ilk seçilmiş başkanı Natık Canca olmuştur (Judonun Türkiye'de Gelişimi 2020)

2.2.3 Judo'nun Amaçları

Judo, kuvvet, hız, koordinasyon, denge, dayanıklılık ve esneklik gibi becerileri geliştirmeye yönelik egzersiz uygulamalarıdır. Fiziki kazanımlarının dışında birey bazında insandaki mücadele ve başarı azmini sistemli ve adil şartlar altında, farklı zorlukları göze alarak bedensel bir yarışmaya dönüşmesini sağlamak yine bu sporun amaçlarından bir tanesidir. Aynı zamanda sağlığı korumak, genç ve dinamik kalmak, bireysel beceriyi geliştirmek ve takım halinde hareket etme kazanımını sağlamaktır. Judo evrensel kültürün bir parçası olarak, farklı insan gruplarını birleştiren araçlardan biridir. Dünya barışına katkıda bulunan bir etkinliktir. Çağımızda sporun maddi yararları dışında ruhsal sağlığı da olumlu yönde etkilemek gibi bir amacı vardır. Kişiyi olgunlaştırır. Saygı, sevgi ve sabır gibi olgular judonun doğasında olan manevi parametrelerdir. Judo, disiplini gereği bu sporu yapan bireylerin karakterlerine sirayet etmektedir. İnsanlar arasındaki ilişkileri arttırmak, sosyal yaşamdaki grup çalışmalarını kolaylaştırmak, karşılıklı dayanışmayı arttırmak, kişileri topluma kazandırmak, sosyalleşmesini sağlamak, judonun amaç ve yararları arasında sayılabilir.

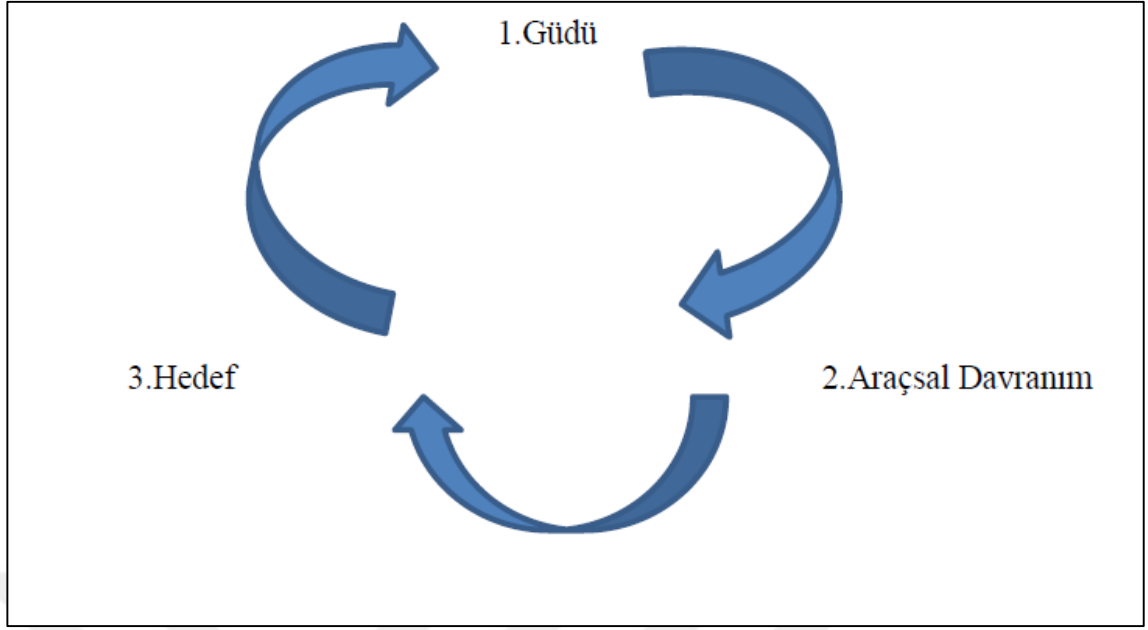
Günlük yaşamın meydana getirdiği tüm olumsuz olaylar, insanda strese neden olmaktadır. Stresli bireyler, iletişim kurduğu diğer insanlara karşı anlayışsız, asabi ve kırıcı olmaktadır. Bireyin bu sorunlardan kurtulması gerekmektedir. Judonun bir diğer amacı bireyi günlük sorunlardan kurtarıp daha sağlıklı bir birey haline getirmektir.

Her yaş grubundan insanın verim gücünü artırarak, fizyolojik ve psikolojik sağlığını korumakla beraber bireylerin serbest zamanlarını değerlendirmesi ve toplum içerisinde sorunlu insan olmalarının önlenmesi hedeflenmektedir. Judo sayesinde insan, kendini tanır, yeteneklerini keşfeder ve geliştirir, psikolojisinin farkında olur, fiziksel olarak gelişir ve sağlıklı yaşamak için gerekli donanımı kazanır.

2.3 GÜDÜLENME

Kişinin, iş yönünü, gücünü veya önceliklerini belirleyen iç veya dış dürtülerin etkisi ile harekete geçmektir (Güdülenme 2020). Bir başka tanımda ise, şahsiyetin oluşumunda, biçimlenmesinde bir etken olan davranışı başlatan, açığa çıkartan, sürdüren, yönlendirebilen bilinçli veya bilinçsiz olarak ortaya çıkan etkenlere güdü (motive) denir.

Psikoloji biliminin çalışma alanı olan güdülenme kavramının tanımı olsa da farklı tanımları da mevcuttur. Motivasyon veya güdülenme sözcükleri dilimizde aynı anda kullanılmaktadır. Son yıllarda eğitimciler ve psikologlar güdüleme sözcüğünü daha sık dile getirmeye başlamışlardır. İngilizce karşılığı 'motive' olan güdüleme sözcüğü, Latince'de hareket etme anlamında olan 'movera' sözcüğünden türemiştir. Bu sebeptendir ki güdü, kişiyi harekete geçiren bir etken olarak ifade edilebilir. Güdünün üç ayrı yönü vardır. Bunlar, "kişinin belirli bir hedefe ulaşmasını sağlayan motive edici koşullar, hedefe ulaşmak için kullanılan davranış ve hedefe ulaştıktan sonraki davranış. "Düşünmenin üç farklı yönü döngüseldir.

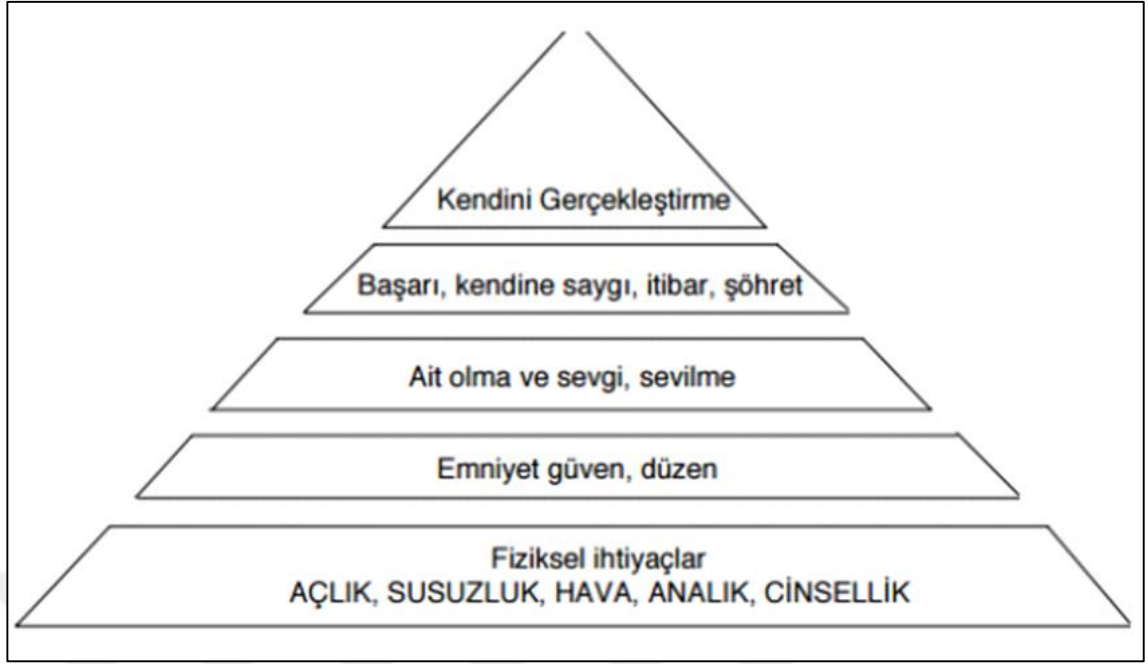


(Morgan1993)

Şekil 2. 1. Güdüsel Döngü (Motivational Cycle)

Güdüleyici durum davranışa, davranış ise ulaşılacak noktaya etki etmektedir. Bu etkileşimin sonucunda son noktaya gelindiğinde güdü az da olsa geçici olarak sağlanmış olur. Bu döngünün ilk etkisi olarak ‘güdü’ kelimesi genel anlamda kullanılır. Döngünün bu aşamasında kullanılan birçok sözcük vardır. Bunlar dürtü, istek, gereksinim, hedef, hırs, açlık olarak adlandırılabilir. (Morgan 1993)

Maslow’un bir görüşüne göre, insan güdülerinin belli başlı bir sistem olduğunu, bu sistemdeki güdülerin, davranışlarımızı kontrol etmede çok etkili olduğunu ve bu güdülerin kendisinden daha üst seviyelerde bulunan güdülere göre daha öncelikli olduğunu vurgulamıştır. (Ünlü ve Hakan 2001)



(Ünlü ve Hakan 2001)

Şekil 2. 2. İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Şekil 2. 2'de Maslow'un ihtiyaçlar Hiyerarşisi gösterilmektedir. Bu hiyerarşinin ilk basamağında susuzluk, açlık, cinsellik gibi bazı fiziksel ihtiyaçlara yer verilmiştir. İkinci basamakta gösterilenler ise güvenlik, emniyet ve huzur gibi tehlikelerden korunma gereksiniminden kaynaklı güdülere yer verilmiştir. Üçüncü basamakta ise sevme, sevilme ve ait olma gibi duygusal ihtiyaçlar ile ilgili güdülere yer verilmiştir. Dördüncü basamakta ise itibar, başarı, şöhret ve kendine saygı gibi ihtiyaçlara yer verilmiştir. Son basamakta gösterilen ise kendini gerçekleştirme güdüsüdür. Maslow'a göre, insan bu güdülerini sırasıyla gerçekleştirir ve bir güdü gerçekleşmeden üst basamaktaki güdü gerçekleşemez. (Ünlü ve Hakan 2001).

Güdülenmeyi konu alan birçok kaynakta farklı tanımlar görmek olasıdır. Barron (1983)'ün tanımına göre güdülenme, bazı hedefleri başarmak, davranış bilincini hedef istikametinde harekete geçirmek, kişiye güç vermek ve yönünü göstermek gibi çeşitli faktörleri içerisinde barındıran bir süreç olarak tanımlamıştır.

Güdülenme, dürtülerin etkisiyle harekete geçme süreci olup, bu süreçte dört aşamadan bahsedilebilir.

Güdülenmenin oluşumundaki süreçler;

- Bireyi hedef doğrultusunda iten iç veya dış uyarının meydana getirdiği itme gücü,
- Dürtünün yönlendirmesiyle oluşan hedefe ulaşmak için yapılan davranış,
- Hedefe varılarak doyum elde etme,
- Elde edilen doyumun oluşturduğu olumlu geribildirim,
- Olumlu bulguların tekrarlanma arzusuyla oluşan içsel tepki (Önen ve Tüzün2005)

2.3.1 Güdülenmenin Sınıflandırılması

Yazın incelendiğinde güdülenmenin iki tanım ile alt başlığa ayrıldığı görülmüştür. Bunlar, içsel ve dışsal güdülenme olarak tanımlanmıştır.

2.3.1.1 Dışsal güdülenme

Güdülenme kavramının iki boyutundan bir tanesi dışsal güdülemedir. Bu kavramda güdülenen kişinin olumsuzluklardan kaçıp, ödülleri kazanma isteği vardır. İçsel güdülenmede ortaya çıkan durum ise yapılan etkinlikten elde edilen huzur ve mutluluktur. Somut başarı dışsal güdülenmenin alanına girer. Çocuklarda ise dışsal güdülenme zayıftır. Çünkü çocuklar, etkinliklere katıldıklarında mutlu oldukları ve haz aldıkları için katılmaktadır. Zaten çocuklardan da bu tür güdülenme beklenmesi gerekmektedir.

Çocuklar, dışsal güdülenmede, çevreden kaynaklı istek veya baskılara maruz kalabilmektedir. Aynı şekilde ailelerinden veya öğretmenlerinden derece yapmaları, yüksek not getirmeleri, ya da lise kazanmaları gibi baskılar görebilmektedir. Baskı altında kalan çocuklarda aşırı güdülenme görülebilmektedir.

Çevresel kaynaklı bu güdümler, genellikle erken yaş gruplarında psikolojik sorunlara sebebiyet vermektedir. Çevresel kaynaklı baskılardan en tehlikelisi de aileden gelen baskılardır. Çünkü çocuklarda çok büyük yol ayrımlarına sebep olmaktadır.

Tanım olarak dışsal güdülenmede 3 tanım vardır. İlki, dışsal düzenleme isminde adlandırılmaktadır. İnsan, çevreden gelen ödül veya bir baskı sonucu bir davranış ortaya koyar. Bu nokta ceza ve ödül için ortaya koyulan davranıştır. İnsanlar, sporu, arkadaşlarının sözlerinden kaçınmak ya da ailesinin övgüsünü almak için yapabilir. İkinci tanım da ise içe yansıtma vardır. Birey sergilediği tüm davranışların kendinden kaynaklı olduğunu bilir ve bu davranışları ortaya koymadığı zaman kendini kötü hissedecektir.

Tanımlar arası muhakkak ki tetikleme mevcuttur. Yani içe yansıtmanın başlangıcı veya sonucu dıştan gelen bir kaynak olabilir. Üçüncü tanım ise içselleştirme. Bireyin davranışları kendi değerleriyle bütünleşmiş vaziyettedir. Davranışın devam edilebilmesi dışarıdan gelen ödüle bağlıdır. İnsan bu davranışları önemli görmektedir. Bu davranışları özgür iradesi ile yaptığını varsaymaktadır. Bu olayın sebebi yapılan davranışın dışarısındaki nedenlerdir.

İnsan, dışsal güdülenmede hareket amacının sonucunda yaptıklarının kendine has bir davranış çeşidi olduğunu düşünebilir. Bireyde bu özellikler şahsi isteklerinden değil, başkaları tarafından ya da somut bir ödülün varlığından kaynaklı davranışlardır. Gerçekte dışsal güdülenmede insandaki davranışlar, kendi geleceğini belirlemenin mümkün olmadığı davranışlardır. Bu neden ile dışsal ihtimaller tarafından ortaya konumlandırılmaktadır (Altıntaş 2010).

2.3.1.2 İçsel güdülenme

İçsel güdülenme kavramı değerlendirildiğinde bireyler, fiziksel etkinliğe, spora; zevk ve eğlenceye kişisel tatmin doğrultusunda merak için katılmaktadır. Merak veya kişisel tatmin vb. sebeplerden ötürü spora katılanlar için olan güdüler, içsel güdülerdir. İçsel güdüler becerilerin gelişimini, sporun temelindeki macera, hırs, eğlence ve kişisel başarı hedeflerinde olan başarıyı getirmektedir (Ryan 1991).

İçsel güdülenme içerden yani insanın psikolojik durumundan gelen etkiyi anlatmaktadır. Bazı konulara dönük ilgiden ve verdiği büyük şehvetten ileri gelmektedir. İlgiyi baskılama ve koruma sürecindeki birbirlerini etkileyen iki önemli etken olarak ortaya konabilmektedir. Birincisi eğitimcinin konusuna karşı hazzın çocukta da görülebilmesidir. Bir diğeri ise, eğitimcinin çocuğun normal günlük hayatındaki ilgi ve becerilerini özel öğrenme durumuna sevk etmesi veya çocuğu bir durum üzerinde odaklamasıdır.

Çocukların günlük hayatın içinde var olan bazı olaylara ilgi gösterdikleri, birinde ya da kendileri keşfettikleri bir el becerisine sahip oldukları, araştırmaya ve incelemeye yönelik eğilimleri oldukları bilinmektedir. İçsel güdülenmenin sebep olduğu bu tür eğilimler veya ilgiler, eğitimciler tarafından belirlenerek, çocuklara yönelik gerekli desteğin verilmesi gerekmektedir.

İçsel güdüler, insanın hareketini dış dünyadan gelen uyarının etkisi olmadan ortaya koymasdır. Bu seviyede ise, insanın davranışlarının sürdürebilmesinde dış dünyadan gelen etmenlerin etkisi yoktur. Kişi maddi bir getirisi olmamasına rağmen davranışa devam eder.

İçsel güdülenmenin üç boyutu olduğu söylenmektedir. Bunlar, bilme, başarma ve uyarılma olarak açıklanmaktadır.

Bilmeye yönelik güdüler, araştırma, öğrenme ve merak gibi kavramları içerisinde barındırmaktadır. Bundan dolayı bu güdülenme herhangi bir çalışmayı öğrenmekten, anlamaya çalışmaktan veya araştırmaktan çok alınan zevkle alakalıdır. Bir sporcu ortaya koyduğu sporun tekniklerini öğrenirken sadece bu süreçten zevk duymaktadır. İnsanın spor yapmasındaki sebep bu olursa, bu bilmeye yönelik güdülenme türüne örnek teşkil eder. Güdülenmede aslında amaç, bir iş ortaya koymak veya başarmak olmalıdır. Gelişim psikolojisinde olduğu gibi eğitim psikolojisinde de tecrübelenme ve ustalaşma yeterlilik güdülemesi olarak adlandırılır.

Oyunlarda zor hareketleri ve tekniklerini geliştirmeye yönelik çalışmak, başarmaya yönelik içsel güdülenme için örnek durum teşkil eder. Bu güdülenmede kişinin davranışlarındaki asıl amaç, bireyin farklı duyguları hissetmek istemesinden kaynaklanır. Bu tanımın arasına; heyecan, güzel deneyimler yaşamak gibi kavramlar da girebilir (Altıntaş 2010).

İçsel güdülenmiş insanlar; düşünceyi harekete geçirmekte zorlanmaz. Sporcular, hedef noktaya ulaşabilmek için çeşitli özellikler kazanmaya çalışırlar. Bu özelliklerden bazıları şu şekildedir;

- Kendine inanmak
- Gizli yeteneklerini keşfetmek
- Yaşama sevinciyle yaşamak
- Sürekli gelişmeye devam etmek
- Sağlıklı yaşamaya çalışmak
- Becerilerini etkili bir şekilde kullanmak
- Güçlü bir karakter oluşturmak
- Başarılı insan ilişkileri kurmak

- Stresi doğru yönetmek
- Başarısızlığı yenmek
- Akıllı zaman yönetimi yapmak
- Eksik yönlerini tespit edip tamamlamak

İçsel güdülenmeye sahip insanlar, bir etkinlik sonucunda ödül olmasa da etkinliği kabul edip mücadele eden insanlardır. Çünkü mücadele sonucu bir anlam taşımamaktadır. Önemli olan mücadele öncesinde, esnasında ve sonrasında kazanılan tecrübelerdir.

İçsel güdülenme insan için ihtiyaçtır. Kendini gerçekleştirme, yeteneklerini keşfetme, becerilerini geliştirme birçok ihtiyaç gibi çocukluktan başlamaktadır.

Deci (1985) içsel güdülenmeyi kişinin kendisini gerçekleştirmek için çevre ile ilgili olan ve temas içinde olmaktan kaynaklı temel durumlar olarak tanımlamaktadır. Kendisini gerçekleştirmiş insanlar, gerçeği olduğu gibi algılayabilirler. Çevreyle olan ilişkilerine, nerde ve nasıl davranacaklarına kendileri karar verebilirler.

Birçok araştırma sonucu göstermiştir ki, eğer insan kolaylıkla bir işle başa çıkabiliyorsa daha zor bir hareketi yapmak için kendini zorlamaktadır. Araştırma sonuçlarına göre içsel güdülenmenin, yetenek ve içsel denetimle olumlu bir ilişki içinde olduğunu göstermektedir.

2.3.2 Maslow'a Göre Sınıflandırma

İnsan davranışlarına yön veren ve harekete geçiren güdüler farklı kaynaklardan etkilenir. Güdüler, psikolojik, fizyolojik ve sosyal ihtiyaçların karşılanmasına yönelik gelişebilir. Bu kavram ile alakalı Maslow'da bir ayırım yapmıştır. Temelde birincil ve ikincil güdüler olarak ayırmıştır.

2.3.2.1 Birincil güdüler

Maslow'un ortaya koyduğu ihtiyaçlar hiyerarşisinde ilk basamakta yer bulan güdülerdir. Birincil güdüler, biyoloji ilminin temelinde bulunan canlıların meydana gelmesinden yok olmasına kadar geçen süreyi kapsayan temel ihtiyaçlardır. Diğer bir anlatımda ise, yemek, içmek, solunum yapmak gibi biyolojik temeli bulunan ve geçiştirilemeyen, mutlaka ve mutlaka karşılanması gereken ihtiyaçlardır.

2.3.2.2 İkincil güdüler

İkincil güdüler ise, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşinde ilk basamaktaki yargıların dışında kalan güdülerdir. Bunlar, sosyal temele dayanan başarı, ait olma, kabul görme gibi aktarılan güdülerdir. Diğer bir ifadeyle temel insani gereksinimlerin dışında kalan güdülerdir. Ani olarak doyurulmasına ihtiyaç duyulmamasına rağmen uzun süreli olarak insanları daimi şekilde etkileyen ve davranışlarına yön veren güdülerdir. Bunlar, saygınlık kazanma, toplum tarafından takdir edilen veya saygı duyulan biri olma gibi psikolojik temelli güdülerdir.

2.3.3 GÜDÜLENME KURAMLARI

Güdülenme kuramları ile ilgili ilk araştırmaların yapıldığı dönemlerde içgüdü, dürtü gibi bazı kavramlarla açıklanırken son zamanlarda yapılan çalışmalarda öz yeterlilik, kontrol düşünceleri ve nedensel yüklemeler gibi kavramlarla açıklanmaktadır. Güdülenme kavramını açıklayıp geliştirmek için araştırmacılar bu kavrama farklı pencerelerden bakıp çeşitli yaklaşımlar ortaya koymuştur. Bu kuramlar sosyal öğrenme kuramı, biyolojik yaklaşım kuramı, hümanist yaklaşım kuramı, bilişsel yaklaşım kuramı ve davranışçı yaklaşım kuramı gibi başlıklar altında ele alınabilir.

2.3.3.1 Biyolojik yaklaşımlar

Bu yaklaşımda bilim insanları güdülenmeyi biyolojik açıdan açıklamaya çalışırlar. Genel çerçevede nöral (sinirsel neural), genetik ve hormonal etkenlere bağlı ve diğer sistemlerin (dolaşım ve sindirim) birbirleri arasındaki ilişki ağı ile açıklarlar.

2.3.3.2 Hümanist yaklaşımlar

Hümanist yaklaşım kuramının temelleri Maslow'un güdülenmenin önemini vurgulayarak sınıflamaya dayalı açıklamışlardır. İnsan davranışları iç veya dış uyarıcılara bağlı olarak değil, uyarının kişideki algılayış şekliyle alakalıdır.

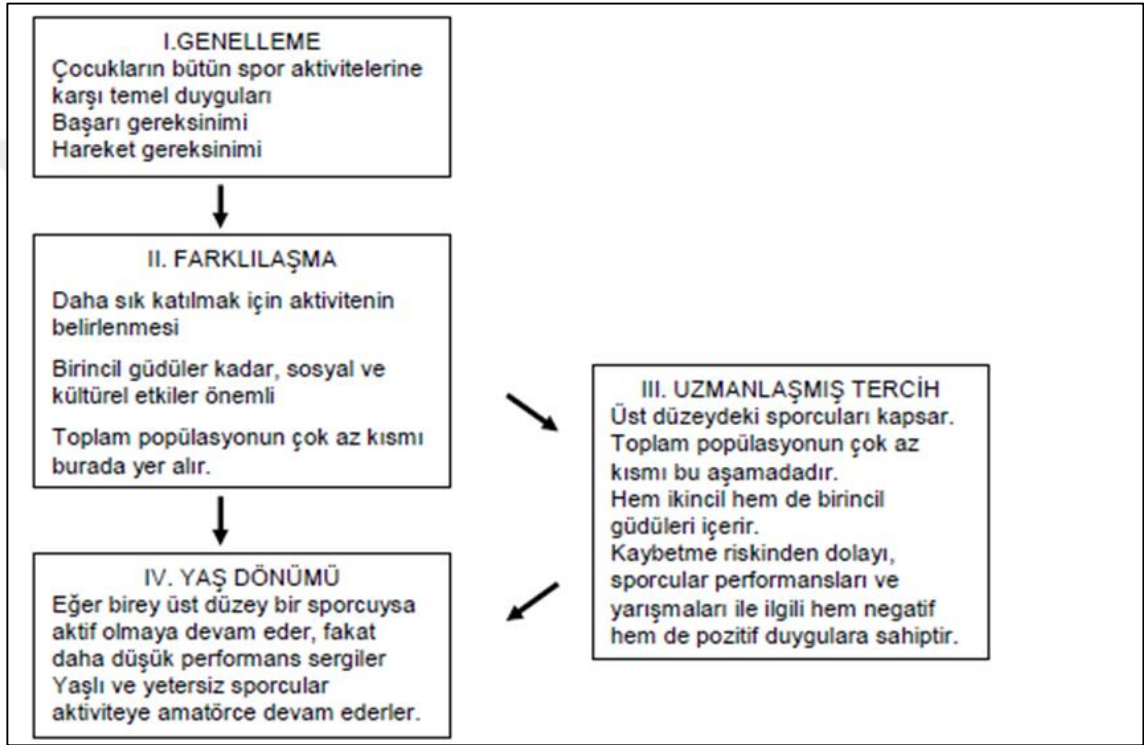
2.3.3.3 Davranışçı yaklaşımlar

Davranışın pekiştirilmesi ve alışkanlık haline alması bu yaklaşıma göre güdülenmenin kaynağıdır. Bu kavrama göre güdülenme durumu büyük oranda pekiştirenlerle bağlıdır. Ödüllerin açıklanması güdülenmeyi güçlendirirken, cezaların açıklanması ise güdülenmeyi azaltacaktır.

2.3.3.4 Bilişsel yaklaşımlar

Davranışçı yaklaşıma benzer bir şekilde geliştirilen bu yaklaşımda, güdülenme psikolojik bazı süreçlerle açıklanmıştır.

Bu kuramda davranışlarımızı ödül ve ceza yönteminin değil düşüncelerimizin belirlediği anlatılmıştır. Bilişsel yaklaşımın açıklaması ortaya çıkan davranışın basit uyarıcı ve tepki arasında geçen durumdan ziyade, uyarıcı ve tepki arasında meydana gelen birçok süreç ve değerlendirmelerin sonucu olduğudur.



Şekil 2. 3. Vanek'in Sporcu Gdüleri Teorisi

2.3.3.5 Yükleme kuramı

Bu kurama göre insanlar etraflarında cereyan eden olayları sebep-sonuç ilişkisi içerisinde irdeleyip çıkarımlarda bulunmaktadır. Bu çıkarımlar neticesinde gelecekteki davranışlarını düzenleyebilmektedir.

2.3.3.6 Sosyal öğrenme kuramı

Bu kuram, davranışçı ve bilişsel kuramların özelliklerini kapsadığı gibi kişisel faktörleri de ekleyerek bu iki yaklaşıma yeni faktörler ekler. Bu kurama göre, yalnızca dışsal kaynaklı uyarıcılardan etkilenmeyiz. İçsel kaynaklı etkilerle de yönlendirilmeliyiz.

Çevresel durumlar ve bilişsel özelliklerin yanı sıra, öz-yeterlilik ve başarı gibi özellikler de insan davranışlarına etki etmektedir. Bunun sonucu olarak davranışlar çevresel, bilişsel ve kişisel özelliklerin etkilenmesi sonucu ortaya çıkar.

Sosyal öğrenme kuramı güdülenmeyi 3 başlığa ayırmıştır. Bunlar;

1. Öğrenmenin başarıya ulaşma beklentisi
2. Amacın birey için anlamı
3. Öğrenenin yapılacak işe vereceği tepki

İnsan ilk iki duruma olumlu cevap veriyorsa, kendine yeterlik duygusu da geliştirecektir.

2.3.4 Güdülenmenin Önemi

Güdülenme, neredeyse tüm davranışların öğrenilmesinde ve uygulanmasında birinci dereceden çok önemli bir rol oynar. Öğrenilen davranışın uygulamaya geçmemesi durumunda güdülenme söz konusu olamaz. Geçmiş araştırmalarda karşımıza çıkan bir önemli soru da, güdülenmenin davranışlar üzerindeki etkisidir. İnsanın, temel insani fonksiyonlarının dışındaki davranışlarının neredeyse tamamında güdüsel olarak hareket etme durumu söz konusu olabilir. Hatta yapılan araştırmalar göstermektedir ki, temel ihtiyaçların büyük kısmının güdüsel olarak düşünüldüğü ve ortaya konulduğudur. Bu kadar önemli durumdan insanların olumlu bir şekilde istifade etmesi söz konusu olmalıdır. Kişinin çalışma hayatını, sosyal yaşantısını ve aile hayatını olumlu şekilde icra edebilmesi açısından güdülenmenin hayati fonksiyonu göz ardı edilemez.

Güdülenmede varılmak istenen nokta, insanların daha verimli bir şekilde yaşamasını sağlamaktır. Verimli yaşayabilmek için insanı harekete geçiren arzuların tespit edilip devamlılığını sağlamaktır.

2.3.5 Sporda Güdülenme

Spor psikolojisi, büyük bir hızla gelişen bir alandır. Spor psikolojisinde yer alan konular, spor esnasındaki davranışları açıklamaya veya spor bilimlerine farklı açıklamalar getirmeyi amaç edinir. Spor psikolojisinde ki konulardan bir tanesi de güdülenmedir. Bu kavram ile alakalı yapılan çalışmalar, bireyin spora katılma veya katılmış olduğu fiziksel aktiviteyi devam ettirme veya devam ettirmeme gibi bazı nedenlere ilişkin önemli bilgiler vermektedir.

Spor yapan kişilerin hangi amaçla spor yaptığını veya devam ettirdiğini psikolojik açıdan incelemek spor psikolojisinin görevidir. Kişilerin amaç edindikleri durumlar, bir sonraki amaçlarında araç olarak görev alabilir. Bu bağlamda statü, servet, makam gibi bazı insani kazanımlar insan tarafından farkında olunsun ya da olunmasın sonuç olarak kişinin kendini gerçekleştirme amacına hizmet etmektedir.

Spor psikolojisinin ilerlemesiyle beraber güdülenmenin ölçülebilmesiyle alakalı birçok çalışma yapılmıştır. Bu amaçla çeşitli testlerden, karmaşık veya basit sorular içeren anketlere kadar çeşitli yöntemler kullanılmıştır. Eskiden günümüze kadar spor psikologları, sporcuların motivasyonel yapısını, motivasyonun zamanla değişimini, elit düzeydeki sporcular ile yeni spora başlayan kişilerin motivasyonel farklarını ve spor disiplinleri arasındaki farklılıkların tespit edilmesi ve değerlendirilmesi gibi farklı yaklaşımlar ortaya koymuştur. Ancak bu alan daha gelişim sürecindedir.

Vanek ortaya bir şema koymuş ve bu şemanın ilk bölümü “Genelleme” aşaması olmuştur. Hayatlarının ilk dönemlerinde sporcular, genellenmiş güdüler tarafından etkilenebilir. Bu esnada sporcular, kendilerini ifade etmek amacıyla motorsal aktiviteyi arama veya reddetme eğilimi gösterebilir. Takım sporları veya bireysel sporlar arasında farklı kararlar alabilirler.

İkinci bölüm “Farklılaşma” olarak açıklanmıştır. Sporcular başarı ve hareket ihtiyacını bölümlere ayırmaya başlamışlardır. Bu esnada katılacağı spor müsabakasını, seviyesini veya antrenman türleri konusunda daha seçici olabilirler. Bu tercih süreci devam ederken beğenmediği aktiviteyi terk edip daha mutlu olacağı aktiviteye katılım gösterebilirler.

Üçüncü bölüm “Uzmanlaşmış Tercih” olarak açıklanmıştır. Performans bu süreçte üst düzeydedir. Bu esnada sporcu ikinci güdüler tarafından etkilenmektedir.

Dördüncü bölüm ise "Nitelikli Seçim" olarak tanımlanır. Performans bu süreçte en üst seviyededir. Bu aşamada, atlet ikincil motivasyonu ile motive olur. Az insanın veya elit düzey sporcuların ulaşabileceği bir seviyedir. Stres, kaygı, öfke gibi farklı duygusal durumlar sporcuları etkileyebilir.

2.3.6 Spora Katılım Güdüsü

Spora katılım güdüsüyle alakalı araştırmalar yapıldığında insanların spora, becerilerini geliştirmek ve öğrenmek, arkadaş edinmek, eğlenmek, kendini ifade etmek veya başarma duygusunu hissetmek için bu faaliyetler içinde olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır. Ayrıca çocuklarda bazı durumlar da göze çarpmıştır. Çocukların fiziksel aktivitelere veya spora katılmasında ödül kazanma, takımla birlikte olma, enerji harcama veya bazı çevresel kişilerden etkilenme durumları da söz konusudur. Bu çalışmaların sonuçlarından bir tanesi de, genç sporcuların çoklu spora katılım güdülerine sahip olma durumudur.

Her yıl birçok insanın spora katıldığı görölmektedir. Bundan dolayı spora katılım güdüsü kavramı, araştırılıp incelenmesi önem arz eden bir konu olmuştur. Fiziksel etkinliğe veya spora katılım gösteren bireylerin etkinliklere katılmaya sevk eden sebepleri açıklamak ve bu sebepleri sınıflandırmak amacıyla birçok araştırma yapılmıştır. (Gill 1983; Gould 1985; Hausenblas 2004; Klint and Weiss 1987; Kolt 1999; Sit and Lindner 2006; Yan and Penny 2004)

McCullagh (1993), ortaya koydukları bir çalışmada ise çocukların spora katılma güdülerinde ilk sıralarda kendini iyi hissetme ve eğlence olduğunu belirtmişlerdir.

Buonamano (1995), yaptıkları çalışmada ise yüksek orana sahip güdülerin takım üyeliği, takım ruhu ve eğlence olduğunu göstermiştir.

Türkiye’de yapılan bir araştırmada spora katılımı yüksek oranda sağlayan en önemli beş güdünün eğlenme, yeni beceriler öğrenme, sağlıklı olma, beceri geliştirme ve branşta yükselme olduğu vurgulanmıştır. (Oyar 2001)

Hausenblas (2004) bireylerin fiziksel aktivitelere genellikle sağlıklı olmak, psikolojik olarak faydalar sağlamak, eğlenmek ve başkalarıyla birlikte olmak için katıldıklarını vurgulamışlardır.

Aktop ve Akkoyun (2011) Türkiye’de yaptıkları çalışmada kadınların arkadaşlık güdüleri, kendini önemli hissetme, yeni beceriler öğrenmeye takım üyesi olmak için spora katıldıklarını tespit etmişlerdir. Erkeklerde ise durum üst düzeyde yarışma, yeni beceriler öğrenme ve daha fazla beceri geliştirmek şeklinde tespit edilmiştir.

Spor dünyasında cinsiyet farklılığı önemli bir yer kaplamaktadır. Yapılan birçok araştırma kadınların spora katılımında dışsal güdülerden ziyade içsel güdülerden etkilendiklerini gözler önüne sermiştir (Chantel 1996).

Hellandsig (1998), yaptığı araştırmasında yüksek oranda performans veya spora devam etmenin farklı güdüsel karakteristiklere bağlı olduğunu tespit etmiştir. Bu araştırmada ortaya konulan varsayımda ise ortalama sportif performansa sahip sporcuların yaptıkları aktiviteleri sürekli devam ettirmedikleri yönündedir. Daha önceleri yapılan bir araştırmada ise sporcuların dışsal gereksinimlerini tamamlamadığı takdirde kendilerinde spora devam etmek için bir sebep göremedikleri yönündedir. Bununla birlikte sportif performansı az olsun yahut çok olsun yaptıkları spordan zevk alıyor veya arkadaşlarıyla birlikte spora devam ediyorlarsa spora büyük oranda devam etmektedirler. (Hellandsig 1998)

Ewing and Seefeldt (1989), tarafından yapılan araştırmalar sonucunda ortaya çıkan sonuçlara göre okul çağındaki çocukların spora katılım sebepleri aşağıda belirtildiği gibi gözlemlenmiştir.

Tablo 2. 1. Okul Çağındaki Çocukların Spora Katılım Nedenleri

| ERKEKLER | KIZLAR |
|--|---|
| Okul Dışı Sporlar | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Eğlenmek • Başarılı olduğunu göstermek • Becerilerinin gelişmesi • Yarışmalarda heyecan yaşamak • Formda kalmak • Yarışmalarda meydan okumak • Egzersiz • Takımın bir parçası olarak oynamak • Yarışmalarda yüksek düzeye ulaşmak • Meydan okumak | <ul style="list-style-type: none"> • Eğlenmek • Formda kalmak • Egzersiz • Becerilerinin gelişmesi • Başarılı olmak • Yeni beceriler öğrenmek • Heyecan • Takımın parçası olma • Yeni arkadaşlar kazanma |
| Okul Sporları | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Eğlenmek • Becerilerinin gelişmesi • Yarışmalarda heyecan yaşamak • Başarılı olduğunu göstermek • Formda kalmak • Yarışmalarda meydan okumak • Takımın bir parçası olmak • Kazanmak • Yarışmada yüksek bir düzeye ulaşmak | <ul style="list-style-type: none"> • Eğlenmek • Formda kalmak • Egzersiz yapmak • Becerilerimin gelişmesi • Başarılı olduğumu göstermek • Takımın bir parçası olmak • Yarışmalardaki heyecan • Yeni beceriler öğrenme • Takım ruhu |

(Ewing ve Seefeldt1989)

2.3.7 Spora Katılım Güdüsü Araştırmaları

Katılım güduları konusu çeşitli başlıklar halinde ayrılabilir. Bunlar, spora katılım güdülerini inceleyen konular ve egzersiz katılım güdülerini inceleyen konular olduğu gibi bireysel spor güduları ve takım spor güduları şeklinde de ayrılabilir.

Birçok çalışmada elde edilen verilere göre ergen bireylerin spora katılım için önemli güdülerinin heyecan, kazanmak, meydan okumak ve becerilerini geliştirmek olduğu ortaya çıkmıştır. Bunlarda beraber yapılan aktiviteye veya egzersiz esnasında alınan zevk ve kazanılan beceri gelişimi yine önemli görülen güdüler olarak ortaya çıkmıştır.

Hemen hemen tüm yaş gruplarındaki spora veya egzersize katılım sebepleri Weissand Chaumeton (1992) tarafından özet hale getirilmiştir. Ortaya çıkan tablo şu şekilde olmuştur; bağlılık (arkadaşlar), rekabet (başarı hedefleri ve beceri gelişimi), kuvvet gelişimi, eğlence, takım görüntüsü, müsabaka (başarılı olma ve kazanma) başlıca spora katılımdaki güdüler olarak ortaya çıkmıştır.

Michigan'da Saap ve Haubenstricker (1978) geniş kapsamlı bir çalışma yapmışlardır. Bu araştırma okul dışında spora katılan ve yaş aralıkları 11 ve 18 arasında değişen toplamda 1000 kız ve erkeğin katılımıyla olmuştur. Bu araştırmanın konusu spora katılımın sebep ve sonuçlarıyla ilgili olmuştur. Sonuçlar incelendiğinde ortaya çıkan durum araştırmaya katılan gençlerin ana güdü kaynaklarının becerilerini geliştirmek, eğlenmek, fiziksel olarak gelişmek, arkadaşlarıyla beraber olmak ve yeni insanlarla tanışmak olduğu saptanmıştır.

1138 kişinin katılımıyla gerçekleşen Gill (1983) tarafından atletizm kampına katılan üniversite öğrencileriyle yaptıkları araştırmada, öğrencilere Katılım Güdülemesi Envanteri uygulanmıştır. Bu çalışmaya katılan tüm katılımcılarda ortaya çıkan genel durumda insanların spor aktivitelerine fiziksel olarak gelişmek, meydan okumak, eğlenmek ve becerilerini geliştirmek için katıldığı sonucu ortaya çıkmıştır.

Okul dışı sportif aktivitelere katılan 600'ü aşkın öğrenciyle yaptıkları çalışmada Longhurst and Spink (1987) katılım güdüleriyle alakalı bazı neticeler elde etmişlerdir.

Buna göre meydan okumak, becerilerini geliştirmek, heyecan yaşamak insanlarda tespit edilen önemli güdüler olmuştur.

Harter (1978) Competence Motivation Theory (Yeterlilik Güdülemesi Teorisi) ile egzersize ve spora katılımı etkileyen sebepleri bulmak için bir araştırma yapmıştır. Ortaya koyduğu teoriye göre çocuklar yaşışmalarda ilgi çekmek, denemelerde bulunmak yada kendilerini ispat etmek amacıyla katılım gösterirler. Yaşışma sonucunda başarılı olunursa, kazanılan bu tecrübeler ilerde çocukların müsabakaları algılamalarını ve içsel yönetimlerini sağlamayı kazandırarak olumlu etkiler bırakıp yaşışmalarda devamlılıklarını sağlar.

Roberts (1981) okul işi yapılan sporlara katılanlar ve katılmayanlar arasında benlik değeri, başarı beklentisi ve yaşışmayı algılama aıısından bir karşılaştırma yapmıştır. Bu karşılaştırma sonucunda spora devam eden bireylerin benlik değerleri, fiziksel ve bilişsel olarak algılamaları geleceğe ilişkin beklentilerinin spora katılım göstermeyenlere göre yüksek oranda farklılık göstermiştir.

Farklı yaş gruplarında ki genı yüzücüler zerine Gould vd. (1985) katılım gdlemesiyle alakalı ıalışmalar yapmışlardır. Katılımcılar 3 farklı yaş kategorisine ayrılmıştır. 8 ile 11, 12 ile 14, 15 ile 19 yaş kategorisinde ıalışmışlardır. ıalışmalardan ortaya ııkan sonuılara göre 8 ile 11 yaş grubunda bulunan çocukların dışsal olarak bazı durumlardan ıok etkilendiği sonucu ortaya ııkmıştır. Bu durumlar, aile ve sosyal ıevre desteği, sosyal konum, maddi ve manevi havuz kullanımına uygunluk ve antrenörü ile kurduğu duygusal bağ gibi bazı sebeplerdir. Diğer yaş gruplarının daha ıok içsel güdülerden etkilendiği sonucu ortaya ııkmıştır. Bunlar meydan okumak, fiziksel olarak gelişmek, heyecan duymak gibi durumlardır.

Wankel and Kreisel (1985) yaptıkları ıalışmada futbol, buz hokeyi ve beyzbol sporu ile ilgilenen çocuklarda, bu sporu neden yaptıklarıyla alakalı bazı gdlemeler üzerinde durmuşlardır. 7 ile 14 yaş arasında yaş faktörünü de göz önünde tutup 4 farklı grup oluşturmuşlardır. Bu sporları yapan tüm yaş gruplarında ortaya ııkan ortak sonuılara göre yaşışmadan heyecan alma ortak güdü olarak tespit edilmiştir. 7- 8 yaş grubunda tespit edilen sonuılara göre oyun esnasında yeteneklerini sergilemek ve ıevresini memnun etmek ortak güdüler olarak tespit edilmiştir.

Brodkin and Weiss (1990) elit düzey yüzücüler üzerine yaptığı araştırmasında, yüzücüleri katılıma iten güdüler hakkında bazı sonuçlar tespit etmiştir. 6 ile 9 yaş grubunda bulunan ve genç çocuklar olarak adlandırılan, 10 ile 14 yaş arasında bulunan ve yaşı bir önceki gruba göre daha ileri olan, 15 ile 22 yaş arası lisede ve yüksek okullarda eğitim alan, 23 ile 39 yaş arası genç yetişkinler, 40 ile 59 yaş arası orta yaş grubunda olan ve son olarak yaşları 60 ve 75 yaş arası yaşlı diye adlandırılan kategorilere ayırmıştır. Ortaya çıkan sonuçlar bize göstermiştir ki, genç ve yaşı ileri gruplarda yer alan çocukların antrenörlerini sevmek, karşılaşmadan zevk almak, heyecan, hareket ve takım görüntüsü gibi güdülerini diğer gruplara göre oldukça yüksek olduğu görülmüştür. Lise ve yüksek okulda okuyan çocuklar arasında ise sosyal durum güdülerini ağır basmıştır (Gündemde olma, Kendini önemli hissetme). Genç ve orta yaşlı olarak adlandırılan gruplarda ortaya çıkan sonuçlar ise, fiziksel olarak sağlıklı olma gibi motiveler yaşlı gruplara göre düşük bulunmuştur. Genç çocuk ve yaşlı yetişkin guruplarında ortaya çıkan sonuç eğlence güdülerini (yapılan aktiviteden zevk alma) olmuştur.

Smith (2000) yaptığı araştırmasında yaşıt insanların ilişkilerinde algılama, fiziksel aktivite güdüsü, fiziksel benlik algılama ve fiziksel etkinliğe karşı alınan sorumluluk üzerine ve bu ilişkileri anlamlandırmaya çalışan bir model üzerine çalışmıştır. Bu modeli ortaya koyarken Harter'ın ortaya koyduğu 4 farklı modelinden esinlenmiştir. Akran ilişkisini, fiziksel benlik değeri ve fiziksel aktivite güdülerinin insanı nasıl etkilediğini anlamaya çalışmıştır. Adolesanlara farklı değişken içeren anketler uygulamıştır. Bu model sonucunda ortaya çıkan veriler göstermiştir ki, insanların yaşıtları arasında onaylanma isteği yüksek oranda görülmüştür (Yılmaz 2002).

Lee (2000) yaptıkları araştırmada gençlik sporlarında değerler envanterini büyüterek değerler sistemini yerli yerine oturtmaya çalışmışlardır. Bu sayede spor yapan gençlerin psikolojik durumlarına yol gösterici bazı önermeler ortaya koymuşlardır. Bu araştırmada çeşitli metotlar bir arada kullanılarak yaşları 12 ve 16 arasında değişen 500 kız ve erkek örneklem grubuna 20 maddelik sorular sorulmuş ve sonuç alınmaya çalışılmıştır. Kişisel başarı önemli bir değer olarak ortaya çıkmıştır. Değer sıralaması yaş, cinsiyet ve branş gibi gruplar göz önüne alarak oluşturulmuştur.

2.4 BAŞARI ALGISI

Başarı; Belirli eylemlerin belirli bir süre içinde gerçekleştirildiği anlamına gelir. Hedeflere ulaşmak için de kullanılır. Algı; Bir şeye odaklanarak gerçekleşme ve gerçekleştirme (Başarı, Algı 2020).

Başarı algısı, sözcük yapısı olarak incelendiğinde, iki kelimenin birleşmesi sonucu ortaya çıkmış bir kavramdır. Algılama, çeşitli duyuların birleşip bir sonuca ulaşması şeklinde tasavvur edilebilir. Canlılarda bulunan çeşitli duyu organları sayesinde, dışarıdan gelen tepkiler sonucu olarak beyne giden fiziksel akım olarak da anlamlandırılabilir.

Algılama esnasında kişinin içinde bulunduğu vaziyetten beklentilerini, diğer organlarından gelen duyuları, geçmiş yaşantılarını, kültürel ve toplumsal etkileri de hesaba dahil eder. Algıladığı duyguları seçme, beklentilerine göre anlamlandırma, arada kalan boşlukları doldurma, bazılarını kuvvetlendirme, bazılarını ise ihmal etme bu süreçte gerçekleşmektedir (Cüceloğlu 2005).

Spor yapan kişi yeteneği hakkında veya ortaya koyduğu performansını başkaları ile kıyaslayarak bir hedef belirler ve bu davranışını anlamlandırmaya çalışır. Bu kuramın spor motivasyonun da ki ana çıkarımı, spor yapan kişilerin başarı esnasındaki davranışlarının, başarıyı çeşitli boyutlarda algılaması olabilir. Farklı bir değişle, bu kuram, insanların motivasyonlarını anlamak adına, başarının kişiye ne ifade ettiğini önermektedir. (Moran 2004)

Güdülenme tekniklerinin uygulandığı alanlarda karşı karşıya kalınan problemlere en uygun biçimde değerlendirme yapmak için, kişinin sahip olduğu davranışların gerçekte ne gibi durumlara fayda sağladığını anlamamız gerekir. Bu sebepten algılama konusunu ayrıntılı bir şekilde incelemek gerekir. Dış dünyadan anladığımız somut veya somut nesnelere ilişkin algılardan bilgi alınmalıdır.(İncioğlu2011) Duyu alıcı hücrelerin dışarıdan yakaladıkları fiziksel enerjiyi, sinirsel enerjiye döndürmesiyle oluşur. Oluşan bu sinirsel enerji beyinde işlenip, bu olayın sonucunda ortaya algısal bir ürün meydana getirir. Bu sürece algılama denir. Ortaya konan ürüne ise algı adı verilebilir. Algı ile duygu farklı şeylerdir. Duyumlar yaşamın ham maddesidir. Yaşantı ise sadece duyumla alakalı değildir. Duyumları anlamlı hale getirmek ve bu duyumları yorumlama sürecine algı denir. (Morgan ve Karakaş 2013)

Başarılı olma algısının çeşitli temellere dayandığı bilinmektedir. Kişinin başarı ya da başarısızlığı kendi benliğinde olumsuz durumlara veya farklı sıkıntılara sebep olabilmektedir. Yıkıcı duygusal durumlar, kaygı, stres, kendine karşı güvensizlik gibi durumların ortaya çıkışına sebep olabilmektedir. (Kaya 1993)

2.4.1 Başarı Hedefleri Kuramı

Bireylerin sürekli farklılaşan davranışları ve bu davranışlar sonucunda elde etmek istedikleri hedefler oldukça hareketli bir yapıya sahiptir. Bu davranışlar içerisinde insanları değişikliğe iten birçok güdü mevcuttur. Böylesine değişken bir yapıda olan hedef istikametinde davranışları hedefe yönelik harekete geçiren, sürdürülmesini sağlayabilen ve teşvik eden bir süreç olarak güdülenme, hedef türlerini tanımlamaktadır. (Schunk 2008)

İnsanlarda mevcut bulunan hedef yönelimleri bilinçli ya da bilinçsiz insandan insana farklılık göstermektedir. Başarı hedefleri konusunda gerekli yazın tarandığında çıkış noktasının oluşmasında kişilerin amaç edindikleri veya elde etmek istedikleri hedeflere karşı sergiledikleri davranışlar ve tutumlar yol haritası olmuştur. Bu davranış ve tutumlar, kişileri başarı kazandıracak hedeflere yöneltip sonu başarısızlık ile bitecek hedeflerden uzaklaştıracaktır. (Elliot and Harackiewicz 1994)

Psikologlar ve özellikle de spor psikologları son dönemlerde başarı farklılıklarını anlayabilmek için başarı hedefleri konusuna ağırlık vermişlerdir. Başarı hedefleri teoremine göre, insanın güdülenmesini anlayabilmek için üç ana faktörün birbiriyle bağlantılı olması gerekmektedir. Bu faktörler, algılanan yetenek, başarı davranışları ve başarı hedefleri olarak açıklanır. Bireyin güdülenmesini algılayabilmek için başarı veya başarısızlığın o insanda ne manaya geldiğini anlamamız gerekir. Bunu anlayabilmenin yolu, insanın başarı kompetanlığı ve başarı hedeflerini algılama ve fark etme yeteneği ile bağlantısını incelemektir. (Aktop 2002)

Başarı ile birlikte başarısızlık temel güdülenme faktörü olarak belirtilmektedir. Başarı insanın ortaya koyduğu iyi bir performans iken başarısızlık iyi performanstan daha kötü bir performansa doğru ortaya konan davranışın bir sonucudur. Bu inceleme sporcunun şahsi değerlendirmesi olarak ortaya çıkarken, takım olarak yapılan sporlarda ise müsabaka esnasındaki performansı da incelemek gerekecektir. Sporcu tarafından takımda bulunan arkadaşlarının ve rakibinin en iyi bir biçimde analiz edilmesi ortaya

konan performansı etkilerken, başarı ve başarısızlığın da temelini oluşturmaktadır. Bu sebeple başarı güdülenmesinde mevcut olan durumun değerlendirmesi çok önemli bir rol ifa ederken sporcunun ortaya koyduğu performansta hem olumlu hem olumsuz etkiler arasında gösterilebilmektedir. (Aktop 2002)

Başarı güdülenmesi ile ilgili çalışmalar yapmış olan Atkinson (1964), güdülenme ile ilgilenen teorisyenlerin ilgilenmesini istediği ve insanlarda bulunan önemli iki problemden bahsetmektedir. Dikkat çektiği ilk problem, insanların davranışlarını yönlendirirken ortaya konulan birçok seçenektan bir seçeneği neden seçtiğini tespit etmektir. Diğer problem ise, insanları faaliyete geçirmek için onları güdüleyen davranışın neden oluştuğu ve bu davranışın devamının nasıl sağlandığıyla alakalıdır. Bu problemlerin çözümünün bilişsel davranışların ve uzun vadeli güdülerin incelenmesiyle açığa çıkacağını savunmaktadır.

Nicholls and CarolDweck (1979) başarı hedefleri kuramının öncü isimleridir. İnsanlardaki başarı ve başarısızlık durumlarının altında yatan psikolojik sebepleri inceleyen bu araştırmacılar, sosyal psikoloji alanında başarı hedefleri kuramının içerisinde 'öğrenilmiş çaresizlik' kavramından da bahsetmişlerdir. Seligman and Maier (1967) köpekler üzerinde yaptıkları araştırmalarında öğrenilmiş çaresizlik kavramını kullanmışlardır. Köpeklerin karşı karşıya kaldığı travmatik olaylara yönelik başarı veya başarısızlık eylemlerinin neden ve nasıl oluştuğunu incelemişlerdir. İnsanlar da doğal olarak kendi müdahaleleri dışında gelişen olaylara farklı tepkiler verebilmektedir. Verilen tepkiler insanların başarıya ulaşmalarında, problem çözmelerinde, umutsuzluk ve çaresizlik davranışını gösterip daha sonra vazgeçmelerine neden olabilir. Bu vazgeçiş önceleri başarısızlığın bahanesi şeklinde devam etse de uzun süreçte kişide bırakacağı duygu, öğrenilmiş çaresizlik olabilir. Diğer yönden bazı insanların başarısızlık sebeplerini öğrenmeye çalışması ve bu sebeplerle yüzleşmesi ilerleyen zamanda başarı elde etmesine vesile olabilecektir.

İnsanların elde etmek ve öğrenmeyi istedikleri, konuya ve hedefe yönelik sadece yüzeysel davranışlar göstermeleri diğerlerinden iyi olma duygusu şeklinde oluşabilir. Bu durum da insanlarda odaklanma sorununa sebebiyet verebilir. Odaklanamayan insanlar işinde iyi olmaktan ziyade diğer insanlardan iyi olmayı amaç edinmektedir. Bu sebeple başarı duygusu kıskançlık şekline evrilebilir. Ancak başarmak ve öğrenmek

istedikleri konularda çok iyi olmayı amaçlayan insanların performanslarını gösterme kaygısı ilk amaçları olmadığından tüm çabaları ustalaşmak yani öğrenmek ve başarmak üzerinedir. Bu bireylerin başarıya ulaşma ihtimalleri ilk gruptakilere göre daha yüksek olabilir.

Hedeflerin insan güdülenmesinde çok önemli olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte insanın hayat mücadelesinde ve yaşamına istediği gibi şekil vermesinde de büyük rol oynadığı vurgulanmaktadır. Başarı hedefleri kuramını ortaya atıp, tartışmaya açan kişi Nicholls'dır. İnsan davranışındaki temel başarı hedeflerinin çok önemli olduğunu vurgulamıştır. Bilim insanları başarı hedeflerini görev yönelimli hedefler ve ego yönelimli hedefler olmak üzere iki gruba ayırmışlardır.

2.4.1.1 Ego yönelimli hedefler

Ego yönelimli bireylerin amacı, diğer insanlardan daha iyi olma veya en iyi olma duygusunda olmalarıdır.

İnsanlar, başkalarıyla kendini karşılaştırmadan, geçmiş performanslarına dayanarak, var olan gücünü artırmayı hedef olarak seçmişse, görev yönelimine sahiptir denilebilir. Böyle olan bireylerin çok daha güçlü çalışma prensiplerinin olması ve daha ısrarcı ve iyi güdülenmiş olma ihtimalleri ise yüksektir. Ego yönelimi olan bireylerde ise, kendilerini başka insanlarla kıyasladıklarından dolayı, dışarıdan kendilerine gelen hedeflere yönelme durumları vardır. Bu türde olan etkiler dışarıdan gelir ve kontrolsüzdür. Bu insanlar, kısa sürede pes etmeye eğilimlidir ve kendileri için kolay olan görevlere yönelirler. Örneğin, taktik geliştiren ve yarış esnasında zamanı uygun kullanmayı becerebilen bir sporcu, görev yönelimi sergilemektedir. Diğer tarafta ise, kendini başkalarıyla kıyaslayıp başarılı olmaya karar veren kişiler ise, ego yönelimini sergilerler. (Daşdan 2006)

Ego yönelimli kişinin içinde bulunduğu çevre, insanın kendini sunumunda büyük öneme sahiptir. Ego hedefine odaklanmış insanlar için, birinin yeteneğinin kabul görmesi, diğer yeteneğin kıyaslanmasıyla ortaya çıkabilir. Fakat görev hedefine sahip kişiler, ego hedefini benimseyenlere göre başkalarından kendilerini daha öncelikli görürler. Bununla birlikte ego hedefini benimseyen insanlar, gücün kullanımının yeteneği sergilemede ve yeteneğin yargılanmasında çok önemli bir role sahip olduğunun farkındadırlar. Ego hedefini sahip kişiler de, az bir enerji ile büyük bir

yeteneğin kanıtlanması esastır. Yani insan, çok deneme yapmamasından ötürü başarısızlığa uğrasa bile beceriksizliğini gizleyebilir. Gerçekte bu ego hedeflerini tehdit eden şeyler, bu kadar fazla performansın başarısızlıkla sonuçlanacak düşüncesidir. Bu şartlar içinde sergilenen şey yetenekten yoksundur. Bundan dolayı ego hedeflerini savunurken, performans iki yönlü bir keskin kılıç haline gelebilir. (Duda and Hall 2001)

Sporcular arasında yapılan eşit seviyeli karşılaştırmalarda sporcu kendisi ile birini karşılaştırırken, kendisine eşit veya çok az daha yetenekli sporcuları kendine rakip olarak görür ve buna göre davranış ortaya koyar. Buradaki gaye sporcunun kendi performansını ve yerini belirlemesidir. Birey böyle yaparak, fiziksel ve sosyal gelişimi hakkında varsayımlarda bulunur. Bununla birlikte karşılaştırma yapılırken performans güdümlü karşılaştırma bilginin edinme amacı dairesinde yapılsa dahi süreklilik göstermeyebilir. Ancak, bu bilgiler performansımız için doğru bir kaynak olmayabilir. Bir kişinin yetenekleri ve performansı hakkında, önce antrenör ve sonra sporcu hakkında fiziksel ve psikolojik araştırmalar bir bilgi kaynağı olabilir. Bu durumların sonucu olarak eşit düzey karşılaştırmalarda yetenek ve beceri gelişim süreci daha uygun görülebilmektedir. Bundan dolayı ego yönelimi olan sporcular üstünlük duygusuyla birlikte aşağılık duygusundan sıyrılma amaçları ile harekete geçtiklerinden, genelde eşit düzey karşılaştırmalar yerine, aşağı ya da yukarı düzeyli karşılaştırmalara başvururlar. (Yılmaz 2002)

Kendi alanında çok iyi olma, kısa süreli bir üstünlük duygusuna ulaşma bakımından yararlı görülürken, sportif faaliyetin gelişimi bakımında çok bir şey kazandırmamaktadır. (Yılmaz 2002)

Sonuç olarak; seviye karşılaştırmalarında elde edilen bazı durumlar gruplar arasında olan ilişkilerde rol oynar, ancak potansiyelini ortaya çıkarmak ve takımlarıyla başarılı olmak isteyen insanlar için genellikle spor ortamında alışılmadık bir etkinliktir. (Yılmaz 2002)

2.4.1.2 Görev Yönelimli Hedefler

Görev hedefi baskın olduğunda insanlar, bireysel yeteneklerini geliştirebilmek adına o görevi daha iyi nasıl gerçekleştirecekleriyle alakadar olurlar. Bundan dolayı bu insanlar yeni beceriler elde etmek adına daha çok çaba gösterirler ve bununla birlikte bireysel değerlendirme ölçütlerini benimserler. Bireysel değerlendirme ölçütü ise, başarının

kişisel gelişimi şeklinde açıklanmaktadır. Bu insanlar için öznel sebeplere bağlı başarısızlık, düşük bir olasılıktır. Çünkü şahsi hataların, insanların beceri geliştirmesinde, yol gösterici vazife yaptığı düşünülür. (Daşdan 2006)

Kendi öz kaynaklarını kullanmaya meyilli olan görev yönelimi yüksek insanın ölçütü, gelişme ve başarıdır. Bu kişilerin odak merkezi yeni bir şeyler öğrenmek ve kazanılan başarıda bireysel gelişim ve görevin gerektirdiklerini yerine getirmektir. Bu durumun tersinde ise diğer insanları kaynak olarak kullanmaya meyilli olan ego yönelimi yüksek insanın kriteri, diğer insanlara üstünlük kurmaya çalışmaktır. (Daşdan 2006)

Görev yönelimli olmak, becerilerde ustalaşmayı ve yeterliliği amaçlamaktadır. Başarılı olmak sporcu için daha disiplinli çalışmak ve yapabildiği en iyi performansı ortaya koymaktır. Başarılı olmak zevk alır. Göreve yönelik kişi, rekabeti bir kendini geliştirme süreci olarak görür. Bir rakip ne kadar başarılı olursa, gelişme olasılığı o kadar artar. (Yılmaz 2002).

Görev yönelimi baskın olan insanlar, bilgi artışına ve beceri gelişimine önem verir. Bundan dolayı gelişmekten zevk duyarlar. Bu sporcular, zor görevlerden kaçınmazlar. Görev yönelimli sporcular müsabaka esnasında olduğu kadar, çalışma esnasında da en iyi performansı sergilemeye çalışırlar. (Yılmaz 2002)

Görev yönelimli faaliyetler, öğreniminde çoğu safhasında olumlu etkiler bırakır. Okulda görev yönelimli olmak, yaşlıları ile işbirliğini, ezberden ziyade anlamayı, daha çok disiplinli çalışmayı ve bu sayede başarı ile genel memnuniyet düzeyini arttırdığı farkedilmiştir. Göreve yönelik insanlar sınıf ortamında ve gruplar arasında öğrenme yeteneğine sahiptir, böylece hataları düzeltebilir ve daha tutarlı grup etkinliklerine katılabilirler. (Yılmaz 2002)

Nicholls, görev yöneliminin ortaya çıkardığı beceri ve bilgi elde etme hedefiyle birlikte performans seviyesinde yükselmeye sebep olduğunu belirlemiştir. Böyle bir yönelim insanın kişisel olarak gelişimine önem vermesine, öğrenme yaşantısında açık olmasına ve son olarak da yeterlik duygusuna sebebiyet vermektedir. Spor tarafında ise performans üzerinde durulur ve sonunda ödül elde edilir. Sporcular yer aldıkları takımda önemli bir vazifeleri oldukları duygusuyla hareket etmektedirler. Takım içinde gelişme ile birlikte çalışma pekiştirilir. Örnek verilecek olursa, bir basketbol takımında bir sporcu diğer bir sporcuya öğrenme konusunda yardımcı oluyor ve onun eksiklerini

tamamlamak için çaba gösteriyorsa ve tüm sporcular bireysel performanslarını geliştirmeye odaklanmış ise görev yönelimli bir sürecin bu takımında bulunduğundan bahsedebiliriz. (Yılmaz 2002)

2.4.2 Sporda Başarı Algısı

Sporda başarı kavramı, insanın kişisel ve görev hedeflerini bütünüyle içine alır. Başarı hedefleri kuramı, sporculara uygulandığında, sporcuların hedef yönelimlerine ek olarak kendilerine ait olan güvenlerini eş güdümlü olarak inceler. (Altıntaş, Bayar-Koruç, Akalan 2012)

Abele and Alfermann (2001) sporcuların sorunlara karşı kararlılıkla ve yaptıkları işten zevk alma davranışlarının içsel güdülenme ve görev yönelimli olmalarından kaynaklandığı ve bunların arasında ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Duda ortaya koyduğu çalışmasında, görev yönelim algısı fazla olan sporcuların yaptıkları branşa daha uzun süre devamlılık gösterdiğini ancak, ego yönelimi fazla olan sporcuların yaptıkları spora uzun müddet devamlılık gösteremediğini açıklamıştır. (Kelecek 2013)

Çocuk yaşta olan sporcuların başarıyı algılama ve başarıya karşı yaklaşımları sosyal çevrelerine göre yada örnek aldıkları kişilerin tutumlarına veya yönlendirmelerine göre değişebilir. Çocuk ve ergenleri rol model olarak kullanan kişilerin, hedefler ve yönelim açısından birbirleri ile anlamlı bir ilişkisi olduğu bilinmektedir. (Carr 2001)

Ailelerin, çocukların sportif yaşamlarını ilerletmesinde ve geliştirmesinde de destek olması beklenir. Bu durum çocukların görev yönelimli olmalarına sebep olmaktadır. Diğer taraftan aileler tarafından hata yüksekliği ve performans düşüklüğü vurgulanan çocukların ego yönelimli olması kaçınılmaz bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır. Ego yönelime istemsizce çocuklarını sürükleyen aileler, çocuklarının başarılarını diğer ailelerin çocuklarıyla kıyaslayarak değerlendirir. Ailelerin, başarı merkezli olan çocuklarının ego yönelimlerin de yükseklik görev yönelimlerin de ise düşüklük olduğu saptanmıştır. (Valdevit 2013)

Ames and Archer (1988) güdesel zamanlamayı esas alarak, dersteki performans hedeflerine yönelme ve uzmanlık amaçlarına yönelme arasındaki bağlantıyı araştırmışlardır. Öğrencinin yeteneği ve mevcut durumu performans hedeflerine göre

değerlendirilmektedir. Bu hedeflere bağlı kalınarak yapılan değerlendirmelerde, bir öğrencinin başarılı olması ile birlikte diğer öğrencilerden daha da fazla performans gösterebilmesi gibi kanıtlara başvuru olarak bu öğrenci hakkında yargılara varılır. Uzmanlık hedeflerinde ise, yeni olan bir becerinin kazanılması üzerinde durulur. Burada ise, öğrenme sürecini şahsi olarak değerlendirir. Mevcut durumda ortaya çıkan sonuç ise, uzmanlık yetisinin kazanılması yetenekten daha çok çabaya bağlıdır. Araştırmacılar, öğrencilerin etkili strateji kullanımı, nedensel yüklenme, konu tercihleri ve tutumlarına bakarak neden bu amaçlardan birine yönlendiklerini araştırmışlardır. Araştırmanın sonucunda uzmanlık hedeflerine yönelen kişilerin, daha etkili strateji ürettiklerini, zorlu konulara yöneldiklerini, buldukları ortamlarda daha olumlu olduklarını ve kazandıkları başarıları çabalarına bağladıklarını tespit etmiştir. Performans hedeflerine yönelenlerde ise durum, ters istikamette olmuştur. Başarısızlıklarını yetenek eksikliğine bağlamışlardır. Düşük strateji kullanımı, olumsuz tavırlar ve yetenek algılarında düşüklük olduğu tespit edilmiştir.

Bu çalışmadan çıkan yargıya göre, başarı durumunu ve güdülenmeyi etkileyen en önemli etkenlerden birisi öğrencinin kendini yönelttiği amaçtır. Bu sebeple, öğrencilerin hedeflerini doğru şekilde bir istikamete sevk ederek, çabalarını tarafsız şekilde değerlendirmesini, güdülerini etkili bir biçimde kullanmasını ve etkili strateji planlamasını sağlamaktır. (Sage 1984)

Sporun ruhunda olan rekabet ve yarışma durumunun başarı güdülenmesinden geldiği varsayılmaktadır. Başarı gereksinimi kuramına göre, başarıya odaklı faaliyetlerde mücadele eden bireylerin başarı kazanmalarından üst seviyede doyum almalarıdır. Başarı algısının kişiden kişiye değişeceği ise unutulmamalıdır. Birey başarı davranışını kendi kendinde sevk etmekle yükümlüdür. Bundan dolayı, performansa yönelik çaba bireyin kendi becerisi olarak algılanırsa, ancak bu başarı olarak kabul görebilir. Sonuç bireyin çaba eksikliğinden veya yeteneksizliğinden kaynaklanırsa bu sonuç başarısızlık olarak kabul görülebilir. Bu sebeple bir kişi için başarı kabul edilen sonuç bir başka kişi için başarısızlık olarak kabul görebilir. (Tiryaki 1997)

2.4.3 Başarı Algısı Araştırmaları

Carpenter ve Yates (1997) çeşitli düzey futbolcular arasında yaptıkları çalışmalarında hedef yönelimi karşılaştırması yapmış ve araştırmanın sonucunda amatör sporcuların yarı profesyonel sporculara göre görev yöneliminde yükseklik tespit etmişlerdir.

Toros (2001) basketbol sporcuları üzerine yapmış olduğu araştırmasına 16 basketbol takımından sayısı 144'ü bulan sporcu katılmış, sonuç olarak turnuva öncesi ve sonrası antrenör davranışlarıyla hedef yönelimleri arasında ilişki tespit edilmiştir.

Yapılan bir araştırmada (Spence 1989) başarı güdülenmesinde çok etkenli yaklaşımı benimsemişlerdir. Bu kurama göre, başarının oluşumu birçok bileşenden varolmaktadır.

Cassidy and Lynn (1989) göre rekabetçilik, iş etiği, para ve varlık sevdası, statü sahibi olmak gibi durumlar başarı güdülenmesinin temel etkenleridir. Bu çalışmacılar kesin olarak bir açıklama yapmamasına karşın diğer ihtiyaçları da içeren başarılı olmak ihtiyacını da benimsediklerini göstermiştir.

Duda (1989) ortaya koyduğu çalışmasında hedefe ulaşma ve başarı güdülenmesinde önemli iki temel faktörü belirtmiştir. Bu faktörlerden ilki, görev bağlantılı hedef yönelimidir. Bu hedef yönelimi faktörünü benimseyen sporcularda öne çıkan bazı durumlar görevde ustalaşma, beceri gelişimi, takım uyumu ve uyumlu çalışma gibi davranışlardır. İkinci temel faktör ise, ego ile bağlantılı hedef yönelimidir. Bu yönelimin etkilediği bireylerde rakipleri yenmek, üstün olmak ve sonuç odaklı olmak gibi davranışlar görülür. Bu yönelimin etkilediği insanlarda görülen diğer davranışlar ise yüksek kaygı, direnç eksikliği, sportif aktiviteden hoşlanmama gibi durumlardır. (Duda1989)

Duda and Hom (1993) yaz kampında bulunan basketbolculara uyguladıkları hedef yönelimi araştırmalarında cinsiyetle ilişkili farklılık bulmuşlardır.

Başka bir araştırmasında Duda (1995) üniversitelilerin hedef yönelimini incelemiştir. Görev yöneliminde kadınların baskın olduğunu tespit etmiştir.

White and Zillner (1996) lisede ve üniversitede eğitim gören sporcular üzerine yaptıkları araştırmalarında bu sporcuların hedef yönelimlerini incelemiştir. Lisede eğitim gören sporcuların, üniversitede eğitim gören sporcularından çok daha fazla ego

yönelimli olduğunu bulmuşlardır. Üniversitedeki sporcuların görev yönelimine daha meyilli olduğu görülmüştür.

Duda and Hom (1993) yaz kampında bulunan basketbolculara uyguladıkları hedef yönelimi araştırmalarında cinsiyetle ilişkili farklılık bulmuşlardır.



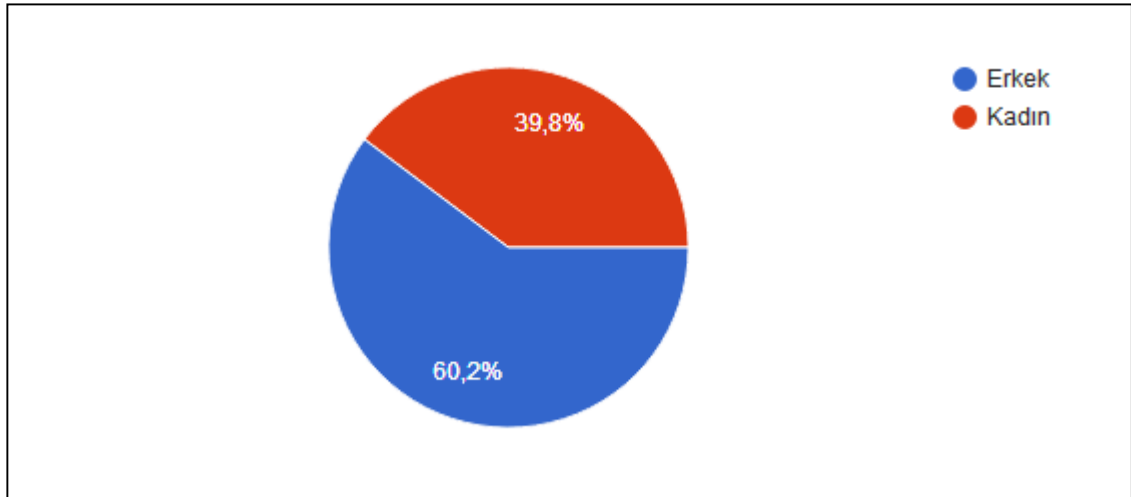
3. MATERYAL VE YÖNTEM

3.1 ARAŞTIRMANIN ÖN KABULLERİ

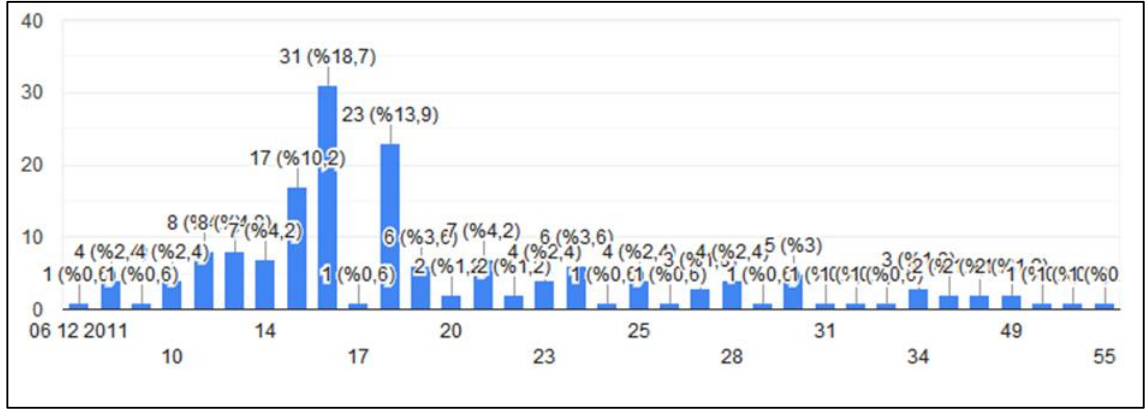
Araştırmanın ön kabulleri şu şekildedir. Bu araştırmaya katılan bireylerin ölçeklerdeki soruları doğru bir şekilde, samimiyetle ve hiçbir baskı altında kalmadan yanıtladıkları kabul edilmektedir.

3.2 ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ

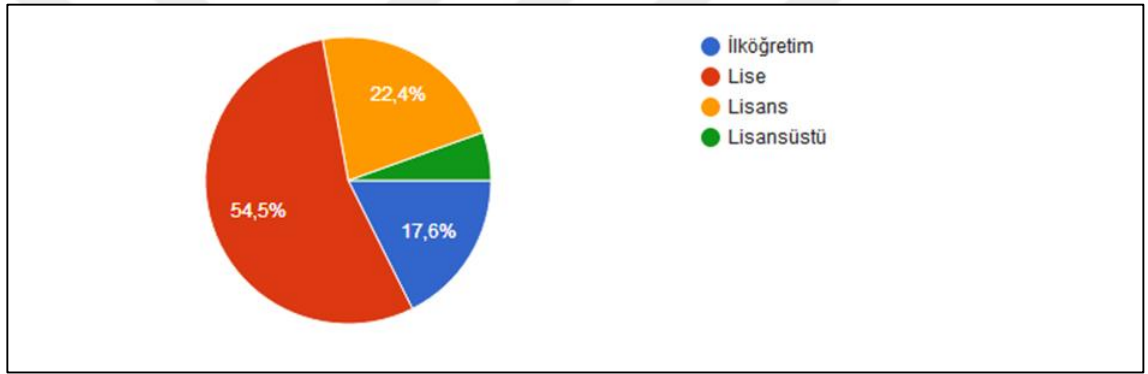
Katılımcılar basit bir örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Kolay ulaşılabilir durum örnekleme yöntemi araştırmacının nispeten yakın çevresinde bulunan, erişilmesi kolay, hâlihazırda var olan ve araştırmaya katılmada gönüllü olan bireyler ile oluşturulan örneklemedir. (Erkuş 2017) Katılımcıların 100'ü erkek, 66'sı kadın olmak üzere toplam 166 sporcundan meydana gelmektedir. Katılımcıların 33'ü 8-14 yaş aralığında, 72'si 15-17 yaş aralığında, 31'i 18-25 yaş aralığında ve 30'u 26-55 yaş aralığındadır. Katılımcıların 30'u ilköğretim, 90'ı lise ve 46'sı lisans ve üstü mezundur. Katılımcıların özellikleri şekil 3.1 , 3.2 ve 3.3 ile tablo 3.1'de gösterilmiştir.



Şekil 3. 1. Cinsiyete Göre Dağılım



Şekil 3. 2. Yaşa Göre Dağılım



Şekil 3. 3. Eğitim Düzeyine Göre Dağılım

Tablo 3. 1. Örneklem Grubunun Özellikleri

| Değişken | Grup | N |
|-------------|----------------------|-----|
| Cinsiyet | Kadın | 66 |
| | Erkek | 100 |
| Yaş aralığı | <15 | 33 |
| | 15-17 | 72 |
| | 18-25 | 31 |
| | 25> | 30 |
| Mezuniyet | İlköğretim | 30 |
| | Lise | 90 |
| | Lisans ve Lisansüstü | 46 |

3.3 ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Bu çalışmada deneysel olmayan sayısal modellerden biri olan tarama modeli kullanıldı. Karasar (2001) tarama modelini hâlihazırdaki bir durumun var olduğu şekliyle tasvir edilmesi olarak ifade etmektedir. Tarama modeli şeklindeki araştırmalar bir evren ya da örnekleme herhangi bir zaman diliminde meydana gelen olay, olgu ya da durumların ortaya çıkarılması ve açıklanması çabasıdır (McMillan 2000). Bu araştırmada tarama modelinden Judo sporu ile uğraşan sporcuların, bu spora katılım güdülerini ile bu sporla ilgili başarı algılarının ortaya çıkarılması amacıyla yararlanılmıştır.

3.4 ARAŞTIRMANIN VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Çalışmada veri toplanması için ölçek kullanılmıştır. Bu araştırmada kullanılmış olan ölçekler üç bölüme oluşur; kişisel bilgi formu, spora katılım güdülenmesi ve başarı algısı envanteri şeklinde oluşmuştur.

3.4.1 Kişisel Bilgi Formu

Tarama modeli şeklindeki araştırmalarda anket ya da ölçeğin ilk bölümünde araştırmaya katılan bireylerin kişisel bilgilerine yer verilmektedir. Bu bölümde katılımcıların incelenmek istendiği özelliklerine yönelik bilgiler hakkında sorular yöneltilmektedir. Mevcut araştırmada katılımcıların yaş, cinsiyet ve eğitim durumu gibi kişisel özellikleri araştırma konusu olduğu için bu özellikleri belirlemeye yönelik sorulardan oluşmuş olan bireysel bilgi formları araştırmayı yapan kişi tarafından hazırlanmış ve kullanılmıştır.

3.4.2 Spora Katılım Güdüsü Ölçeği

Spora katılım güdüsü ölçeği Gill vd. (1983) tarafından bireylerin spora katılım amaçlarını tespit etmek amacıyla hazırlanmıştır. Ölçek, “Beceri Geliştirme, Takım Üyeliği/Ruhu, Eğlence, Arkadaşlık, Başarı/Statü, Enerji Harcama, Fiziksel Uygunluk ve Diğer Sebepler” olmak üzere 8 alt boyut ile bu boyutlara ait 30 maddeden meydana gelmektedir. 3’lü likert tipinde hazırlanan ölçekte sorulara verilecek cevaplar “Çok Önemli (1), Az Önemli (2) ve Hiç Önemli Değil (3)” olacak şekilde kategorize edilmiştir. Kategorize edilme şeklinden anlaşılacağı üzere ölçekteki bir maddeden alınan düşük puan o maddenin önem düzeyini artırmaktadır. Spora katılım ölçeğinin güvenilirlik katsayısı alt boyutlar için Gill vd. (1983) tarafından 0.30 ile 0.76 arasında

tespit edilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması ilk olarak Çelebi (1993) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çelebi (1993) yapmış olduğu uyarlamada ölçeği üniversite öğrencilerine uygulayarak ölçeğin bütününe ilişkin güvenilirlik katsayısını hesaplamış ve 0.91 olarak bulmuştur. Oyar vd. (2001), Çelebi (1993) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçeği yaz okulu bitiminde 557'si erkek ve 420 si kız olmak üzere toplam 977 katılımcıya uygulayarak ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yapmışlardır. Araştırmacılar spora katılım güdüsü ölçeğinin geçerliğini test etmek için yapmış oldukları faktör analizi sonuçlarının yüzde 54.81'ini açıkladığını dolayısıyla ölçeğin orijinalinde bulunan sekiz alt boyutu desteklediğini belirlemişlerdir. Aracın güvenilirliği için hesaplanan iç tutarlık katsayısının ise 0.61 (beceri gelişimi) ile 0.78 (başarı/statü) arasında olduğunu ve toplam iç tutarlık katsayısını da 0.86 olarak tespit etmişlerdir. Bu sonuçlara bağlı olarak bu ölçeğin Türkiye'de kullanılabileceğini dile getirmişlerdir. Türkçeye uyarlanan ölçek diğer araştırmacılar tarafından da birçok araştırmada kullanılmıştır (Ör; İlhan ve Gencer 2013; Karaç 2017; Şirin 2007). Karaç (2017) doktora tezinde ölçeğin alt boyutları için güvenilirlik katsayısını 0.40 (Yarışma) ile 0.64 (Takım üyeliği/Ruhu) arasında tespit etmiş ve ölçeğe ait toplam iç tutarlılık katsayısını 0.85 olarak bulmuştur.

3.4.3 Başarı Algısı Ölçeği

Başarı algısı ölçeği Roberts vd. (1998) tarafından yargıların beş değerlendirme basamağına ilişkin olarak "Görev Yönelimli" ve "Ego Yönelimli" 2 alt boyuttan ve bu boyutlara ait 12 maddeden meydana gelecek şekilde hazırlanmıştır. 5'li likert tipinde hazırlanan ölçek "Kesinlikle katılmıyorum (1), katılmıyorum (2), kararsızım (3), katılıyorum (4), kesinlikle katılıyorum (5)." Araştırmacılar ölçeğin güvenilirlik katsayısını görev yönelimi alt boyutu için 0.87, ego yönelimi alt boyutu için 0.84 olarak bulmuşlardır. Türkçe uyarlaması Kazak ve Çetinkalp (2006) tarafından yapılan ölçeğin yapı geçerliliği faktör analizi yapılarak test edilmiş ve analiz sonucunda ölçeği oluşturan 12 maddenin orijinal ölçekteki benzer şekilde 2 faktör altında toplandığı belirlenmiştir. Güvenirlik katsayısı ölçeğin tamamı için 0.96, görev yönelimi alt boyutu için 0.79, ego yönelimi alt boyutu için 0.77 olarak belirlenmiştir. Kazak ve Çetinkalp (2006) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek birçok araştırmacı tarafından çeşitli araştırmalarda kullanılmıştır (Ör; Başoğlu 2017; Gök 2018). Gök (2018) farklı değişkenlere göre atletizm kros sporcularının başarı algısı ve hayal etme düzeyleri isimli

araştırmalarında başarı algısı ölçeğini katılımcıların başarı algılarını yaş, cinsiyet ve ailelerin aylık gelir durumunun başarı algılarına etkisini incelemek amacıyla kullanmışlardır.

3.5 ARAşTIRMA VERİLERİNİN TOPLANMASI

Araştırma verileri 2020 yılı içerisinde değişik zamanlarda 166 katılımcıya kişisel bilgi formu, spora katılım güdüsü ölçeği ve başarı algısı ölçeği uygulanarak toplanmıştır.

3.6 ARAşTIRMA VERİLERİNİN ÇÖZÜMLENMESİ

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 18 paket programı kullanılarak çözümlenip analiz edilmiştir. Araştırmada katılımcıların spora katılım güdüleri ile başarı algıları arasındaki benzerlikleri ve farklılıkları ortaya koymak amacıyla betimleyici ve kestirimsel istatistiklerden yararlanılmıştır. Betimleyici istatistiklerden ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Kestirimsel istatistiklerden ise korelasyon analizi, Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way Manova) ile farklılık olan gruplara hangi grup lehine farklılık olduğunu tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerden Tukey testinden faydalanılmıştır. Araştırmada hata payı olarak 0.05 baz alınmıştır.

3.7 ÖLÇEKLERE İLİşKİN GÜVENİRLİK ANALİZİ

Mevcut çalışmada başarı algısı ölçeği ile katılım güdüsü ölçeğinin güvenilirlik katsayıları SPSS 18 paket programı kullanılarak hesaplanmıştır. Bu ölçeklerin her bir alt boyutlarına yönelik güvenilirlik katsayıları “Cronbach Alfa” hesaplanmıştır. Özdemir (1999) güvenilirlik katsayısı değerlerini 0.00 ile 0.40 arasında ise güvenilir değil, 0.41 ile 0.60 arasında ise düşük güvenilir, 0.61 ile 0.80 arasında ise güvenilir, 0.81 ile 1.00 arasında ise oldukça güvenilir olarak ifade etmiştir. Katılım güdüsü ölçeğine yönelik güvenilirlik katsayıları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 3. 2. Spora Katılım Güdüsü Ölçeği Alt Boyutları Güvenirlik Katsayıları

| Spore Katılım Güdüsü Alt Boyutları | Cronbach Alfa | Madde Sayısı |
|---|----------------------|---------------------|
| Beceri Gelişimi | 0.70 | 3 |
| Takım Üyeliği/Ruhu | 0.83 | 4 |
| Eğlence | 0.70 | 4 |
| Başarı/Statü | 0.62 | 5 |
| Fiziksel Uygunluk/Enerji Harcama | 0.65 | 5 |

| | | |
|---------------------------|------|---|
| Yarışma | 0.68 | 3 |
| Hareket/Aktif olma | 0.73 | 3 |
| Arkadaşlık | 0.58 | 3 |

Tablodan da görüleceği gibi üzere katılım güdüsü ölçeğinin beceri gelişimi alt boyutuna ilişkin güvenilirlik katsayı 0.70 (güvenilir), takım üyeliği/ruhu alt boyutuna ilişkin güvenilirlik katsayı 0.83 (güvenilir), eğlence alt boyutuna ilişkin güvenilirlik katsayı 0.70 (güvenilir), başarı/statü alt boyutuna ilişkin güvenilirlik katsayı 0.62 (güvenilir), fiziksel uygunluk/enerji harcama alt boyutuna ilişkin güvenilirlik katsayı 0.65 (güvenilir), yarışma alt boyutuna ilişkin güvenilirlik katsayı 0.68 (güvenilir), hareket/aktif olma alt boyutuna ilişkin güvenilirlik katsayı 0.73 (güvenilir), arkadaşlık alt boyutuna ilişkin güvenilirlik katsayı 0.58 (düşük güvenilir) olarak tespit edilmiştir. Bu sonuçlar mevcut çalışmada ortaya çıkan değerlerin katılım güdüsü ölçeğinin güvenilir olduğunu göstermektedir.

Başarı algısı ölçeğine yönelik güvenilirlik katsayıları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 3. 3. Başarı Algısı Ölçeği Alt Boyutları Güvenirlik Katsayıları

| Başarı algısı Alt Boyutları | Cronbach Alfa | Madde Sayısı |
|--|----------------------|---------------------|
| Görev Yönelimli | 0.97 | 6 |
| Ego Yönelimli | 0.91 | 6 |

Tablodan da anlaşılacağı üzere başarı algısı ölçeğinin görev yönelim alt boyutuna ilişkin güvenilirlik katsayı 0.97 (oldukça güvenilir), ego yönelimli alt boyutuna ilişkin güvenilirlik katsayısı 0.91 (oldukça güvenilir) olarak belirlenmiştir. Bu sonuçlar mevcut çalışmada ortaya çıkan değerlerin başarı algısı ölçeğinin oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir.

4. BULGULAR

4.1 ARAŞTIRMANIN BİRİNCİ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR

Judocuların cinsiyete göre başarı algısı ve spora katılımında ortalamaları ve standart sapmaları nelerdir?

Tablo 4. 1. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Cinsiyete Göre Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

| Değişkenler | KADIN | | ERKEK | | TOPLAM | |
|----------------------------------|-------|------|-------|------|--------|------|
| | X | SS | X | SS | X | SS |
| Başarı Algısı | | | | | | |
| Görev Yönelimi | 4.19 | 1.11 | 3.57 | 1.44 | 3.82 | 1.35 |
| Ego Yönelimi | 3.78 | 1.00 | 3.21 | 1.22 | 3.44 | 1.17 |
| Spora Katılım Güdüsü | | | | | | |
| Başarı/Statü | 1.32 | 0.31 | 1.43 | 0.46 | 1.38 | 0.41 |
| Takım Üyeliği/Ruhu | 1.30 | 0.42 | 1.38 | 0.52 | 1.35 | 0.49 |
| Fiziksel Uygunluk/Enerji Harcama | 1.30 | 0.36 | 1.34 | 0.39 | 1.32 | 0.38 |
| Eğlence | 1.47 | 0.44 | 1.43 | 0.44 | 1.45 | 0.44 |
| Arkadaşlık | 1.62 | 0.52 | 1.63 | 0.55 | 1.63 | 0.54 |
| Yarışma | 1.37 | 0.48 | 1.38 | 0.52 | 1.37 | 0.50 |
| Hareket/Aktif Olma | 1.26 | 0.43 | 1.27 | 0.48 | 1.26 | 0.46 |
| Beceri geliştirme | 1.10 | 0.19 | 1.20 | 0.33 | 1.16 | 0.29 |

Kadın judocuların başarı algıları ortalama değerleri incelendiğinde; görev yönelimi ortalamaları ($X=4.19$, $SS=1.11$), ego yönelimi ortalamalarından ($X=3.78$, $SS=1.00$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Erkek judocuların başarı algılarının ortalama değerleri incelendiğinde ise; görev yönelimi ortalamaları ($X=3.57$, $SS=1.44$), ego yönelimi ortalamalarından ($SS=3.21$, $SS=1.22$) daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır. Kadın judocuların spora katılım güdülerinin ortalama değerleri incelendiğinde; beceri geliştirme ortalamasının ($X=1.10$, $SS=0.19$) en düşük puan olduğu, arkadaşlık ortalamasının ise ($X=1.62$, $SS=0.52$) en yüksek ortalama olduğu belirlenmiştir. Erkek judocuların spora katılım güdeleri ortalama değerleri incelendiğinde; beceri geliştirme ortalamasının ($X=1.20$, $SS=0.33$) en düşük puan olduğu, arkadaşlık ortalamasının ise ($X=1.63$, $SS=0.55$) en yüksek ortalama olduğu

tespit edilmiştir. (Spora katılım güdüsü ölçeğinde düşük değer o maddenin önemli olduğunu göstermektedir)

4.2 ARAŞTIRMANIN İKİNCİ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR

Judocuların başarı algısı ve spora katılım güdülerinin puanlarında cinsiyet yönünden istatistiksel olarak anlam ifade eden bir farklılık bulunur mu?

Tablo 4. 2. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Cinsiyete Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (Manova) Testi Sonuçları

| Hotelling's Trace | Değer | F | Hipotez SD | Hata SD | Anlamlılık (p) |
|----------------------|-------|------|------------|---------|----------------|
| Başarı Algısı | 0.63 | 5.10 | 2.00 | 163.00 | 0.07 |
| Spora Katılım Güdüsü | 0.72 | 1.40 | 8.00 | 157.00 | 0.19 |

Sporcuların başarı algıları ve spora katılım güdülerinin Tek yönlü MANOVA cinsiyet testi ile sonuçlanır; katılımcıların cinsiyet farklılıkları (Hotelling'in $T = 0.63$; $F(2.163) = 5.10$; $p = 0.07$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir. Ayrıca, analizler sporcuların cinsiyetlerine göre motivasyon puanları arasında istatistiksel bir fark bulamamıştır. (Hotelling's $T=0.72$; $F(8, 203)= 0.99$; $p=0.19$).

4.3 ARAŞTIRMANIN ÜÇÜNCÜ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR

Judocuların başarı algısı ve spora katılım güdülerinin yaş dağılımına bakıldığında ortalama ve standart sapmanın değerleri nelerdir?

Tablo 4. 3. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Yaş Dağılımına Göre Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

| Değişkenler | 8-14 | | 15-17 | | 18-25 | | 26-55 | | Toplam | |
|-----------------------------------|------|------|-------|------|-------|------|-------|------|--------|------|
| | X | SS | X | SS | X | SS | X | SS | X | SS |
| Başarı Algısı | | | | | | | | | | |
| Görev Yönelimi | 4.02 | 1.08 | 3.60 | 1.41 | 4.43 | 0.80 | 3.30 | 1.60 | 3.80 | 1.32 |
| Ego Yönelimi | 3.40 | 1.00 | 3.23 | 1.13 | 4.16 | 0.80 | 3.24 | 1.30 | 3.40 | 1.14 |
| Spora Katılım Güdüsü | | | | | | | | | | |
| Başarı/Statü | 1.32 | 0.29 | 1.39 | 0.39 | 1.45 | 0.48 | 1.38 | 0.47 | 1.38 | 0.41 |
| Takım Üyeliği/Ruhu | 1.12 | 0.25 | 1.29 | 0.43 | 1.67 | 0.62 | 1.40 | 0.49 | 1.35 | 0.49 |
| Fiziksel Uygunluk/ Enerji Harcama | 1.29 | 0.29 | 1.34 | 0.41 | 1.24 | 0.25 | 1.42 | 0.46 | 1.32 | 0.38 |
| Eğlence | 1.48 | 0.42 | 1.38 | 0.43 | 1.53 | 0.56 | 1.48 | 0.45 | 1.45 | 0.44 |
| Arkadaşlık | 1.53 | 0.56 | 1.59 | 0.51 | 1.76 | 0.55 | 1.68 | 0.55 | 1.63 | 0.53 |
| Yarışma | 1.40 | 0.49 | 1.28 | 0.45 | 1.41 | 0.51 | 1.53 | 0.58 | 1.37 | 0.50 |
| Hareket/Aktif Olma | 1.18 | 0.37 | 1.22 | 0.46 | 1.33 | 0.39 | 1.40 | 0.57 | 1.26 | 0.46 |
| Beceri geliştirme | 1.08 | 0.14 | 1.15 | 0.22 | 1.18 | 0.33 | 1.26 | 0.43 | 1.16 | 0.28 |

Judocuların yaş dağılımlarına göre başarı algıları ortalama değerleri incelendiğinde; en yüksek ortalamanın görev yönelimi algısı ortalaması ($X=4.43$, $SS=0.80$) olduğu ve 18-25 yaş aralığında gerçekleştiği, en düşük ortalamanın ego yönelimi algısı ortalaması ($X=3.23$, $SS=1.13$) olduğu ve 15-17 yaş aralığında gerçekleştiği görülmektedir. Judocuların yaş dağılımlarına göre spora katılım algılarının ortalama değerleri incelendiğinde; en düşük ortalamanın beceri geliştirme ortalaması ($X=1.08$, $SS=0.14$) olduğu ve 8-14 yaş aralığında gerçekleştiği, en yüksek ortalamanın arkadaşlık ortalaması ($X=1.76$, $SS=0.55$) olduğu ve 18-25 yaş aralığında gerçekleştiği görülmektedir. (Spora katılım güdüsü ölçeğinde düşük değer o maddenin önemli olduğunu göstermektedir)

4.4 ARAŞTIRMANIN DÖRDÜNCÜ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR

Judocuların başarı algısı ve katılım güdülleri arasında yaşa göre istatistiksel bakımdan anlam ifade eden bir farklılık bulunur mu?

Tablo 4. 4. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Yaş Dağılımına Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (Manova) Testi Sonuçları

| Hotelling's Trace | Değer | F | Hipotez SD | Hata SD | Anlamlılık (p) |
|----------------------|-------|------|------------|---------|----------------|
| Başarı Algısı | 0.15 | 3.97 | 6.00 | 320.00 | 0.00* |
| Spora Katılım Güdüsü | 0.40 | 2.56 | 24.00 | 461.00 | 0.00 |

Sporcuların başarı algısı ve spora katılım güdülerini yaşa göre test etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü MANOVA sonuçları; yaşa göre başarı algısı puanlarında (Hotelling's $T=0.15$; $F(6, 320)=3.97$; $p=0.00$) istatistiksel olarak anlamlı fark olduğunu göstermiştir. Bunun yanı sıra, yapılan analizler sporcuların yaşa göre spora katılım güdüsü puanları arasında da istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunduğunu ortaya koymuştur (Hotelling's $T=0.4$; $F(24, 461)=2.56$; $p=0.00$). Yaş dağılımına göre hangi gruplar arasında fark olduğunu test etmek için Post Hoc testlerinden Tukey yapılmıştır.

Başarı algısı ölçeğinin görev yönelimi alt boyutunda; farkın 18-25 yaş ile 26-55 yaş arasında 18-25 yaş lehine olduğu ($p=0.01$), 18-25 ile 15-17 yaş arasında 18-25 yaş lehine olduğu ($p=0.04$) tespit edilmiştir. Ego yönelimi alt boyutunda 15-17 yaş ile 18-25 yaş arasında 18-25 yaş lehine ($p=0.00$), 8-14 yaş ile 18-25 yaş arasında 18-25 yaş lehine ($p=0.03$) ve 18-25 yaş ile 26-55 yaş arasında 18-25 yaş lehine ($p=0.01$) anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır.

Spora katılım güdüsü ölçeğinin, takım üyeliği/ruhu alt boyutunda 8-14 yaş ile 18-25 yaş arasında 8-14 yaş arası lehine ($p=0.00$), 15-17 yaş ile 18-25 yaş arasında 15-17 yaş arası lehine ($p=0.00$) anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir.

4.5 ARAŞTIRMANIN BEŞİNCİ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR

Judocuların başarı algısı ve spora katılım güdülerinin eğitim durumuna göre ortalama ve standart sapma değerleri nelerdir?

Tablo 4. 5. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Eğitim Durumlarına Göre Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

| Değişkenler | İlköğretim | | Lise | | Lisans ve Üstü | | Toplam | |
|----------------------------------|------------|------|------|------|----------------|------|--------|------|
| | X | SS | X | SS | X | SS | X | SS |
| Başarı Algısı | | | | | | | | |
| Görev Yönelimi | 3.87 | 0.25 | 3.72 | 0.14 | 3.97 | 0.21 | 3.85 | 0.23 |
| Ego Yönelimi | 3.47 | 0.21 | 3.30 | 0.12 | 3.68 | 0.17 | 3.48 | 0.19 |
| Spora Katılım Güdüsü | | | | | | | | |
| Başarı/Statü | 1.28 | 0.31 | 1.40 | 0.40 | 1.42 | 0.47 | 1.38 | 0.41 |
| Takım Üyeliği/Ruhu | 1.10 | 0.23 | 1.32 | 0.46 | 1.55 | 0.57 | 1.35 | 0.49 |
| Fiziksel Uygunluk/Enerji Harcama | 1.29 | 0.30 | 1.20 | 0.30 | 1.33 | 0.39 | 1.32 | 0.38 |
| Eğlence | 1.44 | 0.40 | 1.41 | 0.43 | 1.53 | 0.47 | 1.45 | 0.44 |
| Arkadaşlık | 1.46 | 0.51 | 1.62 | 0.51 | 1.75 | 0.57 | 1.60 | 0.53 |
| Yarışma | 1.37 | 0.48 | 1.31 | 0.46 | 1.49 | 0.58 | 1.30 | 0.50 |
| Hareket/Aktif Olma | 1.16 | 0.35 | 1.25 | 0.46 | 1.35 | 0.51 | 1.26 | 0.46 |
| Beceri Geliştirme | 1.05 | 0.10 | 1.16 | 0.27 | 1.23 | 0.37 | 1.16 | 0.28 |

Judocuların eğitim durumlarına göre başarı algıları ortalama değerleri incelendiğinde; en yüksek ortalamanın görev yönelimi algısı ortalaması ($X=3.97$, $SS=0.21$) olduğu ve lisans ve üstü eğitim düzeyinde gerçekleştiği, en düşük ortalamanın ego yönelimi algısı ortalaması ($X=3.30$, $SS=0.12$) olduğu ve lise düzeyinde gerçekleştiği görülmektedir. Judo sporcularının eğitim durumlarına göre spora katılım algılarının ortalama değerleri incelendiğinde; en düşük ortalamanın beceri geliştirme ortalaması olduğu ($X=1.05$, $SS=0.10$) ve ilköğretim düzeyinde gerçekleştiği, en yüksek ortalamanın arkadaşlık ortalaması ($X=1.75$, $SS=0.57$) olduğu ve lisans ve üstü eğitim düzeyinde gerçekleştiği görülmektedir. (Spora katılım güdüsü ölçeğinde düşük değer o maddenin önemli olduğunu göstermektedir)

4.6 ARAŞTIRMANIN ALTINCI ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR

Judocuların başarı algıları ve spora katılım güdülerini arasında eğitim durumuna göre istatistiksel bakımdan anlam ifade eden bir farklılık bulunur mu?

Tablo 4. 6. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdülerinin Eğitim Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (Manova) Testi Sonuçları

| Hotelling's Trace | Değer | F | Hipotez SD | Hata SD | Anlamlılık (p) |
|----------------------|-------|------|------------|---------|----------------|
| Başarı Algısı | 0.23 | 0.93 | 4.00 | 322.00 | 0.44 |
| Spora Katılım Güdüsü | 0.20 | 1.98 | 16.00 | 310.00 | 0.01* |

Sporcuların başarı algılarını ve spora katılım güdülerini eğitim durumuna göre test eden bir yöntem olan Manova'nın sonuçlarına göre; eğitim düzeyi ve başarı algısı (Hotelling's $T = 0.23$; $F(4, 322) = 0.93$; $p > 0.05$) kavramı ile ilgili istatistiksel bir farklılık olmadığı gösterilmiştir. Bununla birlikte, analiz sporcuların eğitim durumuna göre spora katılımı etkileyen güdüler arasında istatistiksel bir fark bulmuştur. (Hotelling's $T=0.2$; $F(16, 310)=1.98$; $p<0.05$).

Hangi gruplar arasında fark olduğunu test etmek için Post Hoc testlerinden Tukey yapılmıştır. Takım Üyeliği/Ruhu alt boyutu için ilköğretim ile lisans ve üstü eğitim arasında ilköğretim lehine ($p=0.00$) anlam ifade eden bir farklılık lise ile lisans ve üstü eğitim arasında lise eğitim lehine ($p=0.02$) anlam ifade eden bir farklılık olduğu anlaşılmıştır. Beceri gelişimi alt boyutunda ilköğretim ile lisans ve üstü eğitim arasında ilköğretim lehine ($p=0.01$) anlam ifade eden bir farklılık olduğu anlaşılmıştır.

4.7 ARAŞTIRMANIN YEDİNCİ ALT PROBLEMİNE İLİŞKİN BULGULAR

Judocuların başarı algıları ve spora katılım güdeleri arasında istatistiksel olarak bir ilişki var mıdır?

Korelasyon iki değişken arasında ilişki olup olmadığını belirlemek, ilişki varsa bu ilişkinin düzeyini tespit etmek amacıyla kullanılan istatistiksel bir yöntemdir. Korelasyon analizinde değişkenler -1 ile +1 arasında bir değer alır. Değerin -1'e yaklaşması değişkenler arasında ters yönlü, +1'e yaklaşması aynı yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir. Korelasyon yorumlanırken; 0.00 ile 0.30 arasındaki değerler daha az ilişkilidir, 0.30 ile 0.70 arasındaki değerler orta derecede ilişkilidir ve 0.70 ve 1.00 arasındaki değerler oldukça önemlidir. (Büyüköztürk, 2009).

Tablo 4. 7. Sporcuların Başarı Algısı ve Spora Katılım Güdüleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları

| Değişkenler | | Başarı/Statü | Takım Üyeliği/Ruhu | Fiziksel Uygunluk | Eğlence | Arkadaşlık | Yarışma | Hareket/Aktif Olma | Beceri Geliştirme |
|-----------------------|---|--------------|--------------------|-------------------|---------|------------|---------|--------------------|-------------------|
| Görev Yönelimi | r | 0.05 | 0.02 | 0.10 | -0.08 | 0.01 | 0.00 | 0.02 | 0.10 |
| | p | 0.52 | 0.78 | 0.20 | 0.28 | 0.90 | 0.96 | 0.74 | 0.16 |
| Ego Yönelimi | r | 0.17* | -0.08 | 0.01 | -0.01 | 0.04 | 0.13 | 0.00 | 0.09 |
| | p | 0.02 | 0.30 | 0.88 | 0.84 | 0.53 | 0.08 | 0.96 | 0.25 |

Test sonuçları başarı / statü ($r = 0.05$; $p > 0.05$), takım üyeliği / ruhu ($r = 0.02$; $p > 0.05$), fiziksel uygunluk / ($r = 0.10$; $p > 0.05$) ve eğlence ($r = -0.08$; $p > 0.05$), arkadaşlık ($r = 0.01$; $p > 0.05$), yarışma ($r = 0.01$; $p > 0.05$), hareket / aktif olma ($r = 0.03$; $p > 0.05$), beceri geliştirme ($r = 0.10$; $p > 0.05$)) Spora katılım boyutları arasında istatistiksel olarak anlamsız bir ilişki vardır.

Takım üyeliği / ruhu ($r = -0.08$; $p > 0.05$), fiziksel uygunluk / enerji harcaması ($r = 0.01$; $p > 0.05$), eğlence ($r = -0.02$; $p > 0.05$), ego yönelimi alt seviyeleri ($r = 0.05$ ile takım üyeliği; $p > 0.05$), yarışma ($r = 0.13$; $p > 0.05$), hareket / aktif olma ($r = -0.01$; $p > 0.05$) ve beceri gelişimi ($r = 0.09$; $p > 0.05$) arasında anlamlı bir korelasyon yoktu. Ego merkezli alt boyutun başarı / statü arasında sadece hafif bir pozitif korelasyon bulundu. ($r=0.17$; $p<0.05$)

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

5.1 TARTIŞMA

Spor, günümüz dünyasında insanlar tarafından çok çeşitli şekillerde anlaşılabilmektedir. Kimi insanların hayatında ufak çaplı yere sahipken, bazı insanlarda çok önemli bir durum haline gelebilmektedir. Sporun kişide ne etki bıraktığı ve sporcunun spordan ne beklediği farklılaşabilmektedir. Yaşanılan çevre, ekonomik şartlar ve sosyal yaşam gibi hayatın içinde olan durumlar kişilerde farklı çıkarımlar olarak ruhsal yapılarını etkileyebilmektedir. Bu etkiler insanların olaylara karşı bakış açılarını ve olaylara karşı verdikleri tepkileri yönlendirebilir. İnsanın mevcut durumu bu etkilerin oluşmasında ve harekete geçmesinde çok önemli yer tutabilmektedir. Bu araştırmanın hedef grubu olan elit seviye sporcular ise aktivite esnasında genellikle mücadele halindedirler. Bu mücadeleden beklenen kazanımın ve mücadele esnasındaki psikolojik durumun tespiti amacıyla farklı yaş, cinsiyet ve eğitim durumuna sahip 166 sporcu incelenmiştir. Bu sporcuların mevcut durumları tespit edilmeye çalışılmıştır.

Kadın judocuların başarı algıları ortalama değerleri incelendiğinde; görev yönelim ortalaması ego yönelim ortalamasından daha yüksek sonucu ortaya çıkmaktadır. Erkek judocuların başarı algıları ortalama değerleri incelendiğinde ise yine görev yönelimi ortalamasının ego yönelim ortalamasından daha yüksektir. Duda (1995) üniversiteliler üzerine yaptıkları hedef yönelimi araştırmasında, görev yönelimin kadınlarda daha baskın olduğunu tespit etmişlerdir. Bu çalışma bizim çalışmamızı destekler niteliktedir.

Spora katılım puanları incelendiğinde ise hem kadın hem erkek sporcularda beceri gelişimi en iyi puanı elde etmiştir. Arkadaşlık alt boyutu ise katılım güdüsü olarak en kötü puana sahip olmuştur.

Bozkurt (2014) yaptığı çalışmasında hem kadın hem erkek sporcularda hedef yönelim türlerinden görev yönelimin baskın olduğunu tespit etmiştir. Spora katılım puanları dikkate alındığında ise erkek ve kadın sporcularda değerli puanı beceri gelişimi, degersiz puanı ise erkeklerde eğlence, kadınlarda ise arkadaşlık olarak tespit etmiştir. Kadınlarda ortaya çıkan bu alt boyut haricinde çalışmamız bu araştırmayla paralellik göstermektedir.

Sporcuların başarı algıları ve spora katılım güdülerinin cinsiyete göre MANOVA sonuçları; cinsiyete göre başarı algısı puanları istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığını göstermiştir. Bunun yanı sıra, yapılan analizler sporcuların cinsiyete göre spora katılım güdüsü puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur. Karac'ın çalışması (2017), erkek ve kadın sporcuların hedef yönelim ve ego yönelim puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulamamıştır. Canpolat ve Kazak (2011) yaptıkları çalışmada, sporcuların hedef yönelimleri ile ego yönelimleri arasında bir fark bulamamışlardır. Judo sporcularının yaş dağılımlarına göre başarı algıları ortalama değerleri incelendiğinde; en yüksek ortalamanın görev yönelimi algısı ortalaması olduğu ve 18-25 yaş aralığında gerçekleştiği, en düşük ortalamanın ego yönelimi algısı ortalaması olduğu ve 15-17 yaş aralığında gerçekleştiği görülmektedir. Judocuların yaş dağılımlarına göre spora katılım algılarının ortalama değerleri incelendiğinde; en iyi ortalamanın beceri geliştirme ortalaması olduğu ve 8-14 yaş aralığında gerçekleştiği, en düşük ortalamanın arkadaşlık ortalaması olduğu ve 18-25 yaş aralığında gerçekleştiği görülmektedir.

Saap and Haubenstricker (1978) yaptıkları araştırmalarında okul dışı spora katılan ve yaşları 11 ile 18 arasında değişen toplamda 1000 katılımcılı çalışmalarında spor güdülenmesini incelemişlerdir. Ortaya çıkan sonuçlara göre ana güdü kaynağının beceri gelişimi olduğunu tespit etmişlerdir. Yaptıkları bu araştırma, yaptığımız çalışmayı destekler niteliktedir.

Beceri geliştirmek ve başarı kazanmak gibi güdülerin 25 yaş üstü grupta bariz şekilde önemli olduğu saptanmıştır. Arkadaşlık ve yarışma gibi güdülerin ise düşük puanlar aldığı görülmüştür. Takım üyeliği ve yarışma gibi güdülerin 18-25 yaş grubundaki katılımcılarda çok önem arz etmediği, bu katılımcıların fiziksel uygunluk ve beceri geliştirme güdülerine yüksek oranda sahip olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

Aktif olma ve beceri geliştirme güdülerinin 15-17 yaş grubundaki katılımcılarda önemli olduğu, arkadaşlık ve başarı kazanma güdülerinin bu yaş grubunda önemli olmadığı tespit edilmiştir. Beceri gelişimi ve takım üyeliği güdülerinin 8-14 yaş grubunda çok önemli olduğu görülmüştür.

Sporcuların başarı algılarını ve spor güdülerini yaş değişkenine uygun test etmek üzere tasarlanmış tek taraflı MANOVA sonuçlarına göre; yaşa dayalı başarı algıları puanları

arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir. Ek olarak, analiz sporcuların yaşı ile spora katılma istekleri arasında istatistiksel bir fark bulmuştur. Başoğlu (2017)'nin Yıldız Erkek Grekoromen Güreş Milli Takım sporcularının öz yeterlik ve başarı algısı düzeylerini inceleyen araştırmasına bakıldığında, başarı algısı ölçeği puanlarının ortalamaları yaş durumuna göre anlamlı farklılık göstermemiştir. Elde ettiğimiz sonuçlar bu araştırma ile paralellik göstermemektedir.

Başarı algısı ölçeğinin görev yönelimi alt boyutunda; farkın 18-25 yaş grubunun lehine olduğu sonucunu ortaya çıkarmıştır. Ego yönelimi boyutunda çıkan sonuç ise yine 18-25 yaş kategorisine aittir.

Judocuların eğitim durumlarına göre başarı algıları ortalama değerleri incelendiğinde; en yüksek ortalamanın görev yönelimi algısı ortalaması olduğu ve lisans ve üstü eğitim düzeyinde gerçekleştiği, en düşük ortalamanın ego yönelimi algısı ortalaması olduğu ve lise düzeyinde gerçekleştiği görülmektedir. Judocuların eğitim durumlarına göre spora katılım algılarının ortalama değerleri incelendiğinde; en önemli ortalamanın beceri geliştirme ortalaması olduğu ve ilköğretim düzeyinde gerçekleştiği, en önemsiz ortalamanın arkadaşlık ortalaması olduğu ve lisans ve üstü eğitim düzeyinde gerçekleştiği görülmektedir.

Ortaya çıkan sonuçlar göstermiştir ki, eğitim düzeyi düştükçe bireylerin statü kazanma güdüsü daha aktif hale gelmektedir. Eğitim düzeyi artan bireylerin diğer insanlardan bağımsız hareket etme durumları sonucu ortaya çıkmış, arkadaşlık ve takım üyeliği gibi güdülerin önemsiz olduğu tespit edilmiştir. Hareket etme ve aktif olma güdülerinin eğitim düzeyi arttıkça daha önemsiz hale geldiği görülmüştür.

Sporcuların başarı algıları ve spora katılım güdülerini eğitim durumuna göre anlamlandırmak amacıyla yapılan testlerde eğitim durumuna göre başarı algısı puanlarında anlamlı fark olmadığını göstermiştir. Bununla birlikte, yapılan analizler judocuların eğitim durumuna göre spora katılan katılımcılarının puanları arasında istatistiksel bir fark bulunmuştur. Takım Üyeliği/Ruhu alt boyutu için ilköğretim ile lisans ve üstü eğitim arasında ilköğretim lehine anlam ifade eden bir fark olduğu, lise ile lisans ve üstü eğitim arasında lise eğitimi tercihlerde önemli farklılıklar bulunmuştur. Beceri geliştirme alt boyutunda ilköğretim ile lisans ve üstü eğitim arasında ilköğretim lehine anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir.

Çalışmamız, görev yönelimi ile başarı (statü), ekip üyeliği, enerji tüketimi, eğlence, arkadaşlık, yarışma, hareket (aktivite) ve beceri gelişimi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Karaç (2017) atletizm sporcuları ile yaptığı araştırmada görev yönelimi ile fiziksel uygunluk/enerji harcama, eğlence, arkadaşlık ve takım üyeliği/ruhu arasında düşük bir ilişki olduğunu; başarı/statü, yarışma, hareket/aktif olma ve beceri geliştirme arasında orta düzeyde bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Altıntaş (2010) genç futbol oyuncularının görev yönelimi ile ekip üyeliği / ruh ve beceri gelişimi için olumlu ilişkiler olduğunu; görev yönelimi ile diğer alt boyutlar arasında bir ilişki olmadığını belirlemiştir.

Çalışmamız, ego yönelimi ile ekip üyeliği, enerji harcama, eğlence, arkadaşlık, yarışma, hareket etme, başarı ve beceri gelişimi alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Ego yönelimi ile başarı / statü alt boyutu arasında daha az pozitif bir korelasyon bulunmuştur. Karaç (2017) atletizm sporcuları ile yaptığı araştırmada ego yönelimi ile hareket/aktif olma, beceri geliştirme, arkadaşlık ve takım üyeliği/ruhu arasında düşük bir ilişki olduğunu; fiziksel uygunluk/enerji harcama, eğlence, başarı/statü, yarışma, arasında orta düzeyde bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Altıntaş (2010) genç futbol oyuncularının ego yönelimleri ile yarışma arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğunu; ego yönelimi ile diğer alt boyutlar arasında bir ilişki olmadığını belirlemiştir. Bizim araştırmamız ile bu araştırmalarda ortaya çıkan sonuçlar bazı alt boyutlarda ilişki olmaması açısından benzerlikler göstermektedir. Bu araştırmalardaki sonuçlar farklı branşlardaki sporcuların spora katılım güdüsü alt boyutları ile başarı güdüsü alt boyutları arasındaki ilişkinin farklı düzeyde olduğu sonucunu ortaya koymuştur.

5.2 SONUÇ

Günümüz dünyasında sporun sadece fiziksel unsurlardan oluşmadığı anlaşılmaya başlanmıştır. Yapılan çeşitli araştırmalar sonucunda yapılan çıkarımlara göre, sporun psikolojik yönünün fiziksel etkenler üzerinde tamamlayıcı bir unsur olduğunu göstermiştir. Çünkü insan denilen canlı sadece kastan ve kemikten ibaret değildir. İnsanı diğer canlılardan ayıran ve yaratılış fitratında olan, diğer canlılardan üstün olmasını sağlayan bir özelliği vardır. Bu özellik ‘Düşünme’ dir. İnsana verilen en büyük lütuf olan düşüncenin üzerinde, ne bir silah ne de başka bir güç vardır. Bu sebeple kişi, sahip

olduğu bu hazineyi kullanma noktasında başarılı olmak istemektedir. Ancak çeşitli psikolojik etkenler (korku, sevinç, üzüntü, öfke, kızgınlık vs.) kişinin ortaya koyacağı performansı doğrudan etkilediğinden, bu etkileri en aza indirmek ve duyguları olumlu yönde kullanmak için destek alınması gerekmektedir. Çünkü duygularını yaptığı işle doğru orantıda kullanmayan insanların yaptıkları işte başarılı olması pek mümkün değildir.

Sporcular bir takım teknikler kullanarak başarılarını arttırmaya çalışırlar. Ancak bu tekniklerin uygulanış biçimi ve doğruluğu önem arz etmektedir. Sonuç olarak, sporcular psikolojik engelleri aşmadan, duygularına hakim olamadan yaptıkları çalışmalarda başarıya ulaşmaları pek mümkün değildir. Çalışmamız esnasında anlaşılmıştır ki, sporun zihinsel yönü fiziksel yönü kadar gelişmemiştir. Bu iki unsurun beraber şekilde çalışması sonucunda elbet sporcular ve ülkemiz karlı çıkacaktır. Çünkü, sporda başarılı milletlerde bu sebep sonuç ilişkisini görmekteyiz.

İnsanın psikolojik durumu sağlığı açısından önem taşımaktadır. Başarı algısı ve güdülenmede bu psikolojik durumun içerisinde yer almaktadır. Bu yapıların olumlu yönde istikamet alması, etkin ve verimli bir biçimde kullanılması, kişinin spor hayatında daha başarılı olmasına sebebiyet verecektir.

Bu araştırma esnasında ve sonucunda elde edilen kazanımlar neticesinde bazı önerilerde bulunmak gerek bireylere gerekse topluma olumlu yönde etkiler bırakacaktır.

5.3 ÖNERİLER

1. Güdülenmenin ve başarı algısının önemi sporculara benimsetilmelidir.
2. Sporculara güdülenme ve başarı algısı üzerine eğitimler verilmelidir.
3. Sporculara yönelik başarı algısı ve güdülenme tespiti yapılmalıdır.
4. Sporcuların içsel ve dışsal güdülenmelerini olumlu yönde etkileyecek antrenman programları oluşturulmalıdır.
5. Sporcuların başarı algılarına yönelik hedef planlamaları yapılmalıdır.
6. Sporcu aileleri bu konularda bilgilendirilmelidir.
7. Sporcuların sahip oldukları kişisel özelliklere göre (yaş, cinsiyet, eğitim, kültürel, sosyo-ekonomik) duygusal yaklaşımlar benimsenmelidir.
8. Bu araştırmaya benzer ancak daha çok değişken eklenerek farklı çalışmalar yapılabilir.

9. Bu araştırma farklı branşlara uygulanabilir.



KAYNAKÇA

- Abele, A.E. & Alfermann, D. (2001). *Sport and exercise psychology: Overview*. In N. J. Smelser & P. B. Baltes (Editors-in Chief). *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, Amsterdam: Elsevier, pp. 14909-14913.
- Aktop, A. (2002). Spora Özgü Başarı Motivasyonu ile Psikolojik ve Yapısal Özellikler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Aktop, A.& Akkoyun, H. (2011). Participation Motives of Primary School Athletes. *Scientific Report Series Physical Education and Sport*. 15 (1), 263-266.
- Altıntaş, A. (2010). Sporcuların Hedef Yönelimleri, Algılanan Güdüsel İklimleri ve Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Cinsiyete ve Deneyim Düzeyine Göre Karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Altıntaş, A., Bayar-Koruç P. & Akalan, C. (2012). Sporcuların Hedef Yönelimleri, Algılanan Güdüsel İklimleri ve Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Cinsiyete ve Deneyim Düzeyine Göre Karşılaştırılması. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*. 4(1), 1-15.
- Altıntaş, A., Hacıoğlu, O., Sağıtürk, B., Belman, C. & Aşçı, F.H. (2010). Genç Futbol Oyuncularının Spora Katılım Güdüleri ve Başarı Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Türkiye Klinikleri J Sports Sci*. 2(1), 26-31.
- Ames, C. & Archer, J. (1988). Achievement Goals in the Classroom Students' Learning Strategies and Motivation Processes. *Journal of Educational Psychology*. 80, 260-267.
- Atkinson, J. W. (1964). *An introduction to motivation*. Princeton, N.J.: Van Nostrand.
- Baron, R.A. (1983). *Behaviour in organisations*. New York: Allyn & Bacon, Inc.
- Başoğlu, B. (2017). Grekoromen Yıldız Erkek Güres Milli Takım Oyuncularının Başarı Algisi ve Özyeterlilik Düzeylerinin İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 2(1), 31-40.

- Bozkurt, Ş. (2014). Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Katılım Motivasyonu, Başarı Algısı ve Öz-yeterliliklerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Brodkin, P. & Weis, M.R. (1990). Developmental Differences In Motivation For Participating in Competitive Swimming. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 12, 248-263.
- Buonamano, R. R., Cei, A. A.& Mussino, A. A. (1995). Participation Motivation in Italian Youth Sport. *Sport Psychologist*. 9(3), 265-281.
- Büyüköztürk, Ş. (2009). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (10. bs). Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Canpolat, A.M. & Çetinkalp, Z.K. (2011). İlköğretim II. Kademe Öğrenci Sporcularının Başarı Algısı ve Öz-Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*. 13 (1), 14–19.
- Carpenter, P.J. & Yates, B. (1997). Relationship Between Achievement Goals and the Perceived Purposes of Soccer for Semi-Professional and Amateur Players. *J Sport Exerc Psychology*. 19, 302- 311.
- Carr, S.& Weigand, D.A. (2001). Parental, Peer, Teacher and Sporting Hero Influence on the Goal Orientations of Children in Physical Education. *European Physical Education Review*. 7(3), 305-328.
- Chantel, Y., Guay, F., Debreva-Martinova, T. & Vallerand, R. J. (1996) Motivation and elite performance: An exploratory investigation with Bulgarian athletes. *International Journal of Sport Psychology*. 27, 173–182.
- Cüceloğlu, D. (2005). *İnsan ve davranışı*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Çelebi-Atalay, M. (1993). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Fiziksel Aktivite Kulüplerinde Bulunan Lider Tipleri. *Yüksek Lisans Tezi*, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Daşdan, E. N. (2006). Beden Eğitimi Derslerindeki Öğrencilerin Algıladıkları Güdüsel İklimleri: Ölçek Uyarlama Çalışması. *Yüksek Lisans Tezi*, Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.

- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Duda, J. L. (1989). Relationship Between Task and Ego Orientation and the Perceived Purpose of Sport Among High School Athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 11(3), 318-335.
- Duda, J. L. & Hom, H. L. (1993). Interdependencies Between the Perceived and Self-Reported Goal Orientations of Young Athletes and Their Parents. *Pediatric Exercise Science*. 5(3), 234-241.
- Duda, J.L. & Hall, H. (2001). Achievement goal theory in sport: Recent extensions and future directions. *Handbook of Sport Psychology*. 417- 443.
- Elliot, A. J. & Harackiewicz, J. M. (1994). Goal Setting, Achievement Orientation, and Intrinsic Motivation: A Mediational Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*. 66(5), 968.
- Erkuş, A. (2017). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Gill, D.L., Gross, J.B. & Huddleston, S. (1983). Participation Motivation in Young Sports. *International Journal of Sport Psychology*. 14, 1-14.
- Gould D., Feltz D & Weiss, M. (1985). Motives for Participating in Competitive Youth Swimming. *International Journal of Sport Psychology*. 5, 390-409.
- Gök, A., Birol, S.S. & Aydın, E. (2018). Farklı Değişkenlere Göre Atletizm Kros Sporcularının Başarı Algısı ve Hayal Etme Düzeyleri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 11,60.
- Harter S. (1987). Effectance Motivation Reconsidered: Toward a Developmental Mode. *Human Development*. 21, 34-64.
- Hausenblas, H. A., Brewer, B. W. & Van Raalte, J. L. (2004). Self-Presentation and Exercise. *Journal of Applied Sport Psychology*. 16(1), 3-18.
- Hellandsig, E.T. (1998). Motivational Predictors of High Performance and Discontinuation in Different Types of Sports Among Talented Teenage Athletes. *International Journal of Sport Psychology*. 29(1), 27-44.

- İlhan, L.& Gencer, E. (2013). Liselerarası Badminton Müsabakalarına Katılan Sporcu-Öğrencilerin Spora Katılım Motivasyonlarının Belirlenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 18(1-4), 1-6.
- Karaç, Y. (2017). Sporcu Eğitim Merkezlerindeki Atletizm Branşı Öğrenci-Sporcuların Başarı Algıları ile Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi. *Doktora tezi*, Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çorum.
- Karasar, N. (2001). *Araştırmalarda rapor hazırlama*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım,
- Kaya, Y.K. (1993). *Eğitim yönetimi*. Ankara: Set Ofset Matbaacılık.
- Kazak-Çetinkalp, Z. (2006). The Validity and Reliability Study of “the Children's Version of the Perception of Success Questionnaire-POSQ-CH” for Turkish Athletes. *9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı*, 1325-7.
- Kelecek, S. (2013). Sporcuların Tutkunluk Düzeylerinin; Optimal Performans, Duygu Durumu, Güdüsel Yönelim ve Hedef Yönelimini Belirlemedeki Rolü. *Yüksek Lisans Tezi*, Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Klint, K. & Weiss, MR. (1986). Dropping in and out: Participation motives of current and former youth gymnasts. *Canadian Journal of Applied Sport Science*. 11, 106-114.
- Kolt, G.S., Kikby, R.J., Bar-Eli, M., Blumenstein, B., Chadha, N.K., Liu, J. & Kerr, G. (1999). A Cross-Cultural Investigation of Reason for Participation in Gymnastics. *International Journal of Sport Psycholog*. 30, 381-398.
- Lee, M.J., Whitehead, J. & Balchin, N. (2000). The measurement of values in youth sport: Development of the Youth Sport Values Questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 22, 307–326.
- Longhurst, K. & Spink, K.S. (1987) Participation motivation of Australian children involved in organized sport. *Canadian Journal of Sport Science*. 12, 24–30.
- McCullagh, P., Matzkanin, K. T., Shaw, S. D.& Maldonado, M. (1993). Motivation for Participation in Physical Activity; A Comparison of Parent-child Perceived Competencies and Participation Motives. *Pediatric Exercise Science*. 5(3), 224-233.

- McMillan, J. H. (2000). *Educational research, fundamentals for the consumer*. USA: Longman.
- Moran, A. (2004). *Sport and exercise psychology. A Critical introduction*. New York: Roudledge.
- Morgan, C.T. & Karakaş, S. Eski, R. (Ed.) (2013). *Psikolojiye giriş*. Konya: Eğitim Kitapevi Yayınları.
- Morgan, T.C. & Karakaş, S. (Ed.) (1993). *Psikolojiye giriş*. Konya: Meteksan.
- Nicholls, J.G. & Dweck, C.S. (1979). *A Definition of Achievement Motivation. Unpublished Manuscript*. Champaign: University of Illinois at Urbana.
- Oyar, B. Z., Asçı, F.H., Çelebi, M. & Mülazimoğlu, Ö. (2001). Spora Katılım Güdüsü Ölçeği'nin Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe*.12 (2), 21-32.
- Önen, L. & Tüzün, M.B. (2005). *Motivasyon*. İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Özdamar, K. (1999). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi1*. Eskişehir: Kaan Kitabevi.
- Roberts, G. C., Kleiber, D. A. & Duda, J. L. (1981). "An Analysis of Motivation in Children's Sport: The Role of Perceived Competence in Participation". *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 3, 3, 206- 216
- Roberts, G.C., Treasure, D.C. & Balague, G. (1998). Achievement goals in sport: the development and validation of the Perception of Success Questionnaire. *Journal of Sports Sciences*. 16(4), 337-347.
- Ryan RM., Frederick CM., Lepes D., Rubio N.& Sheldon KM. (1997). Intrinsic motivation end exercise adherence. *International Journal of Sport Psychology*. 28, 14.
- Sapp, M. & Haubenstricker, J. (1978). Motivation for joining and reasons for not continuing in youth sport programs in Michigan, (Horn, T.S., Ed.), (2002), *Advances in Sport psychology*, Champaign, Ill :Human Kinetics.
- Sage G. H. (1984). *An Introduction to motor behavior*. Wesley: Reading M. A.: Addison.

- Schunk, D. H., Pintrich, P. R. & Meece, J. L. (2008). *Motivation in education: theory, research, and applications*. New Jersey: Pearson/Merrill Prentice Hall.
- Sit, C.H.P. & Lindner, K.J. (2006). Situational State Balances and Participation Motivation in Youth Sport: A Reversal Theory Perspective. *British Journal of Educational Psychology*. 76, 369–384.
- Şirin, E. F. (2008). Futbolcu Kızların (12-15 Yaş) Spora Katılım Motivasyonlarının Belirlenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 6(1), 1-7.
- Türk Dil Kurumu, Türk Dil Kurumu Sözlükleri, (2020). <https://sozluk.gov.tr/> [erişim tarihi: 10 Ocak 2020].
- Tiryaki, S. & Gödelek, E. (1997). Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinin Türk Sporcuları İçin Uyarlanması Çalışması. *Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu*, Bildiri Kitapçığı. Bağırğan Yayınevi, Ankara.
- Toros, T. (2001). Elit ve Elit Olmayan Erkek Basketbolcularda Hedef Yönelimi, Güdüsel İklim ve Hedeflerin Özgünlük Güçlük Derecesi Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Ünlü, S.H.A. (2001). *Psikoloji*. Anadolu Üniversitesi Açık öğretim Yayınları, Eskişehir.
- Valdevit, Z. (2013). Goal Orientation and Perception of Motivational Climate Initiated by Parents of Female Handball Players of Different Competition Levels. *Facta Universitatis: Series Physical Education and Sport*. 11(3), 337-345.
- Wankel, L.M. & Kreisel, P.S.J. (1985). Factors Underlying Enjoyment of Youth Sports: Sport and age Group Comparisons. *Journal of Sport Psychology*. 7, 51-64.
- Weiss, M.R. & Chaumeton, N. (1992). Motivational Orientations in Sport. (Horn, T.S., Ed.) *Advances in Sport Psychology*. (2002), Champaign: Human Kinetics Publishers.
- White, S. A. & Zillner, S. R. (1996). The Relationship Between Goal Orientation Beliefs About the Cause of Sport Success, and Trait Anxiety Among High School Intercollegiate, and Recreational Sport Participants. *The Sport Psychologist*. 10, 58-72.

Yan, JH. & Penny M. (2004). Cultural influence in youth's motivation on physical activity. *Journal of Sport Behav.* 27, 4.

Yılmaz, V. (2002). Çocuk Sporlarında Katılım Motivasyonu Çocuklar Spora Neden Katılırlar?. *Atletizm ve Bilim.* 46 (2), 26-39.



EKLER

EK 1: ANKET FORMU

Sn. Katılımcı,

Bu anket yüksek lisans tezinde kullanılmak üzere oluşturulmuştur. Verilen bilgiler gizli tutulacak ve kesinlikle araştırma dışında kullanılmayacaktır. Katılımcılardan kimlik bilgisi veya özel bilgiler istenmeyecektir. Soruları içtenlik ve samimiyetle cevaplayacağınızı umarak tüm katılımcılara teşekkür ediyorum.

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetiniz:

Kadın Erkek

2. Yaşınız:

3. Eğitim Düzeyiniz:

İlköğretim Lise
 Lisans Lisansüstü

BAŞARI ALGISI ÖLÇEĞİ

| | Kesinlikle katılmıyorum | Katılmıyorum | Kararsızım | Katılıyorum | Kesinlikle katılmıyorum |
|--|-------------------------|--------------|------------|-------------|-------------------------|
| Spor yaparken, diğer sporcuları yendiğim zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, belirgin bir biçimde üstün olduğum zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, en iyi ben olduğum zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, çok çabıştığım/ emek verdiğim zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, belirgin bir biçimde kişisel gelişim gösterdiğim zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, rakiplerimden daha iyi performans sergilediğim zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, belirlediğim bir hedefe ulaştığım zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, zorlukların üstesinden geldiğim zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, kişisel hedeflerime ulaştığım zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, kazandığım zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, diğer sporculara en iyi olduğumu gösterdiğim zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Spor yaparken, sahip olduğum yeteneğimin en iyisini uyguladığım zaman kendimi çok başarılı hissederim. | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

SPORA KATILIM GÜDÜLENMESİ ÖLÇEĞİ

Yönerge: Aşağıda verilmiş olan ifadeler, kişilerin spora (aktivite vb.) katılmalarını sağlayan sebeplerden bir kaçıdır. LÜTFEN her ifadeyi çok dikkatli okuyun ve SİZİN SPORA KATILIM SEBEBİNİZİ TANIMLAYAN İFADEYE KARAR VERİN ve sizin için önemini ilgili kutuya (X) işaretini koyarak belirtin.

| | | Çok Önemli | Az Önemli | Hiç Önemli Değil |
|-----|--|---------------|--------------|------------------------|
| 1. | Becerlerimi geliştirmek istiyorum | | | |
| 2. | Arkadaşlarımla olmak istiyorum | | | |
| 3. | Kazanmayı severim | | | |
| 4. | Enerjimi tüketmek istiyorum | | | |
| 5. | Seyahati severim | | | |
| 6. | Formumu korumak istiyorum | | | |
| 7. | Heyecanı severim | | | |
| 8. | Takım çalışmasını severim | | | |
| 9. | Ailem veya yakın arkadaşlarımı oynamamı istiyor | | | |
| 10. | Yeni beceriler öğrenmek istiyorum | | | |
| 11. | Yeni arkadaşlarla tanışmak istiyorum | | | |
| 12. | İyi olduğum bir konuda bir şeyler yapmak isterim | | | |
| 13. | Stresimi atmak istiyorum | | | |
| 14. | Ödül kazanmayı severim | | | |
| 15. | Egzersiz yapmayı severim | | | |
| 16. | Bir şeylerle uğraşmak hoşuma gider | | | |
| 17. | Hareketi severim | | | |
| 18. | Takım ruhunu severim | | | |
| 19. | Eviden çıkmayı severim | | | |
| 20. | Rekabeti severim | | | |
| 21. | Önemli olduğumu hissetmek hoşuma gider | | | |
| 22. | Takımda olmayı severim | | | |
| 23. | Branşumda yükselmeyi isterim | | | |
| 24. | Fiziksel olarak sağlıklı olmak istiyorum | | | |
| 25. | Popüler olmak isterim | | | |
| 26. | Meydan okumayı severim | | | |
| 27. | Liderleri, antrenörleri veya eğiticileri severim | | | |
| 28. | Statü ve saygınlık kazanmak isterim | | | |
| 29. | Eğlenceyi severim | | | |
| 30. | Malzeme ve tesislerden faydalanmak isterim | | | |

ÖZGEÇMİŞ

Fatih Torun, tüm hayatını İstanbul'da yaşamıştır. İlk, orta ve lise eğitimini tamamladıktan sonra, lisans eğitimini Marmara Üniversitesinde ve yüksek lisans eğitimini de Gelişim Üniversitesinde tamamlamıştır. Eğitim, kültür ve spor hayatına devam etmektedir.

İletişim: TorunfatihTorun@gmail.com

