



T.C.
SİVAS CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİM DALI

TENİS SPORUNA KATILAN ÖĞRENCİLERİN
MOTİVASYONLARINA İLİŞKİN GÖRÜŞLERİNİN
İNCELENMESİ: BİR DURUM ÇALIŞMASI

Yüksek Lisans Tezi

Furkan YILMAZ

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Hüseyin Fatih KÜÇÜKİBİŞ

SİVAS
2025

TENİS SPORUNA KATILAN ÖĞRENCİLERİN MOTİVASYONLARINA İLİŞKİN GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ: BİR DURUM ÇALIŞMASI

Furkan YILMAZ

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin Beden Eğitimi ve Spor
Ana Bilim Dalı, Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dalı İçin Öngördüğü

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Olarak Hazırlanmıştır.

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Hüseyin Fatih KÜÇÜKİBİŞ

Sivas

Haziran, 2025

KABUL VE ONAY

Furkan YILMAZ tarafından hazırlanan “Tenis Sporuna Katılan Öğrencilerin Motivasyonlarına İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi: Bir Durum Çalışması” başlıklı bu çalışma, 20.06.2025 tarihinde yapılan tez savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dalı'nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Dr. Öğr. Üyesi Uğur ÖZER

(Jüri Başkan)

Prof. Dr. Hüseyin Fatih KÜÇÜKİBİŞ

(Danışman)

Dr. Öğr. Üyesi Burhan ÖZKURT

(Üye)

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyeleri tarafından ait olduğunu onaylarım.

Doç. Dr. Aysel ARSLAN

Enstitü Müdürü

ETİK SÖZÜ

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tez Yazım Kılavuzu (Yönerge)'nda belirtilen kurallara uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere, bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu ve atıfta bulunduğum eserlerin tümünü kaynak olarak gösterdiğimi,
- Bütün bilgilerin doğru ve tam olduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı,

Tezin herhangi bir bölümünü, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi veya bir başka üniversitede, bir başka tez çalışması olarak sunmadığımı; beyan ederim.

.../.../.....

Furkan YILMAZ

ÖZET

YILMAZ, Furkan, Tenis Sporuna Katılan Öğrencilerin Motivasyonlarına İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi: Bir Durum Çalışması, Yüksek Lisans Tezi, Sivas, 2025.

Bu araştırmanın amacı tenis sporuna katılan öğrencilerin motivasyonlarını derinlemesine inceleyerek, bu motivasyonu artıran veya azaltan faktörleri belirlemektir. Araştırma kapsamında, öğrencilerin motivasyon düzeylerinin spora katılım sürekliliği, performans ve kişisel gelişim üzerindeki etkileri ele alınmıştır. Çalışmada nitel araştırma desenlerinden biri olan durum çalışması deseni kullanılmıştır. Araştırma verileri yarı yapılandırılmış görüşme formları ile elde edilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye'nin Mersin ilinde ders dışı tenis etkinliklerine katılan 16 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcılar, amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme formları aracılığıyla elde edilen veriler, betimsel analiz ve içerik analizi teknikleri kullanılarak değerlendirilmiştir. Görüşmelerden elde edilen veriler öncelikle anlamlı bütünler hâline getirilmiş; ardından bu veriler, önceden belirlenmiş temalar çerçevesinde düzenlenmiştir. Daha sonra içerik analizinde katılımcıların görüşlerinden elde edilen veriler dikkatli biçimde kodlanmış; tekrar eden ifadeler, ortak kavramlar ve örüntüler belirlenerek kodlara ayrılmıştır. Kodlar, içeriksel benzerliklerine göre kategorilere dönüştürülmüş, ardından bu kategoriler üst düzey yapılar olan temalar altında toplanmıştır. Her katılımcıya bir kod atanarak verilerin gizliliği korunmuş ve verilerin sistematik şekilde sunumu sağlanmıştır. Kodlanan veriler, doğrudan alıntılarla desteklenerek analiz bulgularına derinlik kazandırılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, “Tenise Başlama Motivasyonu Teması”, “Tenise Katılım Motivasyonu Teması”, “Tenise Devam Etme Motivasyonu Teması” olmak üzere üç temalı bir yapı ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak; tenis sporu yapan öğrenciler için kendini geliştirme arzusu, fiziksel yeterlilik kazanma ve sosyalleşmenin önemli motivasyon kaynakları olduğu neticesine ulaşılmıştır. Bu kapsamda, öğrencilerin tenis sporunda kişisel gelişimlerini destekleyecek etkinliklerin artırılması, fiziksel yeterliliklerini geliştirecek antrenman programlarının düzenli olarak uygulanması ve sosyalleşmelerine olanak tanıyacak grup çalışmaları teşvik edilmesi önerilmektedir.

Anahtar Sözcükler: Tenis, motivasyon, lise öğrencileri, motivasyon

ABSTRACT

YILMAZ, Furkan, Examining the Opinions of Students Participating in Tennis Sports Regarding Their Motivations: A Case Study, Master's Thesis, Sivas, 2025.

The purpose of this research is to examine in depth the motivations of students participating in tennis and to identify the factors that increase or decrease this motivation. Within the scope of the research, the effects of students' motivation levels on sports participation continuity, performance and personal development were discussed. Case study design, one of the qualitative research designs, was used in the study. Research data were obtained through semi-structured interview forms. The study group consisted of 16 high school students who participated in extracurricular tennis activities in Mersin, Turkey. Participants were determined by purposive sampling method. The data obtained through semi-structured interview forms were evaluated using descriptive analysis and content analysis techniques. The data obtained from the interviews were first transformed into meaningful wholes; then these data were organized within the framework of predetermined themes. Then, in content analysis, the data obtained from the views of the participants were carefully coded; repetitive expressions, common concepts and patterns were identified and divided into codes. The codes were transformed into categories according to their contextual similarities, and then these categories were grouped under themes, which are high-level structures. By assigning a code to each participant, the confidentiality of the data was protected and the data were presented systematically. The coded data were supported with direct quotations to add depth to the analysis findings. According to the findings of the study, three themes emerged: “Motivation to Start Playing Tennis,” “Motivation to Participate in Tennis” and “Motivation to Continue Playing Tennis.” As a result, it was concluded that the desire for self-improvement, gaining physical fitness, and socialization are important motivational factors for students who play tennis. In this context, it is recommended that activities supporting students' personal development in tennis be increased, training programs to improve their physical fitness be implemented regularly, and group activities that enable socialization be encouraged.

Keywords: Tennis, motivation, high school students, motivation

ÖNSÖZ

Bu çalışma, tenis sporuna katılan öğrencilerin motivasyonlarına ilişkin görüşlerinin incelenmesi amacıyla hazırlanmıştır. Araştırma sürecinde değerli görüşlerini samimiyetle paylaşan öğrencilere, sürece destek veren öğretmen ve velilere içten teşekkür ederim. Ayrıca araştırma boyunca akademik rehberliğini esirgemeyen danışman hocama ve katkı sunan tüm paydaşlara şükranlarımı sunarım. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda hazırlamış olduğum yüksek lisans tezimin planlanması ve yürütülmesi sırasında bana öncülük eden, tecrübelerini paylaşan ve desteğini esirgemeyen değerli danışmanım Prof. Dr. Hüseyin Fatih KÜÇÜKİBİŞ'e sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüksek lisans eğitimim süresince derslerime giren değerli hocalarıma, tezin analiz ve yürütülmesi konusunda bana destek olan emeklerini esirgemeyen değerli hocalarım Dr. Öğretim Üyesi Burhan ÖZKURT ve Dr. Öğretim Üyesi Yasin ALTIN hocalarıma sonsuz teşekkürlerimi bir borç bilirim.

Eğitim hayatım boyunca her an yanımda olan, her türlü fedakârlığı yapan, maddi ve manevi hiçbir eksikliği hissettirmeyen değerli ailem; annem, babam ve kardeşime canı gönülden teşekkürlerimi sunuyorum.

Furkan YILMAZ

Sivas, 2025

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY.....	
ETİK SÖZÜ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
ÖNSÖZ	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLO DİZİNİ	xi

BÖLÜM I

1.GİRİŞ

1.1.Problem Durumu.....	5
1.2.Araştırmanın Amacı ve Araştırma Problemleri	6
1.3.Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi.....	6
1.4.Araştırmanın Sınırlılıkları	8
1.5.Varsayımlar.....	8
1.6.Tanımlar.....	9

BÖLÜM II

2.KURAMSAL BİLGİLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Tenis Nedir	10
2.1.1. Tenis Sporunun Tarihsel Gelişimi	10

2.1.2.Tenis Sporu	12
2.1.3.Tenis Oyun Alanı	13
2.2. Temel Tenis Teknikleri	15
2.2.1. Forehand Vuruşu	15
2.2.2.Backhand Vuruşu	17
2.2.3. Vole Vuruşu.....	18
2.2.4 Servis	19
2.2.5. Lob Vuruşu	19
2.3. Puan	20
2.3.1. Oyun	20
2.3.2. Set.....	21
2.3.3. Maç	21
2.4. Motivasyon	22
2.4.1. Motivasyon (güdülenme) ve motivasyon ile ilgili kavramlar	23
2.4.2. İçsel Motivasyon	28
2.4.3. Dışsal Motivasyon	30
2.4.4. Motivasyonsuzluk.....	31
2.4.5 Tenise Başlamaya Motive Eden Faktörler	32
2.5. Sporda Motivasyon Olgusu	33
2.5.1. Sporda Motivasyon Çeşitleri	34
2.5.2. Genel Spor Motivasyonu	34

2.5.3. Özel Spor Motivasyonu	35
2.5.4.Yetersiz Motivasyon	35
2.5.5. Yeterli Motivasyon	35
2.5.6. Aşırı Motivasyon	35

BÖLÜM III

3.YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli	37
3.2. Araştırma Grubu	37
3.3.Verİ Toplama Süreci	38
3.4. Verİ Toplama Araçları	39
3.4.1 Kişisel Bilgi Formu	40
3.4.2 Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu	40
3.5. Verilerin Analizi	40

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

4.1. Temalar, Kategoriler ve Kodlar	42
4.1.1. Tenise Başlama Motivasyonu Teması	42
4.1.1.1.Kendini Geliştirme Kategorisi	43
4.1.1.2. Sosyalleşme Kategorisi	45
4.1.1.3. Sosyal Faktörler Kategorisi	46
4.1.2. Tenise Katılım Motivasyonu Teması	47

4.1.2.1. Sağlıklı Olma Kategorisi.....	48
4.1.2.2. Sosyal Beklenti Kategorisi.....	50
4.1.2.3. Başarı Motivasyonu Kategorisi.....	51
4.1.3.Tenise Devam Etme Motivasyonu Teması	52
4.1.3.1. Boş Zamanları Değerlendirme Kategorisi	53
4.1.3.2. Başarı Beklentisi Kategorisi	56
4.1.3.3. Sağlıklı Olma Kategorisi.....	57

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA, SONUÇLAR VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma.....	59
5.2. Sonuçlar.....	64
5.3.Öneriler.....	65
5.3.1.Uygulamaya Yönelik Öneriler.....	65
5.3.2.Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler	65

KAYNAKÇA.....	67
----------------------	-----------

EKLER.....	75
-------------------	-----------

EK-1 Etik Kurul Kararı.....	75
-----------------------------	----

EK-2 Veli Onam Formu	76
----------------------------	----

EK-3 Nitel Araştırma Soruları	78
-------------------------------------	----

TABLO DİZİNİ

Tablo 1. Katılımcıların Kişisel Bilgileri.....	38
Tablo 2. Tenise Başlama Motivasyonu Temasına İlişkin Kategori ve Kodlar Tablosu .	43
Tablo 3. Tenise Katılım Motivasyonu Temasına İlişkin Kategori ve Kodlar Tablosu ...	48
Tablo 4. Tenise Devam Etme Motivasyonu Temasına İlişkin Kategori ve Kodlar Tablosu.....	53



BÖLÜM I

1.GİRİŞ

Spor, bireylerin fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişimlerini destekleyen önemli bir etkinlik alanıdır (Doğan, 1979). Spor kavramı Latince “disportare” ve “deportare” sözcüklerinden türetilmiştir (Doğan, 1979). Günümüzde spor, yalnızca bir boş zaman etkinliği değil, aynı zamanda bireylerin yaşamlarını şekillendiren, mesleki kariyerlerini belirleyen ve toplumların sosyal yapısını etkileyen çok yönlü bir kavram haline gelmiştir (Açıkada ve Ergen, 1990). Spor, bireylerin beceri, motivasyon ve bilgi düzeylerini artırmasının yanı sıra onların sosyal ilişkiler geliştirmelerinde, özgüven kazanmalarında ve psikolojik dayanıklılıklarını artırmalarında önemli rol oynamaktadır (Gündoğdu, 2017).

Modern toplumlarda spor, medyanın etkisiyle geniş kitlelere ulaşmakta, hem profesyonel hem de amatör düzeyde bireylerin yaşam tarzının bir parçası haline gelmektedir. Günümüzde sporun bir meslek haline gelmesiyle birlikte, performans düzeylerinin artması ve bu bağlamda sporcuların sosyal çevreleriyle olan etkileşimleri de önem kazanmıştır (Açıkada ve Ergen, 1990). Spor sektörünün gelişimi, birçok meslek alanını da bünyesinde barındırarak ekonomik ve kültürel bir yapıya dönüşmesini sağlamıştır. Bu çerçevede, tenis sporu da bireysel sporlar içerisinde önemli bir yer edinmiştir. Tenis, sert ve düzgün bir zemin üzerinde, “raket” olarak adlandırılan özel ekipmanlarla keçe kaplı bir topun rakip sahaya geçirilmesine dayanan, fiziksel kondisyonun yanı sıra zihinsel strateji ve karar verme becerilerini de içeren çok yönlü bir spor dalıdır (Gökgönül, 2008). Bu spor, oyuncuların yalnızca fiziksel dayanıklılığını değil; aynı zamanda zihinsel esnekliğini, konsantrasyon düzeyini ve hızlı karar alma yetisini geliştirmelerine olanak tanır (Yıldırım, 2007). Tenisin bireysel bir spor olması, sporcuların kendi başarı ve başarısızlıklarıyla doğrudan yüzleşmelerini sağlayarak içsel disiplin kazanmalarını destekler (Kaman, Gündüz ve Gevat, 2017). Tenis oyununda temel teknik hareketler büyük bir öneme sahiptir. Forehand ve backhand vuruşları, oyuncunun oyun içerisindeki temel hücum ve savunma araçlarını oluştururken, servis vuruşu ise oyunun başlatılmasını sağlayan ve skor üzerinde doğrudan etkisi olan kilit bir unsurdur (Kermen, 1997). Bu temel vuruşların doğru ve etkili bir şekilde uygulanabilmesi, oyuncunun tekniğini geliştirmesi ve fiziksel koordinasyonunu üst düzeye çıkarması ile

mümkündür. Ancak bir tenisçinin başarılı bir oyun sergilemesi sadece bu temel vuruşlarla sınırlı değildir. Maç sırasında kullanılan damlak (drop shot), aşırma (lob), yarı uçar (half-volley) gibi yardımcı vuruşlar, stratejik avantaj sağlamak amacıyla uygulanmakta; rakibi hataya zorlamak, ritmini bozmak veya oyun dengesini değiştirmek için önemli rol oynamaktadır (Kermen, 1997).

Tenisin bireysel sporlar arasında yer alması, öğrenciler açısından kişisel gelişimi destekleyen önemli bir faktördür (Yıldırım, 2007). Zira bireysel sporlarda, her oyuncu kendi motivasyonunu yönetmek, performansını değerlendirmek ve eksik yönlerini tespit ederek geliştirmek durumundadır. Bu durum, bireyde öz-yönetim becerilerinin gelişmesini sağlar. (Yıldırım, 2007). Öğrenciler, antrenman ve maç süreçlerinde belirli bir düzende çalışmayı öğrenmekte, hedef belirleme, planlama ve zaman yönetimi gibi hayati becerileri kazanarak günlük yaşamlarına da olumlu katkılar sağlamaktadırlar (Soysal, 2018). Tenis, oyuncuların stresle başa çıkma becerilerini geliştirmeleri için de önemli bir ortam sunar (Soysal, 2018). Maç sırasında yaşanan rekabet, kazanma ve kaybetme duygularıyla yüzleşme süreci, öğrencilerin duygusal dayanıklılıklarını artırmakta ve onları hem sportif hem de kişisel anlamda daha dirençli bireyler hâline getirmektedir (Kermen, 1997). Bu yönüyle tenis, sadece fiziksel aktivite olarak değil aynı zamanda karakter gelişimi ve kişisel disiplinin oluşumu açısından da eğitimsel bir araç niteliği taşır (Döklü, 2018).

Tenis sporu, günümüzde dünya genelinde geniş bir kitle tarafından ilgiyle takip edilen ve oynanan bir spor dalı olmakla birlikte, tarihsel kökenleri oldukça eskiye dayanmaktadır. Modern tenis anlayışının temelleri, 13. yüzyıl Fransa'sında ortaya çıkan "jeu de paume" isimli oyuna dayandırılmaktadır. "Avuç içi oyunu" olarak da bilinen bu erken dönem oyun, başlangıçta oyuncuların topa elleriyle vurdukları, daha sonra ise çeşitli araçlar kullanarak oynadıkları bir etkinliktir (Aydın, 2002). Özellikle Fransız aristokrasisi arasında popüler olan bu oyun, zamanla saray içi eğlencelerin bir parçası hâline gelmiş ve dönemin soylu sınıfı tarafından benimsenmiştir. Tenisin İngiltere'de yaygınlaşması ise özellikle Tudor Hanedanı dönemine, yani VIII. Henry zamanına rastlamaktadır (Bozyiğit, 2023). Bu dönemde tenis, İngiltere saraylarında rağbet gören bir spor hâline gelmiş ve kraliyet kültürünün ayrılmaz bir parçası olmuştur. Bu nedenle tenis, tarihsel olarak "kraliyet sporu" şeklinde de nitelendirilmiştir (Bozyiğit, 2023). Tenis isminin kökeni hakkında farklı görüşler bulunsada, genel kanı "tennis" kelimesinin,

Fransızcada “tutun” ya da “alın” anlamına gelen “tenez” kelimesinden türediği yönündedir. Bu ifade, oyunun başlangıcında oyuncuların birbirlerine seslenmesiyle ilişkilendirilmiştir (Aydın, 2002). Zamanla tenis, yalnızca saray çevrelerinde değil, halk arasında da ilgi görmeye başlamış ve kapalı alanlardan açık kortlara taşınarak daha geniş kitlelerin erişimine sunulmuştur. 15. yüzyıldan itibaren tenis, bugünkü şeklini alacak biçimde, ortasında ağ bulunan, açık alanlarda oynanan bir spora evrilmiştir (Arslan ve Türkcan, 2019).

Modern anlamda tenis ise 19. yüzyılda İngiltere'nin Birmingham kentinde geliştirilen formuyla tanınmaktadır (Büker, 1992). Bu dönemde ilk kez standart kurallar oluşturulmuş, raket ve top tasarımları geliştirilmiş, ölçüleri belirlenmiş tenis kortları kullanılmaya başlanmıştır (Büker, 1992). Böylece tenis, uluslararası düzeyde kabul gören ve organize edilen bir spor dalına dönüşmüştür. Özellikle 20. yüzyılda, Avustralya Açık, Wimbledon, Fransa Açık ve Amerika Açık (US Open) gibi büyük turnuvaların düzenlenmesiyle tenis, dünya genelinde büyük bir izleyici ve oyuncu kitlesine ulaşmıştır (Pattullo, 2002). Bu turnuvalar, sadece spor açısından değil, aynı zamanda kültürel ve ekonomik boyutlarıyla da büyük yankı uyandırmış; tenis, küresel çapta prestijli ve yüksek performans gerektiren bir spor olarak konumlanmıştır (Pattullo, 2002). Avrupa'daki kraliyet ailelerinin bu spora olan ilgisi, tenis kültürünün yaygınlaşmasında ve kurumsallaşmasında önemli bir rol oynamıştır (Bozyiğit, 2023). Son yıllarda tenis sporuna olan ilgi, dünya genelinde olduğu gibi Türkiye’de de belirgin bir artış göstermektedir. Özellikle okul temelli projeler ve mini tenis uygulamaları, bu sporun küçük yaşlardaki öğrencilerle buluşmasını kolaylaştırmakta, tenis sporunun tabana yayılmasını sağlamaktadır (Yıldırım, 2007). Bu gelişim sürecinde, öğrencilerin tenis sporuna katılım motivasyonları, hem bireysel gelişimin yönlendirilmesi hem de sporun yaygınlaştırılması açısından kritik bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Tenis gibi bireysel spor dallarında sporcuların içsel motivasyonlarının güçlü olması, sporu uzun süreli olarak sürdürebilmeleri ve performanslarını istikrarlı bir şekilde geliştirebilmeleri açısından belirleyici bir etkidir (Yalçın, 2015). Özellikle genç yaşta tenisle tanışan bireylerin motivasyon kaynaklarının doğru analiz edilmesi, eğitimciler ve antrenörler için stratejik bir önem taşımaktadır.

Motivasyon, bireyin bir amaca ulaşmak için eyleme geçmesini sağlayan ve bu eylemi sürdürme gücünü oluşturan temel bir psikolojik kavramdır (Weinberg ve Gould, 2015). Weinberg ve Gould (2015), motivasyonu “bir bireyin belirli bir davranışı

gerçekleştirme yönelimi ve bu davranışı sürdürme istekliliği” şeklinde tanımlayarak, motivasyonun süreklilik ve yönelme boyutlarına dikkat çekmiştir. Bu yönüyle motivasyon, sadece bir davranışın başlatıcısı değil; aynı zamanda bu davranışın uzun vadeli devamlılığını sağlayan itici bir güçtür. Spor bağlamında motivasyonun rolü, bireylerin fiziksel aktiviteleri seçme, bunlara başlama ve sürdürme süreçlerinde kritik bir belirleyici olarak karşımıza çıkmaktadır (Yalçın, 2015). Sporcuların motivasyon düzeyleri yalnızca fiziksel performanslarını değil, aynı zamanda antrenman süreçlerine katılımı, öğrenme isteğini, karşılaşılan engellerle başa çıkma kapasitelerini ve genel olarak spor yaşamlarını doğrudan etkilemektedir (Yalçın, 2015). Özellikle bireysel sporlarda, bireyin kendi içsel kaynaklarıyla motive olması gerektiği düşünüldüğünde, motivasyonun daha da belirleyici bir unsur olduğu görülmektedir (Pelletier vd., 1995). Pelletier ve arkadaşları (1995), sporcuların motivasyon düzeyinin yüksek olmasının öğrenme süreçlerini kolaylaştırdığını ve performanslarını olumlu yönde etkilediğini ifade etmektedir. Bununla birlikte, motivasyon eksikliği spora olan bağlılığı zayıflatmakta, antrenman verimliliğini düşürmekte ve zamanla sporcularda tükenmişlik hissi yaratabilmektedir (Dirmen, 2014). Bu da uzun vadede spordan kopuşa ve performans kaybına yol açabilmektedir (Dirmen, 2014).

Tenis gibi bireysel performansa dayalı sporlarda motivasyonel faktörlerin önemi daha da artmaktadır. Tennis sporuna katılan öğrenciler için motivasyon, yalnızca sportif başarıya ulaşmada değil; aynı zamanda fiziksel dayanıklılık, zihinsel kararlılık, öz-yönetim, hedef belirleme ve duygusal dayanıklılık gibi çok yönlü becerilerin geliştirilmesinde de hayati rol oynamaktadır (Dirmen, 2014). Birey, karşılaştığı zorluklara rağmen sürece devam edebilmek için içsel bir neden ve süreklilik arz eden bir amaç doğrultusunda hareket etmek zorundadır. Bu açıdan bakıldığında, öğrencilerin tennis sporuna yönelme ve bu sporu sürdürme nedenlerinin analiz edilmesi, sadece bireysel gelişimlerinin desteklenmesi açısından değil; aynı zamanda eğitim ortamlarında sunulan spor programlarının etkinliğinin artırılması yönünden de büyük önem taşımaktadır. Özellikle okul temelli spor faaliyetlerinde öğrencilerin motivasyon kaynaklarının nitelikli biçimde incelenmesi, eğitim politikalarının yeniden yapılandırılmasına katkı sunabilir. Öğrencilere uygun çevresel destek sağlandığında, öğretmen ve antrenörler tarafından olumlu geribildirimler verildiğinde, başarıya yönelik beklentilerle uygun hedefler belirlendiğinde motivasyonel süreçler daha sağlıklı bir şekilde işlemekte ve sporun sürdürülebilirliği sağlanabilmektedir. Bu bağlamda, tennis sporuna katılan

öğrencilerin hangi motivasyonel unsurlar aracılığıyla spora yöneldikleri, bu ilgiyi ne ölçüde sürdürebildikleri ve ne gibi engellerle karşılaştıkları gibi konuların detaylı olarak analiz edilmesi, yalnızca bireysel düzeyde değil; sistemsel düzeyde de önemli kazanımlar sağlayacaktır.

1.1.Problem Durumu

Tenis, hem fiziksel hem de zihinsel gelişimi teşvik eden önemli bir spordur (Soysal, 2018). Bireysel performansa dayalı yapısı, teknik becerilerin ve stratejik düşüncenin geliştirilmesini gerektirmektedir (Kermen, 1997). İncelenen olgunun, okul çağındaki öğrencilerin fiziksel gelişiminin yanı sıra sosyal etkileşim, öz disiplin, karar verme ve özgüven gibi kişilik özelliklerinin gelişimi üzerinde olumlu bir etkisi olduğu kanıtlanmıştır. Bununla birlikte, sayısız olumlu yönüne rağmen, öğrencilerin tenise olan ilgisi ve bu ilgiyi destekleyen motivasyon kaynaklarına ilişkin anlayış eksikliği, spor eğitimi sürecinde önemli bir zorluk olmaya devam etmektedir. Çağdaş bağlamda, eğitim kurumlarında sporun rolünü güçlendirmeyi amaçlayan politikaların oluşturulmasına rağmen, öğrencilerin tutum ve davranışlarını etkileyen psikolojik faktörler üzerine, özellikle de bireysel spor disiplinlerine ilişkin önemli araştırmaların eksikliği, bu öğrencilerin ihtiyaçlarına uygun eğitim ortamlarının geliştirilmesinde önemli bir zorluk teşkil etmektedir. Bu bağlamda, ders dışı tenis etkinliklerine katılan öğrencilerin motivasyonlarının derinlemesine analiz edilmesi, hem spor eğitimi uygulamalarının kalitesinin artırılması hem de öğrencilerin uzun vadeli spor alışkanlıkları geliştirmelerinin desteklenmesi açısından büyük önem taşımaktadır. Nitel araştırmaların azlığı, öğrencilerin tenise katılımlarının ardındaki motivasyonların, bu katılım sayesinde elde ettikleri kazanımların ve karşılaştıkları zorlukların yeterince anlaşılamamasına neden olmuştur. Bu durum, eğitimciler ve antrenörler için, özellikle de öğrencilerin benzersiz özellikleri göz önünde bulundurulduğunda, etkili stratejiler oluşturmada önemli zorluklar yaratmaktadır. Sonuç olarak, bu durum hem öğrenci başarısı hem de spor programlarının devamlılığı açısından önemli bir boşluk yaratmaktadır.

Bu çalışmada, öğrencilerin tenise olan ilgisinin altında yatan motivasyon faktörlerini sistematik bir şekilde ortaya koyarak bu bilgi boşluğunu gidermektir. Bu, motivasyonun öğrencilerin spora katılım düzeyleri, başarıları ve kişisel gelişimleri üzerindeki belgelenmiş etkisi ışığında özellikle dikkat çekmektedir. Bu çalışmanın

bulguları, eğitim programlarının yeniden yapılandırılması için önemli bir referans noktası olacaktır. Ayrıca, öğrenci merkezli bir yaklaşımla tasarlanan eğitim uygulamalarının, spora yönelik olumlu tutumların geliştirilmesine katkıda bulunacağı ve daha fazla sayıda öğrenciyi tenis gibi bireysel sporlara yönlendireceği öngörülmektedir. Sonuç olarak, bu araştırma yalnızca tenis eğitiminin niteliğini artırmakla kalmayacak; aynı zamanda bireysel sporlara yönelik eğitim modellerinin geliştirilmesi, motivasyonel destek mekanizmalarının oluşturulması ve öğrencilerin yaşam boyu spor alışkanlıkları edinmeleri açısından da önemli katkılar sunacaktır. Bu yönüyle çalışma, alan yazındaki bilgi eksikliğini gidermek ve uygulamaya dönük somut çıktılar üretmek adına önemli bir boşluğu doldurmayı amaçlamaktadır.

1.2.Araştırmanın Amacı ve Araştırma Problemleri

Bu çalışmanın amacı, tenis sporuyla ilgilenen öğrencilerin motivasyon düzeylerini kapsamlı bir şekilde incelemek ve bu motivasyonu etkileyen faktörleri tespit etmektir. Tenis, özellikle bireysel sporlar alanında, öğrencilerin fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimlerine katkıda bulunan bir spor olarak tanımlanmıştır (Kermen, 1997). Ancak, öğrencilerin bu spora katılım ve devamlılık düzeylerinin altında yatan psikolojik faktörler çoğu zaman yeterince anlaşılamamaktadır. Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı, spora başlama sürecine, devam etme sürecine ve katılım sürecine etki eden motivasyonel faktörleri derinlemesine incelemeyi hedeflemektedir.

Araştırmanın Problemleri

1. Lise öğrencilerinin tenis sporuna başlama nedenleri nelerdir?
2. Lise öğrencilerinin tenis sporuna devam etme nedenleri nelerdir?
3. Lise öğrencilerinin tenis sporunu yapmalarını sağlayan içsel motivasyon kaynakları nelerdir?
4. Lise öğrencilerinin tenis sporunu yapmalarını sağlayan dışsal motivasyon kaynakları nelerdir?

1.3.Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Günümüzde spor, bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimlerine katkı sağlayan önemli bir etkinlik alanı olarak değerlendirilmektedir (Yıldırım ve Bayrak, 2019).

Özellikle çocukluk ve ergenlik dönemlerinde sporla tanışmak, bireylerin yaşam boyu sürecek sağlıklı alışkanlıklar geliştirmelerinde kritik bir rol oynamaktadır (Yıldırım ve Bayrak, 2019). Bu süreçte öğrencilerin spora yönelmesinde etkili olan motivasyonel faktörlerin anlaşılması, hem eğitimciler hem de spor bilimciler açısından oldukça önemli bir araştırma alanıdır. Motivasyon, bireylerin bir davranışı başlatma, sürdürme ve sonuca ulaştırma konusundaki kararlılıklarını etkileyen temel bir psikolojik unsurdur (Cüceloğlu, 1998). Bu bağlamda, öğrencilerin spor yapma motivasyonlarını ortaya koymak, onların spora katılım düzeylerini artırmaya yönelik stratejiler geliştirmeye olanak sağlayacaktır (Ryan & Deci, 2000). Motivasyon araştırmaları genellikle takım sporlarına odaklanmakta; futbol, basketbol ve voleybol gibi spor dallarında yapılan çalışmalar literatürde geniş yer bulmaktadır. Buna karşın bireysel spor dalları, özellikle tenis gibi stratejiye dayalı bireysel sporlara yönelik motivasyonel çalışmalar sınırlı sayıdadır. Literatürdeki bu sınırlılık, bireysel sporların kendine özgü psikolojik yapısını anlama konusunda önemli bir eksiklik yaratmaktadır. Oysa bireysel sporlarda motivasyon, çoğunlukla kişisel hedefler, öz disiplin ve içsel yönelimlerle şekillenmektedir (Yalçın, 2015). Bu durum, bireysel sporlarla uğraşan öğrencilerin motivasyon kaynaklarının daha derinlemesine incelenmesini gerektirmektedir.

Tenis sporu, bireysel bir branş olmasının yanı sıra hem fiziksel hem de zihinsel dayanıklılık gerektiren kompleks bir yapıya sahiptir (Soysal, 2018). Bu nedenle tenis yapan öğrencilerin motivasyonlarını anlamak, bu alanda yapılacak eğitsel ve antrenörle müdahalelerin niteliğini artırabilir. Tenis sporuna eğlence amacıyla katılan bir öğrencinin ihtiyaçları ile başarı hedefiyle antrenman yapan bir öğrencinin beklentileri farklılık gösterebilir. Bu tür bireysel farklılıkların belirlenmesi, öğretmenlerin ve antrenörlerin daha kişiselleştirilmiş, öğrenci odaklı yaklaşımlar geliştirmelerine katkı sağlayacaktır. Ayrıca mevcut literatürde tenisle ilgili yapılan motivasyon çalışmaları çoğunlukla profesyonel ya da elit düzeydeki sporculara odaklanmaktadır (Kilit ve ark., 2012). Bu durum, özellikle genç yaşta tenisle tanışan amatör düzeydeki öğrencilerin motivasyonel yapısına ilişkin literatürde önemli bir boşluk olduğunu göstermektedir. Oysa bu yaş grubu, spor alışkanlıklarının geliştiği ve bireyin kimliğini oluşturmaya başladığı kritik bir dönemdir. Bu nedenle genç bireylerin spor motivasyonlarının anlaşılması, hem akademik hem de uygulamalı düzeyde önem arz etmektedir.

Bu araştırma, tenis sporuyla ilgilenen öğrencilerin motivasyonlarına dair kapsamlı veriler sunarak, bireysel sporlara yönelik motivasyonel literatüre katkı sağlamayı

amaçlamıştır. Elde edilen bulgular, özellikle spor eğitimcileri ve antrenörler için yol gösterici nitelikte olacak; öğrencilerin bireysel farklılıklarını gözetenek daha etkili eğitim modelleri geliştirmelerine olanak tanımaktadır.

1.4.Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırma, belirli bir yaş grubundaki (örneğin 14–18 yaş arası) öğrencilerle sınırlıdır.
- Çalışma yalnızca tenis sporuyla ilgilenen bireyleri kapsamaktadır, bu nedenle bulgular diğer spor branşlarına genellenemez.
- Araştırma aktif olarak spor hayatına devam eden tenisçiler ile sınırlandırılmıştır.
- Veri toplama aracı olarak kullanılacak anket/soru formunun geçerliliği ve güvenilirliği kapsamında sınırlılık söz konusu olabilir.
- Katılımcıların çevresel, sosyal ve ekonomik faktörleri bu çalışmada detaylı olarak ele alınmamaktadır.

1.5.Varsayımlar

Araştırma gerçekleştirilirken ve bulgular yorumlanırken aşağıdaki hususlar göz önünde tutulmuştur.

- Araştırmaya katılan öğrenciler soruları samimi ve dürüst bir şekilde yanıtladıkları,
- Araştırma konusu ile ilgili ulaşılan kaynaklardan elde edilen bilgilerin objektifliği yansıttığı,
- Ölçme araçlarındaki ifadelerin katılımcılar tarafından doğru olarak algılandığı,
- Araştırma için uygun ölçme araçlarının hazırlanmasında alınan uzman görüş ve önerilerinin yeterli olduğu,
- Tenisçilerin yarı yapılandırılmış görüşme formlarındaki sorulara verdikleri cevapların onların gerçek duygu ve düşüncelerini yansıttığı,
- Araştırmada uygulanan yarı yapılandırılmış görüşme formlarının; tenisçilerin düzeyine ve araştırmanın amacına uygun geçerli ve güvenilir ölçme araçları olduğu varsayılmaktadır.

1.6.Tanımlar

Tenis: Tenis düzgün ve sert bir zemin üzerinde tokaç biçiminde raket denen bir araç ile keçe kaplanmış bir topa vurularak sahanın tam ortasına yerleştirilmiş 91 cm. yüksekliğindeki bir filenin üzerinden oynanan bir oyundur (Hasçelik, Başgöze, Türker, Naman ve Özer, 1989).

Motivasyon: Motivasyon kavramı insan organizmasını davranışa iten, bu davranışların şiddet ve enerji düzeyini tayin eden, davranışlara belirli bir yön veren ve devamını sağlayan çeşitli iç ve dış sebepleri ve bunların işleyiş mekanizmalarını içermektedir (Akbaba, 2006).

İçsel Motivasyon: Bireyin içsel arzu ve tutkularından kaynaklanırken, dışsal motivasyon ödüller veya cezalar gibi dış faktörlerden etkilenir (Özdaşlı ve Akman, 2012).

Dışsal Motivasyon: Sporcuların davranışlarını tetikleyen ve yönlendiren faktörlerin dışarıdan, yani çevrelerinden ve toplumdan geldiği bir motivasyon türü olarak tanımlanabilir (Kazak, 2004).

Nitel Araştırma: Nitel araştırma, incelediği probleme ilişkin sorgulayıcı, yorumlayıcı ve problemin doğal ortamındaki biçimini anlama uğraşı içinde olan bir yöntemdir (Guba ve Lincoln, 1994; Klenke, 2016). Bir problemin çözümüne ilişkin gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerini kullanan nitel araştırma, daha önceden bilinen veya fark edilmemiş problemlerin algılanmasına, probleme ilişkin doğal olguların gerçekçi bir şekilde ele alınmasına yönelik öznel-yorumlayıcı bir süreci ifade etmektedir (Seale, 1999).

Görüşler: Bireylerin belirli bir konuya ilişkin düşüncelerini, algılarını ve değerlendirmelerini ifade eder. Bu çalışmada, ders dışı tenis etkinliklerine katılan öğrencilerin algıları, deneyimleri ve değerlendirmeleri araştırılmaktadır. Öğrencilerin tenis sporuna dair kişisel deneyimleri, bu sporun onların yaşamlarında nasıl bir yer tuttuğunu anlamak açısından önemli bir veri kaynağı olacaktır.

BÖLÜM II

2.KURAMSAL BİLGİLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Tenis Nedir

Tenis, genellikle sert bir zeminde oynanan olimpiik bir spordur (Durmuş, 2015). Oyun, ortasında file bulunan bir kortta oynanır (Durmuş, 2015). Oyuncular esnek bir yapıya sahip olan topu raketle filenin üzerinden geçirerek karşı tarafa göndermeye çalışırlar. Oyun iki kişi arasında oynanır ve temel amaç rakibin topu başarılı bir şekilde geri göndermesini zorlaştırmaktır. Müsabakalarda kullanılan tenis topu keçe ile kaplıdır ve yaklaşık olarak bir elma büyüklüğündedir (Kermen, 1997). Tenis, teknik becerilerin, hızın ve stratejik düşüncenin kullanımını içeren dinamik bir spordur (Kermen, 1997). Tenis hem spor hem de eğlence arayışı olarak oldukça popüler bir etkinliktir (Roetert vd., 2009). Sporun, fiziksel güç artışı ve vücut dayanıklılığı, çeviklik ve genel zindeliğin teşviki de dahil olmak üzere çok sayıda sağlık yararı sağladığı gösterilmiştir (Döklü, 2018). Tenisin hem fiziksel hem de zihinsel/duygusal sağlık üzerindeki olumlu etkisi ortaya konmuştur (Döklü, 2018). Düzenli oyun, vücut koordinasyonunun ve esnekliğinin gelişmesini sağlarken refleksleri de geliştirir (Durmuş, 2015).

Teniste başarılı bir performans sergileme yeteneği genellikle temel bir gerekliliktir. Bu spor, güç, hız, esneklik ve hem aerobik hem de anaerobik metabolizma dahil olmak üzere çeşitli fizyolojik özelliklerin uyumlu bir şekilde bütünleştirilmesini gerektirir (Döklü, 2018). Tenisin sosyal becerileri geliştirdiği ve kişiler arası iletişimin güçlendirilmesi yoluyla stresin azaltılmasına katkıda bulunduğı gösterilmiştir (Sancaklı, 2002). Ayrıca, spor etiğine ve adil oyun ilkesine bağlılığı teşvik ederek disiplin ve sportmenlik duygusu aşılar (Sancaklı, 2002).

2.1.1. Tenis Sporunun Tarihsel Gelişimi

Günümüz tenisinin kökeni, “jeu de paume” (avuı içi oyunu) olarak bilinen 13. yüzyıl Fransa'sına kadar uzanmaktadır (Aydın, 2002). Bu oyun başlangıçta kralın huzurunda oynanıyordu ve İngiltere'de popülerlik kazanması Henry VIII döneminde oldu. “Tenis” kelimesinin etimolojisinin İngilizce ‘tennacity’ veya Fransızca ‘tennez-al’

kelimelerinden türetildiği düşünülmektedir (Aydın, 2002). Başlangıçta soyluların kapalı mekânlarda elleriyle oynadıkları bir spor olan tenis, halk arasında yaygınlık kazanmış ve eldiven, tokmak gibi raket benzeri aletlerle oynanmaya başlamıştır. Tenis, 15. yüzyıldan bu yana duvarsız ve ortası ağ ile ikiye bölünmüş kortlarda oynanmaktadır (Arslan ve Türkcan, 2019). 19. yüzyılda Birmingham'da (İngiltere) ortaya çıkan tenisin modern hali (Büker, 1992), uzun yıllardır dünya çapında popüler ve prestijli bir bireysel spor dalı olmuştur. Geçmişte krallar ve soylular tarafından oynandığı için “kraliyet sporu” olarak da anılmaktadır (Bozyiğit, 2023) Avrupalı kraliyet ailelerinin bu spora gösterdiği ilgi tenisin gelişiminde önemli bir rol oynamıştır. Ayrıca, Avustralya Açık, Wimbledon, Fransa Açık ve ABD Açık gibi uluslararası tenis turnuvalarının düzenlenmesi, sporun daha geniş kitlelere yayılmasını kolaylaştırmış ve böylece küresel yayılımını hızlandırmıştır (Pattullo, 2002).

Wimbledon Tenis Şampiyonası'nın ilki 1877 yılında İngiltere'de düzenlenmiştir (Bozyiğit, 2023). Turnuvaya toplam 22 oyuncu katılmış ve turnuva beş gün sürmüştür. Turnuva, William Marshal ve Spencer Gore arasında oynanan ve Spencer Gore'un kazanarak turnuva tarihindeki ilk Wimbledon şampiyonu olduğu final maçıyla sonuçlanmıştır (Arslan ve Türkcan, 2019). Turnuva, yerleşmiş geleneklerine uygun olarak günümüze kadar düzenlenmeye devam etmektedir. 1883 yılında tenis kortlarının boyutları, belirli standartların oluşturulmasıyla günümüzdeki halini almıştır (Öner, 2021). Aynı yıl, uluslararası arenada oynanan ilk tenis maçı gerçekleşmiştir. İngiliz ikizler Renshaw kardeşler ile Amerikalı Clark kardeşler arasında oynanan bu açılış maçı, sporun ulusallaşmasında önemli bir kilometre taşını işaret ediyordu. Kadın tenisçiler arasında resmi bir maçın belgelenmiş ilk örneği ise ertesi yıl, 1884'te gerçekleşti (Arslan ve Türkcan, 2019). Bu gelişmeler, tenisin küresel yayılımında önemli kilometre taşları olmuş ve tenisi uluslararası bir spor haline getirmiştir (Arslan ve Türkcan, 2019). Sporun profesyonel gelişimi 1953 yılında Türkiye Tenis Federasyonu'nun bağımsız bir kuruluş olarak kurulmasıyla gerçekleşmiştir (Aydın, 2002). Bu federasyon, tenisin ülke çapında organize edilmesinde ve yaygınlaştırılmasında etkili olmuştur. Selahattin Cihanoğlu, Tevfik Taşcıoğlu ve Zeki Sporel Türkiye'de tenisin gelişimine katkıda bulunan ilk sporcular arasındadır (Öner, 2021). Bu sporcular, tenisin Türkiye'de tanınması ve yaygınlaşmasında önemli roller oynamıştır. Türk tenisinde önemli bir dönüm noktası, 1924 yılında Suat Subay'ın İngiltere'ye karşı Challenge Kupası çiftler müsabakasında galip gelmesiyle yaşanmıştır (Urartu, 1996). Bu başarı, Türkiye'de tenis

sporunun daha fazla ilgi görmesini sağlamış ve geniş kitlelere yayılmasına aracılık etmiştir. Aynı dönemde Türkiye Tenis Federasyonu'nun kurulması da bu spora olan ilgiyi, merakı ve katılımı artırmıştır. Tenis sporunun ülke genelinde daha organize bir şekilde gelişmesine katkıda bulunmuştur.

2004 yılında Türkiye Tenis Federasyonu özerk bir yapıya kavuşmuş ve böylece daha özerk bir şekilde faaliyet göstermeye başlamıştır. Hâlihazırda federasyon, yaklaşık 150 federe kulüp ve 10.000'in üzerinde lisanslı tenisçi üyesiyle faaliyetlerini sürdürmektedir (Türkiye Tenis Federasyonu, 2017). Bu dönüşüm, tenisin Türkiye genelinde yaygınlaşmasını kolaylaştıran ve profesyonel gelişimini destekleyen çok önemli bir ilerleme olarak kabul edilmektedir (Türkiye Tenis Federasyonu, 2017).

2.1.2.Tenis Sporu

Tarihsel olarak tenis, özellikle yüksek gelirli bireyler arasında daha yaygın bir spor olarak görülmüştür (İmamoğlu, 2009). Bu tercih, tenisin daha mütevazı bir finansal arka planla erişilebilirliğini sınırlayan daha yüksek ekonomik maliyetine bağlanmıştır (İmamoğlu, 2009).

Ancak günümüzdeki eğilimler bu paradigmada bir değişim olduğunu ve tenisin daha çeşitli demografik gruplar arasında popülerlik kazandığını göstermektedir (İmamoğlu, 2009). Tenis ekipmanlarının ve kortlarının erişilebilirliğinin artması, turnuvaların çoğalması ve çeşitli teşvik programlarının uygulamaya konması, sporun görünürlüğünün artmasına katkıda bulunmuş ve farklı toplumsal kesimlerden bireylerin ilgisini çekmiştir (İmamoğlu, 2009).

Günümüz Türkiye'sinde tenis yaygın bir spor haline gelmiş ve okul müfredatına dahil edilmiştir (Yıldırım ve Sunay, 2009). Tenis sporu, profesyonel sporcuların yarıştığı bir alandan, insanların günlük yaşamlarında yaptıkları bir rekreasyon aktivitesine dönüşmüştür. İlgi çekici ve dinamik karakteri tenisi popüler bir spor haline getirmekte, bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını kolaylaştırmakta ve sosyal etkileşim için bir fırsat sağlamaktadır. Sporun cazibesi yaş demografisinin ötesine geçerek, eğlence amaçlı veya sağlıklı bir yaşam tarzının parçası olarak bu sporla uğraşan her yaştan bireyi cezbetmektedir. Tenisin cazibesi, bireylere boş zamanlarını değerlendirme, fiziksel uygunluklarını artırma ve sosyal etkileşime girme olanağı sunma kapasitesinde yatmaktadır. Bu bağlamda tenis, profesyonel müsabakaların ötesine geçerek, fiziksel efor ve rekreasyonu bireylerin günlük yaşamlarına sorunsuz bir şekilde entegre eden bir spor

olarak önemli bir konuma sahiptir (Yıldırım, 2007).

Ayrıca tenis, bireyin teknik, taktik, fizyolojik ve psikolojik alanlardaki yeteneklerini zorlayabilen en etkili aktivitelerden biri olarak kabul edilmektedir (Soysal, 2018). Tenise düzenli ve planlı katılımın fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal gelişimi desteklediği gösterilmiştir (Hasıl ve Ataç 1998). Tenise düzenli katılımın bireyin stresle başa çıkma ve kaygıyı yönetme kapasitesini artırdığı gösterilmiştir (Soysal, 2018). Ayrıca, düzenli oyunun vücut koordinasyonunu geliştirerek kemik sağlığının iyileştirilmesine katkıda bulunduğu da gösterilmiştir (Soysal, 2018). Tenisin günümüz toplumundaki popülerliği ve yaygınlığı, hem fiziksel hem de zihinsel refah için sayısız faydasına bağlanabilir (Groppel ve ark., 2009). Tenisin tüm kas gruplarını aynı anda çalıştırdığı göz önüne alındığında, oyuncuların optimum fiziksel özelliklere sahip olması zorunludur (Chu, 1995). Bu bağlamda, kuvvet, hız, çeviklik ve dayanıklılık gibi fiziksel yeteneklerin önemini vurgulamak zorunludur (Chu, 1995). Özellikle, rakip oyuncuyla fiziksel temas olmadan oynanan teniste, bireyin fiziksel yapısı ve beceri düzeyi çok önemli bir rol oynamaktadır. Oyuncuların yüksek aerobik ve anaerobik kapasiteleri ve güçlü kas yapıları performanslarını doğrudan etkiler (Chu, 1995). Tenisin sık yön değiştirmeler, kısa mesafeli koşular, fileye yaklaşma ve sprintlerle karakterize edilen dinamik yapısı, bu sporda fiziksel becerinin öneminin altını çizmektedir. Sonuç olarak, oyuncuların atletik kapasitesi, spordaki başarılarını belirlemede çok önemli bir faktör olarak tanımlanmaktadır (Özcan, 2011).

2.1.3.Tenis Oyun Alanı

Tenis kortu dikdörtgen şeklinde olup, 23,77 metre uzunluğunda ve 10,97 metre genişliğindedir. Kort, yerden yüksekliği 1,07 metre olan iki direk arasına asılmış bir ağ ile sınırlandırılmıştır. Tekler maçları bağlamında, kortun genişliği 8,23 metreye düşürülür. Saha 5 cm kalınlığında beyaz çizgilerle sınırlandırılmıştır (Türkiye Tenis Federasyonu, 2017).

Teniste dört farklı kort türü olduğunu belirtmek önemlidir: çim kortlar, toprak kortlar, sert kortlar ve sentetik kortlar. Kortun yüzeyi topun sıçrama hızını doğrudan etkiler ve oyuncuların performansında belirleyici bir rol oynar (Türkiye Tenis Federasyonu, 2017). Örneğin, toprak kortların topun hızını azalttığı, çim kortların ise sekme yüksekliğini artırdığı görülmüştür (Jones, 1979). Buna karşılık sentetik kortlar orta düzeyde hız ve sıçrama sergiler (Jones, 1979). Kort yüzeyindeki bu farklılıkların

oyuncu performansını etkilediği, belirli yüzeylerin belirli oyun stillerini desteklediği ve kort yüzeylerinin artan başarı ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Uluslararası Tenis Federasyonu, 2018). Rafael Nadal'ın Fransa Açık'ta (Roland Garros) toprak kortlarda kazandığı tekrarlanan zaferler, bu yüzeydeki yeterliliğini örneklemektedir (Uluslararası Tenis Federasyonu, 2018).

Toprak kortlar teniste en yaygın kort türleri arasındadır. Bu kortların yüzeyi kırmızı renkli killi topraktan oluşur ve ilk kullanımları 1878 yılına kadar uzanır (Brodeur 1994). Bu kortun geliştirilmesine iki İngiliz kardeş olan Renshaw öncülük etmiştir (Kilit ve ark., 2012). Toprak kortlar, dayanıklılıklarına katkıda bulunan uzun ömürlülükleri ve esneklikleriyle ünlüdür (Kilit ve ark., 2012). Bu kortlarda oynanan tenis maçlarında, top yere temas ettiğinde yavaşlama eğilimi gösterir ve bu da kasıtlı ve ölçülü bir tempo ile karakterize edilen bir maça katkıda bulunur. Oyuncular, uzun süreli maçların gereklilikleriyle mücadele edebilmek için dayanıklılık, güç ve teknik yeterliliğe sahip olmalıdır. Toprak kortların, tenis topu yüzeyle temas ettiğinde üzerinde belirgin izler bıraktığı görülmüştür (Kilit ve ark., 2012). Bu özelliğin, hakemlerin özellikle çizgiye göre topun pozisyonunu belirleme performansına yardımcı olduğu tespit edilmiştir. Bu tür kortlarda düzenlenen en prestijli turnuvalardan biri Fransa Açık'tır (Arslan ve Türkcan, 2019). Bu turnuvada galip gelen oyuncular, uzun süren rallilere dayanabilen fiziksel olarak güçlü sporcular olma eğilimindedir (Arslan ve Türkcan, 2019). Çim kort, adından da anlaşılacağı gibi, tamamen doğal çimle kaplı bir arazi üzerine inşa edilmiş bir tenis kortudur. Bu tür kortların geçmişi 1877 yılına kadar uzanmaktadır ve tenisin en eski ve en klasik kortlarından biri olarak kabul edilmektedir (İkiler, 2017). Sporun en prestijli etkinliklerinden biri olarak kabul edilen Wimbledon Tenis Turnuvası, çim kort tenisi alanındaki önemiyle tanınmaktadır (İkiler, 2017). Geleneksel yapısı ile dikkat çeken Wimbledon, tenis tarihinde çim kortların en üst düzeyde temsil edildiği bir turnuvadır (Arslan ve Türkcan, 2019).

Sentetik kortlar, diğer malzemelerin yanı sıra sentetik kauçuk, poliüretan veya suni çimden oluşan bir yüzey tabakası ile inşa edilir (Tenis Klinik, 2017). Bu yüzeylerin kullanımı, kullanılan özel malzemeye bağlı olarak oyunun hızını ve topun sıçrama dinamiklerini etkileyebilir (Bozyiğit, 2023). Bazı sentetik kortların topun hızını artırdığı gözlemlenirken, diğerlerinin topun zeminle daha uzun süre temas halinde kalmasını sağlayarak oyunun daha kademeli bir şekilde ilerlemesini teşvik ettiği tespit edilmiştir

(Bozyiğit, 2023). Bu kortlar aynı zamanda “reçine kortlar” olarak da anılmaktadır (Brodeur, 1994). Bu tür kortların dikkate değer bir örneği Avustralya Açık Tenis Turnuvası'dır (Arslan ve Türkcan, 2019). Bu turnuva, sentetik yüzeyin profesyonel tenis arenasında öne çıkmasının en önemli örneği olarak kabul edilmektedir (Arslan ve Türkcan, 2019).

Sert kort, beton veya asfalt gibi dayanıklı malzemelerden inşa edilen bir tenis kortu türüdür (Tenis Klinik, 2017). Bu kortlar dört mevsimin zorluklarına dayanacak şekilde tasarlanmıştır, bu da onları yıl boyunca kullanıma uygun hale getirir (Smekal ve ark., 2001; Filipčić ve Filipčić, 2006). Bakım gereksinimleri asgari düzeydedir ve ilgili maliyetler çim veya toprak kortlara kıyasla oldukça düşüktür. Drenaj sistemi, kortta su birikmemesini sağlayarak yağış sonrasında bile zamanında kullanılmasına olanak tanıyan çok önemli bir rol oynar. Sert kortlardaki maç temposu, yüzey dokusuna bağlıdır. Pürüzsüz, boyalı bir asfalt yüzey söz konusu olduğunda top daha hızlı sekecek ve böylece maçın temposu artacaktır (Smekal ve ark., 2001; Filipčić ve Filipčić, 2006). Buna karşılık, daha pürüzlü yüzeylerde topun hızında hafif bir düşüş görülebilir (Smekal ve ark., 2001; Filipčić ve Filipčić, 2006). Bu olgunun belirgin bir örneği, pürüzsüz ve boyalı asfalt yüzeyle karakterize edilen sert kortların kullanıldığı ABD Açık Tenis Turnuvası'nda gözlemlenebilir. Profesyonel tenis alanında, sert kortlar hız ve dayanıklılığın bir karışımını sunduğu için birçok büyük turnuvada tercih edilen yüzeydir (Arslan ve Türkcan, 2019).

2.2. Temel Tenis Teknikleri

Teniste oyuncuların raketle yaptığı temel vuruşlar beş ana gruba ayrılır: Forehand, backhand, servis, vole ve smaç. Bu vuruşlar, tenisin temel tekniklerini oluşturur ve diğer tüm vuruş çeşitleri bu temel vuruşların türevleri olarak kabul edilir (Meinhardt ve Brown, 1984).

2.2.1. Forehand Vuruşu

Forehand, avuç içi vuruş olarak da bilinen ve teniste en sık kullanılan vuruşlardan biridir (Roetert vd., 2009). Oyuncunun güçlü eliyle yaptığı bu vuruş, doğru teknikle uygulandığında oldukça etkili olabilir. Forehand vuruşunu başarılı bir şekilde gerçekleştirmek için belirli adımları takip etmek gerekir (Roetert vd., 2009)

Forehand Vuruşunun Aşamaları

1. Hazırlık Pozisyonu

- Oyuncu, dengeli bir duruş ile topu bekler.
- Hafif bir sıçrama yaparak vücudunu topun geliş yönüne göre konumlandırır.
- Omuz ve ayak koordinasyonu sağlanarak, raket yukarıdan aşağı doğru bir açıyla geriye alınır.
- Sol el, dengeyi korumak ve topu takip etmek için öne doğru uzatılır (Reid ve ark., 2013).

2. Vuruş Anı

- Top oyuncuya yaklaştığında, raket ileri doğru hareket eder.
- Topla temas noktası, vücudun ön kısmında olmalıdır.
- Oyuncu bilek ve kol hareketiyle topa yön vererek vuruşu gerçekleştirir.
- Güçlü bir vuruş yapabilmek için dizler hafifçe bükülmeli ve bacaklar omuz genişliğinde açık olmalıdır (Landlinger vd, 2011).

3. Takip ve Bitiriş

- Vuruş tamamlandıktan sonra raket, oyuncunun omzuna doğru getirilir.
- Vuruş sonrasında sol el ile raketi desteklemek, kontrolü artırmak açısından faydalıdır.
- Forehand vuruşunun akıcı bir hareketle tamamlanması, hız ve isabeti artırır (Landlinger vd, 2011).

Bu teknikle yapılan forehand vuruşu, hem savunma hem de hücum amaçlı kullanılabilir. Raketin doğru açıda tutulması, bilek hareketlerinin iyi koordine edilmesi ve vücudun ağırlığını vuruşa yönlendirmek, etkili bir forehand için önemli faktörlerdir (Jones, 1979)

2.2.2.Backhand Vuruşu

Backand, el arkası vuruş olarak da adlandırılır (Genevois ve ark 2015). Teniste iki temel vuruştan birisidir ve iki tür el arkası vuruş tekniği vardır (Genevois ve ark 2015).

- 1- Tek el (backhand) vuruş
- 2- Çift el (backhand) vuruş

Teniste tek el backhand vuruşu, en önemli ve etkili vuruş tekniklerinden biri olarak kabul edilir. Bu vuruş, oyuncunun raketi tek eliyle kullanarak topa güçlü ve kontrollü bir şekilde vurmasını sağlar (Paul ve Kovacs, 2011). Tek el backhand, farklı oyun senaryolarında stratejik olarak tercih edilebilir ve üç temel durumda öne çıkar:

1. Ralli Sırasında Etkili Vuruş İçin

- Maç esnasında uzun süren rallilerde, gelen topa güçlü bir şekilde vurmak ve isabet oranını artırmak amacıyla kullanılır.
- Rakibin baskısını kırmak ve oyunun kontrolünü ele geçirmek için tercih edilir (Paul ve Kovacs, 2011).

2. File Önündeki Rakibi Geçmek İçin

- Rakip fileye yaklaştığında, onu saf dışı bırakmak ve puan almak için tek el backhand vuruşuyla topu uzağa göndermek avantaj sağlar.
- Özellikle açılı vuruşlar ile rakibin ulaşamayacağı köşelere yönlendirmek için idealdir (Urartu, 1996).

3. Paralel Vuruşlarda Çizgi Kontrolünü Sağlamak İçin

- Tek el backhand, topun kort çizgisine daha yakın gitmesini sağlayarak hata payını en aza indirir.
- Keskin paralel vuruşlar yapmak, rakibi zor durumda bırakmak ve puan kazanmak için etkili bir yöntemdir (Segal, 2005).

Bu vuruş, oyuncuların güç, denge ve teknik becerilerini en iyi şekilde kullanmalarını sağlar. Uygulanması ile ilgili zorluklara rağmen, bir kez ustalaşıldığında oldukça etkili olduğu ve stratejik bir avantaj sağladığı gösterilmiştir (Crespo ve Miley, 2009). Teniste bir diğer önemli vuruş da çift el backhand vuruşudur. Profesyonel tenisçilerin çoğu bu vuruşu tercih etmektedir. Bunun nedeni, oyuncunun top üzerindeki

kontrolünü artırması ve daha verimli vuruş yapmasına olanak sağlamasıdır (Urartu, 1996). Özellikle, vuruş bölgesine giren toplara daha dengeli ve etkili bir yanıt verilmesini kolaylaştırır. Ayrıca, oyuncunun omuz yüksekliğinin üzerinde hareket eden yüksek topların vurulmasını kolaylaştırır (Roetert ve Kovacs, 2019). İki elle kullanılan bir backhand vuruşunun, tek elle kullanılan bir vuruştan daha fazla güç ürettiği gösterilmiştir (Jones, 1979). Bu, oyuncuların atışlarında daha fazla güç ve isabet üretmelerini sağlar. Tersine, tek elle kullanılan backhand, topu daha açışal bir şekilde yönlendirmede belirgin bir avantaj sağlar. Bu, daha geniş bir hareket aralığı sunduğu için özellikle çapraz veya keskin açılı atışlar için avantajlıdır (Kermen, 1998). Çift el backhand ile ilgili sayısız faydaya rağmen, bu tekniğin getirdiği sınırlamaları kabul etmek önemlidir. Önemli bir dezavantajı, oyuncuya getirdiği hareket kısıtlamasıdır (Segal, 2005). İki elin kullanılması, oyuncunun vuruş sırasında dönüş yapma becerisini engelleyebilir ve böylece farklı pozisyonları hızlı bir şekilde benimseme kapasitesini azaltabilir (Segal, 2005). Bu durum, özellikle oyunun hızlı temposunda, kısa sürede yön değiştirmek ve doğru vuruş açısını yakalamak gerektiğinde oyuncu için bir dezavantaj yaratma potansiyeline sahiptir (Paul ve Kovacs, 2011). Tersine, çift el backhand vuruşu, yaşlanma veya sakatlık gibi faktörler nedeniyle fiziksel gücü azalan oyunculara belirgin avantajlar sunabilir.

2.2.3. Vole Vuruşu

Vole, topun yere değmeden havada vurulduğu, fileye yakın bir mesafede gerçekleştirilen bir vuruş olarak sınıflandırılır (Kermen, 2002). Bu vuruş, oyuncunun topun yörüngesini hızlı bir şekilde ölçerek anında tepki vermesini gerektirir. Tipik olarak, top rakibin atışına doğru yönlendirilir ve hızlı refleksler ve hassas el-göz koordinasyonu gerektirir (Kermen, 2002). Vole, oyuncunun topun yere düşmesine izin vermeden doğrudan raketle vurması gerektiğinden hassas zamanlama gerektirir. Atışın fileye yakınlığı göz önüne alındığında, oyuncunun doğru pozisyonu elde etmek için hızlı hareket etmesi ve rakibin manevrasına anında yanıt vermesi zorunludur (Jones, 1979). Vole, rakibin agresif şutlarını karşılamak için savunma kapasitesinde kullanılabileceği gibi, hızlı ve etkili bir şekilde sayı yapmak için hücum kapasitesinde de kullanılabilir (Jones, 1979).

Vole, bacak kaslarını güçlendirmenin ve çalıştırmanın önemini vurgulayan yüksek düzeyde hareket becerileri gerektirir (Paul ve Kovacs, 2011). Vole vuruşları sırasında alt vücut hareketleri yer vuruşlarına benzerlik gösterse de, kasların kullanımı daha belirgin

olabilir. Bu vuruşlar, özellikle kalça, diz ve ayak bileklerinde daha fazla fleksiyon (bükülme) ve ekstansiyon (uzama) içerir (Paul ve Kovacs, 2011). Ayrıca, rakibin korttaki pozisyonuna göre hareketlerin hızlı bir şekilde tekrarlanması gerekliliği, teniste önemli bir faktördür (Paul ve Kovacs, 2011). Sonuç olarak, alt vücut kaslarını hem eksantrik (uzatma kasılmaları) hem de konsantrik (kısaltma kasılmaları) kullanarak güçlendirmek zorunludur (Paul ve Kovacs, 2011).

2.2.4 Servis

Tenis sporunda servis atma eyleminden önce ayakların doğru şekilde konumlandırılması gerekir. Ayakların yerleşimi, dengeyi kolaylaştırdığı ve vuruş için pozisyonu optimize ettiği için oyuncu için büyük önem taşır (Urartu, 1996). Daha sonra raket ve top, servise hazırlık için aynı hızda konumlandırılmalıdır (Reid, 2015). Servis, ideal yüksekliği yaklaşık iki raket boyu olacak şekilde topun havaya atılmasıyla başlatılır (Reid, 2015). Top yükselirken oyuncunun kolu geriye doğru açılır ve raket başının boyun hizasına düşmesi sağlanır (Gelen ve ark., 2009). Bu hareket, vuruş için gereken esnekliği ve hareket aralığını artırarak daha güçlü bir servis atılmasını sağlar (Meinhardt ve Brown, 1984). Maksimum yükseklik noktasında raket hızla enseden kaldırılır ve vuruş gerçekleştirilir. Yukarı doğru itici bir güç oluşturmak için dizlerin bükülmesi, topun hızını ve ivmesini artırmada kritik bir rol oynar. Vuruşun tamamlanmasının ardından raket sol ayağa geri getirilerek hareket sonlandırılır (Urartu, 1996). Servisin başarısı birçok faktörün uyum içinde çalışmasına bağlıdır. Topun ivmelenmesi biyomotor (kas kontrolü ve koordinasyonu), antropometrik (vücut yapısı ve uzunluk oranları) ve biyomekanik (hareketin fiziksel prensipleri) değişkenlerin entegrasyonu ile sağlanır (Gelen ve ark., 2009). Buna ek olarak, oyuncunun fiziksel durumu, uygulanan kuvvet, eklemler arasındaki hareket aralığı ve servis sırasında hem oyuncunun hem de raketin ivmelenme kapasitesinin vuruşun etkinliğinde belirleyici bir rol oynadığı gösterilmiştir (Gelen ve ark., 2009).

2.2.5. Lob Vuruşu

Lob vuruşu, rakip fileye yaklaşırken topa rakibin kafasının üzerinden ve arka sahaya doğru vurma tekniğidir (Arslan ve Türkcan, 2019). Bu manevranın rakibin pozisyonel avantajını ortadan kaldırma yeteneği açısından etkili olduğu gösterilmiştir (Kermen, 2002). Ayrıca, lob vuruşunun savunma pozisyonundan hücum pozisyonuna geçişi kolaylaştırmada etkili olabileceği gösterilmiştir (Arslan ve Türkcan, 2019). Lob

vuruşunun uygulanmasında kullanılan tutuş tipik olarak forehand veya backhand tutuşuna benzerdir, ancak bireysel oyuncunun tercihlerine ve oyunun dinamiklerine bağlı olarak bazı farklılıklar olabileceği gözlemlenmiştir (Meinhardt ve Brown, 1984). Bu vuruşun en önemli unsurlarından biri kontroldür (Arslan ve Türkcan, 2019). Topun istenilen yükseklik ve derinliğe ulaşabilmesi için raket açısının doğru ayarlanması gerekmektedir. Raketin başını yukarı doğru açarak topun daha uzun süre havada kalmasını ve rakibin üzerinden geçmesini sağlamak mümkündür (Meinhardt ve Brown, 1984).

Ayrıca, başarılı bir lob vuruşu yapabilmek için oyuncunun hem topa hem de rakibin hareketlerine dikkat etmesi gerekir. Topun hızı ve açısal momentumu rakibin sahadaki pozisyonuna göre ayarlanmalıdır. Rakip öndeyse daha yüksek ve daha derin bir lob tavsiye edilirken, rakip biraz gerideyse daha kontrollü ve daha kısa bir lob kullanılabilir (Sakurai vd., 2013). Doğru zamanlama ve hassasiyetin bir lob vuruşunun başarısı için kritik faktörler olduğu dikkate değerdir (Sakurai vd., 2013).

2.3. Puan

Teniste puanlama sistemi belirli bir dizi kural tarafından yönetilir. Bir oyuncu topu rakip sahaya gönderdikten sonra, rakibi topa vurmadan önce top kendi sahasında iki kez sekerse bir puan kaybeder (Uluslararası Tenis Federasyonu, 2021). Benzer şekilde, rakip topu geri gönderemezse veya vurduğu top kortun sınırlarının dışına çıkarsa, sayı rakip tarafa verilir (Uluslararası Tenis Federasyonu, 2021). Ayrıca, servis atan oyuncunun topa temas etmesinin ardından topun fileye takılması ve daha sonra kendi sahasına girmesi durumunda, sayı kaybedilir. Buna ek olarak, oyuncunun raketinin topa temas ettikten sonra fileyle kesişmesi veya öngörülen düzenlemelere aykırı olarak fileyle temas etmesi halinde puan kaybedilir. Ayrıca, bir oyuncunun raketi tek bir vuruş sırasında topa birden fazla kez temas ederse veya top istemeden oyuncunun vücuduna temas ederse, bu bir hata olarak kabul edilir ve rakibin sayı almasına neden olur. Yukarıda belirtilen düzenlemeler, tenis sporunda adil rekabeti sağlamak ve oyunun sürekliliğini ve akışını korumak için uygulanmaktadır (Uluslararası Tenis Federasyonu, 2020).

2.3.1. Oyun

Bir tenis maçının başlangıcında, her iki oyuncuya da 0 başlangıç puanı verilir. Oyunculardan herhangi biri tarafından kazanılan ilk puana 15, ikinci puana 30 ve üçüncü

puana 40 değeri verilir. Bir oyuncu dördüncü puanını kazandığında rakibi en fazla iki puan kazanmışsa, oyun o oyuncunun lehine sonuçlanır (Şahin, 2005). Ancak, her iki oyuncu da üçer puana ulaşırsa (40-40), bu “ikili” (beraberlik) olarak adlandırılır (Kabasakal, 2006). İkili aşamasında, bir oyuncu bir puan kazandığında “avantaj” elde eder. Avantajlı olan oyuncu bir sayı daha kazanırsa oyunu kazanır. Ancak, avantajlı olan oyuncu bir sonraki sayıyı kaybederse, skor ikiliye döner ve oyuncular iki sayı fark elde edene kadar oyuna devam eder (Kabasakal, 2006).

Hakem sayıları anons ederken, her zaman önce servis atan oyuncunun skorunu anons eder. Servis atan oyuncu ilk sayıyı kaybederse skor “0-15”; ikinci sayıyı kazanırsa “15-15” olur. Oyuncular üç sayıya ulaşır ve skor “40-40” (yani deuce) eşitlenirse, oyun kazanan ilan edilene kadar devam eder (Türkiye Tenis Federasyonu, 2017). 40-30 öndeyken servis atan oyuncu bir sayı daha kazanırsa oyunu kazanır. Ancak bu sayıyı da kaybederse skor tekrar 40-40 (ikili) olur. Geri dönen oyuncu bir sonraki puanı kazanmayı başarır, kendisine bir “avantaj” verilir. (Türkiye Tenis Federasyonu, 2017). Avantaja sahip oyuncu bir sonraki sayıyı kazanırsa oyunu da kazanmış olur. Ancak avantajı elde ettikten sonra sayıyı kaybederse, oyun tekrar ikiliye döner ve iki sayı fark elde edilene kadar oyun devam eder (Türkiye Tenis Federasyonu, 2017).

2.3.2. Set

Bir tenisçinin set kazanabilmesi için en az altı oyun kazanması ve rakibine karşı en az iki oyunluk bir avantaja sahip olması gerekir. Örneğin, 6-0, 6-1, 6-4, 7-5 veya 8-6'lık bir skorla set zaferi elde eden bir oyuncu setin galibi olarak kabul edilir (Kabasakal, 2006). Bir set sırasında skorun 5-5'e ulaşması durumunda, set bir oyuncu art arda iki oyun kazanana kadar devam eder. Sonuç olarak, setler 7-5, 8-6 veya 9-7 gibi skorlarla kazanılabilir (Kabasakal, 2006). Amerika Açık başta olmak üzere önde gelen turnuvalarda “tie-break” kuralı uygulanmaktadır (Türkiye Tenis Federasyonu, 2017). Bu kural, set 6-6'da berabere kaldığında devreye girer. Bu gibi durumlarda oyuncular, yedi sayıya ulaşan ilk oyuncunun (en az iki sayı farkını korurken) genellikle zaferi garantilediği özel bir puan sistemine geçerler. Bu yaklaşım, setlerin uzamasını önlemek ve oyunun temposunu korumak için kullanılır (Türkiye Tenis Federasyonu, 2017).

2.3.3. Maç

“Bir tenis maçı bağlamında, müsabaka iki formattan birinde yapılandırılabilir: üç setlik format ya da beş setlik format. İlkinde, bir oyuncunun maçı kazanmış sayılması için

en az iki set kazanması gerekir (Kermen, 2002). Bu durum şu örnekle açıklanabilir: bir oyuncu maçı 2- 0 ya da 2-1'lik skorla kazanabilir. Beş set üzerinden oynanan maçlarda, zafer kazanmak için en az üç set kazanmak gerekir. Bu gibi durumlarda, bir oyuncu rakibine karşı 3-0, 3-1 veya 3-2'lik bir skor elde ederek zafere ulaşabilir. Grand Slam turnuvalarında erkek maçlarının beş set üzerinden oynanması genel bir kuralken, kadın maçları üç set formatında düzenlenir (Türkiye Tenis Federasyonu, 2017).

2.4. Motivasyon

Türk Dil Kurumu motivasyonu, bireyi belli bir davranışı sergilemeye yönelten, bu davranışın yoğunluğunu ve öncelik sırasını belirleyen iç ya da dış etkenlerin etkisiyle bireyin harekete geçmesi olarak tanımlamaktadır (Önen ve Tüzün, 2005) Bir bireyin ya da herhangi bir canlının belli bir davranışı sergilemesinin nedenleri kimi zaman açıkça görülebilirken kimi zaman anlaşılması daha zor olabilmektedir. Bununla birlikte, her durumda, sergilenen davranışın temelinde bir güdünün ya da birbiriyle ilişkili bir dizi güdünün yattığı ileri sürülmektedir (Cüceloğlu, 2018). Başka bir deyişle, insanlar veya diğer canlılar tarafından herhangi bir eylemin gerçekleştirilmesi rastgele değil, belirli bir motivasyon kaynağına bağlıdır (Tunçer, 2013) Motivasyon, bir bireyin belirli bir davranışı sergilemesine veya belirlediği bir hedefe doğru ilerlemesine yardımcı olan bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Aydın, 1999). Bu süreç, çok sayıda iç ve dış faktörden etkilenir ve böylece bireyin tutarlı ve düzenli davranışlar sergilemesini sağlar (Aydın, 1999). Motivasyon kavramı farklı bakış açılarından çeşitli şekillerde tanımlanmıştır. Bir tanıma göre motivasyon, insanların belirlenen hedefler doğrultusunda hareket etmesini sağlayan bir güç, bireyin hedeflerine ulaşmasını destekleyen ve performansını artıran bir ödül veya teşviktir (Sergiovanni & Starratt, 1993). Özetle, motivasyon psikolojik ve çevresel faktörlerden etkilenen çok yönlü bir kavram olarak değerlendirilebilir.

Motivasyonun, bireylerin hedeflerine ulaşmalarını kolaylaştırmada, onları harekete geçirmede ve çabalarını belirli hedeflere yönlendirmede çok önemli bir rol oynadığı ortaya konmuştur (Daniel, 2006). Performansı artıran, kararlılığı sürdüren ve davranışları şekillendiren kritik bir unsur olarak kabul edilmektedir. Etkili eğitim stratejilerinin özgüven, inanç ve tutumların yanı sıra motivasyonu da içermesi gerektiğini vurgulamıştır (Daniel, 2006). Eğitim bağlamında motivasyon, öğrencilerin derslere devamında, aktif katılımında, başarılı öğrenme süreçlerinde ve akademik sorumluluklarını yerine getirmelerinde önemli bir rol oynar (Wentzel & Wigfield, 2009). Motivasyon, öğrenme

çıktılarını önemli ölçüde etkiler ve eğitim sürecinin verimliliğini ve etkinliğini artırmada çok önemli bir faktördür (Varış, 1987). Bu nedenle, öğrencilerin motivasyon düzeylerinin belirlenmesi, eğitim sürecinin etkinliğini sağlamak için büyük önem taşımaktadır. Ancak, her bireyin farklı ihtiyaç, beklenti ve hedeflere sahip olması nedeniyle bireyleri motive eden faktörlerin kişiden kişiye değişebileceği unutulmamalıdır (Varış, 1987). Bu nedenle eğitimde motivasyonu artırmak için seçilecek yöntemler belirlenirken bireyin psikolojik, kültürel ve sosyal yapısındaki farklılıklar göz önünde bulundurulmalıdır. Bireylerin ilgi ve ihtiyaçlarına uygun motivasyon araçlarının kullanılmasının öğrenme sürecinin etkililiğini ve sürdürülebilirliğini artırdığı kanıtlanmıştır (Akbaba, 2006).

2.4.1. Motivasyon (güdülenme) ve motivasyon ile ilgili kavramlar

Psikoloji, bireylerin gözlenebilir davranışlarını ve bilimsel yöntemlerle doğrudan gözlemlenemeyen karmaşık zihinsel süreçlerini inceleyen bir bilim dalıdır (Şahinler, Ün ve Atasoy, 2021; Cüceloğlu, 2018). Bu alan dikkat, algı, zekâ ve motivasyon gibi içsel süreçlerle ilgilenirken, kişilerarası ve gruplar arası ilişkileri de araştırmaktadır (Turkay ve Demir, 2021). Ayrıca psikoloji, davranışları ve zihinsel süreçleri etkileyen faktörlerin nasıl oluştuğunu inceleyerek bu faktörlerin birey üzerindeki etkilerini açıklamayı ve bu süreçleri yönlendiren nedenleri tespit etmeyi amaçlayan çok disiplinli bir bilim dalıdır (Cüceloğlu, 2018). Sonuç olarak psikoloji, hem bireysel hem de sosyal bağlamlarda insan davranışını anlamak, açıklamak ve tahmin etmek için bilimsel bir çerçeve sağlar (Cüceloğlu, 2018). Ülkemizde uzun yıllar boyunca spor yapan bireylerin zihin ve bedenleri arasındaki karmaşık süreçler genel psikolojinin bir parçası olarak kabul edilmiş ancak spor psikolojisi ile doğrudan ilişkilendirilmemiştir. Ancak son zamanlarda psikolojinin bir alt alanı olarak daha fazla önem kazanmaya başlamış, birçok araştırmacı, sporcu, antrenör ve spor kulübü için değerli bir disiplin haline gelmiştir (Koruç, 1992). Egzersiz ve spor psikolojisi, sporcuların antrenman ve müsabaka süreçleri boyunca zihinsel süreçlerini ve davranışlarını inceleyen bir bilim dalı olarak tanımlanabilir.

Bu disiplinin temel amacı, müsabaka öncesi, sırası ve sonrasında yaşanan zihinsel süreçlere doğrudan ya da dolaylı olarak etki eden unsurları araştırmaktır. Bu amaçla, sporcuların performansını etkileyen psikolojik faktörleri ele alır (Gill, 1986; Görgülü, 2018).

Sporcular önemli ölçüde fiziksel ve zihinsel zorlanmaya maruz kalırlar (İkizler ve Karagözoğlu, 1997). Sporcular yüksek seviyede performans göstermek ve başarıya

ulaşmak için zorlu, uzun sireli ve yorucu antrenman surelerine katlanmak zorundadır. Sportif başarıyı artırmak için genellikle kondisyon, fiziksel g, teknik beceriler ve taktik stratejilere odaklanılırken, zihinsel ve psikolojik faktörler genellikle göz ardı edilir. Ancak başarılı bir sporcu olmak sadece fiziksel dayanıklılıkla sınırlı değildir. Atletik performansın en st düzeye çıkarılması sadece teknik ve taktiksel hazırlıklara değil, aynı zamanda zihinsel dayanıklılık ve psikolojik faktörlere de bağlıdır (Altıntaş ve Akalan, 2007). Son yıllarda, fiziksel ve teknik antrenmanların yanı sıra psikolojik faktörlerin de sportif başarıda oynadığı önemli rol giderek daha fazla kabul görmektedir (Soyer vd., 2010).

Motivasyon, sporcuların başarıya ulaşmaları ve performanslarını optimize etmeleri için gerekli olan en önemli psikolojik unsurlardan biridir (Soyer ve ark., 2010). Motivasyon, bireyleri belirli bir hedefe yöneltten ve bu hedef doğrultusunda hareket etmelerini sağlayan i ve dış faktörlerin toplamıdır. Motivasyon, günlük faaliyetler, akademik uğraşlar, profesyonel çabalar ve spor uğraşları da dahil olmak üzere insan hayatının çeşitli yönlerinde önemli bir rol oynar (Akbaba, 2006; Bakan ve Yılmaz, 2021; Pelletier vd., 1995; Schunk ve DiBenedetto, 2020). Profesyonel spor bağlamında motivasyon, zorlu antrenman surelerinin dayanıklılığında, müsabakalar sırasında optimum düzeyde fiziksel efor sarf edilmesinde ve sporda surekliliğin sağlanmasında kritik bir faktördür (Akbaba, 2006; Bakan ve Yılmaz, 2021; Pelletier vd., 1995; Schunk ve DiBenedetto, 2020). Profesyonel sporcular, antrenman yoğunluğu, rekabet stresi ve başarıya ulaşma arzusunun psikolojik durumlarını önemli ölçüde etkilemesiyle sürekli fiziksel ve zihinsel baskıya maruz kalmaktadır (Vallerand, 2007). Sonuç olarak, motivasyonun hem olumlu hem de olumsuz etkileri olabilir.

Motivasyon, sporcuların hedeflerine ulaşmalarına yardımcı olan bir g olarak tanımlanmıştır (Vallerand, 2007). Gerçekten de, antrenmanın yorucu ve yıpratıcı doğasına rağmen sporcuların spora devam etmelerini sağlayan ana kaynaklardan biri olarak tanımlanmıştır (Vallerand, 2007). Yeterli motivasyona sahip olmayan sporcular antrenmanlara düzenli olarak katılmakta, disiplinli çalışmakta ve kendilerini geliştirmekte zorluk yaşayabilir. Buna karşılık, yüksek motivasyona sahip sporcular fiziksel ve zihinsel zorluklara karşı üstün bir uyum kabiliyeti sergileyerek daha istikrarlı bir performans ve nihayetinde başarı elde ederler (Vallerand, 2007). Sonuç olarak, motivasyon sporcuların gelişiminde çok önemli bir faktördür ve yalnızca fiziksel değil zihinsel gelişimi de etkiler. Sporcularda içsel ve dışsal motivasyonun dengeli bir şekilde

geliştirilmesi, başarıya giden yolda önemli avantajlar sağlayabilir.

Motivasyon konusunu anlayabilmek için öncelikle bu kavramın temelini oluşturan ihtiyaç, dürtü ve güdü kavramlarını açıklığa kavuşturmak gerekir. Motivasyon, bireylerin arzularını, ihtiyaçlarını, içsel dürtülerini ve ilgilerini kapsayan geniş bir olgudur (Cüceloğlu, 2018). Bireyin bir hedefe doğru ilerlemesini, belirli bir eylemi gerçekleştirmesini ya da bir davranışı sergilemesini sağlayan bu süreç, kişisel ve çevresel faktörlerden etkilenmektedir. Motivasyon döngüsünün temeli olan ihtiyaç kavramı, üzerinde çokça araştırma yapılmış bir kavramdır (Baymur, 1994). Temel insan ihtiyaçlarının karşılanması gerekliliği, motivasyon için bir katalizör olarak yaygın bir şekilde kabul edilmektedir (Baymur, 1994). Gerçekten de, bu ihtiyaçların karşılanması birçok kişi tarafından bireyin hayatta kalması ve gelişimini sürdürmesi için çok önemli olarak kabul edilmektedir (Baymur, 1994). Ancak, bu ihtiyaçların kişiden kişiye değişebileceğini ve göreceli önemlerinin de zaman içinde değişebileceğini unutmamak önemlidir. Bu nedenle, bir bireyin davranışının, içinde bulunduğu durum tarafından belirlenen öncelikli ihtiyaçlarından önemli ölçüde etkilendiğini anlamak hayati önem taşımaktadır.

İnsanların yaşamları boyunca çeşitli ihtiyaçlara sahip oldukları ve bu ihtiyaçların kendilerini farklı şekillerde ortaya koydukları bilinen bir gerçektir. Bu ihtiyaçları tatmin etme arzusu, insan davranışlarının en temel motivasyonlarından biridir. Nitekim ihtiyaçların bireyleri belirli bir davranışa yönelten en önemli faktörlerden biri olduğu ortaya konmuştur (Çakal, Ünsal ve Oğuzhan, 2011). İhtiyaçların sürekli ve hiç bitmeyen bir doğaya sahip olduğunu belirtmek önemlidir. Bu ihtiyaçların doğası ve göreceli önemleri, bireyin arzuları, alışkanlıkları, karakter yapıları ve yaşam tarzları da dahil olmak üzere çeşitli faktörlere göre zaman içinde değişime tabidir (Maslow, 1943; Arer, 2020). Doğumla başlayan bu süreç, yaşamın sonuna kadar devam eder ve bireyin kişiliği ve davranışları geliştikçe farklı şekillerde kendini gösterir (Arer, 2020).

Temel ihtiyaçların karşılanması huzur ve memnuniyet duygularını ortaya çıkarırken, bunların yokluğu rahatsızlık ve tatminsizlik duygularını besler. Araştırmalar, ihtiyaçları karşılandığında bireylerin daha yüksek motivasyon, coşku ve enerji sergilediğini tutarlı bir şekilde göstermektedir (Cihangir-Çankaya, 2005; Ryan, 1995). Bedenin ve zihnin uyumlu işleyişi, bu ihtiyaçların karşılanmasına bağlıdır. Bireyin fiziksel ve psikolojik dengesini koruyabilmesi, “homeostatik denge” olarak adlandırılan

ve bireyin değişen çevresel faktörlere uyum sağlamak ve iç dengesini korumak için belirli davranışlar sergilediği bir mekanizma ile sağlanır. “İhtiyaç” terimi bir eksiklik duygusunu, “dürtü” terimi ise bu eksikliğin giderilmesi için bireyde ortaya çıkan içsel güdüyü ifade etmek için kullanılmaktadır (Baymur, 1994; Ercoşkun ve Nalçancı, 2005). “Dürtü” terimi, bireyi harekete geçiren ve eksikliğin üstesinden gelmek için davranışlarda bulunmasını sağlayan içsel bir itici gücü ifade etmek için kullanılır.

Dürtü, organizmanın temel ihtiyaçlarını karşılamak ve iç gerilimi azaltmak için bireyi harekete geçmeye yönlendiren biyolojik bir uyarılma durumu olarak tanımlanmaktadır. Fizyolojik temelli dürtülerin, bireyin hayatta kalmasını sağlamak için tasarlanmış içsel bir itici güç oluşturduğu gösterilmiştir (Kuzgun, 1972; Ercoşkun ve Nalçancı, 2005). Bu noktayı açıklamak için açlık hissi örnek olarak gösterilebilir. Birey bu dürtüyü deneyimlediğinde, temel ihtiyaçlarını karşılamak için onu yiyecek aramaya yönlendirir (Kuzgun, 1972; Ercoşkun ve Nalçancı, 2005). Bu dürtünün tatmin edilememesi, organizmada rahatsızlık, stres ve gerginlik gibi olumsuz fizyolojik sonuçlara yol açabilir. Bu durum, bireyin iç dengeyi yeniden kurmak için harekete geçmesini gerektirir (Kuzgun, 1972; Ercoşkun ve Nalçancı, 2005). Sonuç olarak, güdüler insan davranışı için birincil katalizörü temsil eder ve bireyin temel ihtiyaçlarını tatmin etmek için harekete geçmesini sağlayan bir mekanizma olarak işlev görür.

Güdüler, bireyleri belirli bir hedef doğrultusunda hareket etmeye teşvik eden içsel itici güçler olarak tanımlanmaktadır (Ercoşkun ve Nalçacı, 2005). Davranışın yönünü, yoğunluğunu ve sürekliliğini belirleyen bu güdüler, insan yaşamı boyunca etkili olan karmaşık süreçler arasında yer almaktadır (Kuzgun, 1972) Güdüler, bireylerin belirli bir amaca ulaşmalarını sağlayan motivasyon kaynağını oluşturmakta, davranışın nedenini ve sürecini belirlemede önemli bir rol oynamaktadır (Ercoşkun ve Nalçacı, 2005). Güdüyle yönlendirilen davranış, ihtiyaçları karşılamak veya belirli bir durumu değiştirmek veya iyileştirmek amacıyla bilinçli veya bilinçsiz olabilir. Örneğin, başarıya ulaşma arzusu, bireyleri daha fazla çaba göstermeye iten güçlü bir güdü olarak hizmet edebilir (Cüceloğlu, 1998). Motivasyon, bireyi belirli bir hedefe doğru harekete geçmeye teşvik eden, çabalarının sürekliliğini ve organizasyonunu sağlayan bir süreç olarak tanımlanabilir. Bu kavram, iç ve dış faktörlerin etkileşimi yoluyla bireyin eylemlerine yön ve anlam veren mekanizmaları kapsamaktadır (Ryan ve Deci, 2000a).

'Motivasyon' terimi, bir bireyi belirli bir davranışta bulunmaya iten içsel enerji

olarak tanımlanmaktadır (Başaran ve Orhun, 2013). Bireyin ihtiyaçları, arzuları, hedefleri ve ilgileri gibi unsurları kapsayan temel bir psikolojik süreç olarak kabul edilmektedir. Bu süreç, davranışı kolaylaştırırken aynı zamanda yönünü ve yoğunluğunu da belirler (Cüceloğlu, 1998). “Motivasyon” terimi, Latince “hareket etmek” anlamına gelen “movere” fiilinden türetilmiştir ve Türk Dil Kurumu'na (TDK) göre motivasyon, bireyin belirli bir hedef doğrultusunda harekete geçmesini sağlayan ‘isteklilik’ veya “güdülenme” olarak tanımlanmaktadır. “Motivasyon” ve “güdü” terimleri literatürde sıklıkla birbirlerinin yerine kullanılmaktadır; ancak bazı araştırmacılar bu terimleri farklı anlamlara sahipmiş gibi ele almaktadır (Ercoşkun ve Nalçacı, 2005). Güdü, bireyi belirli bir eyleme yönelten içsel ya da dışsal bir faktörü ifade ederken, motivasyon bireyin bu güdülerin etkisiyle harekete geçme sürecidir (Ercoşkun ve Nalçacı, 2005).

Motivasyon ve güdülenme sıklıkla karıştırılan, ancak aslında birbiriyle ilişkili ve birbirini tamamlayan iki farklı kavramdır. Güdü, bireyin belirli bir ihtiyacı karşılamak veya bir hedefe ulaşmak için harekete geçmesine neden olan içsel bir psikolojik faktör olarak tanımlanmaktadır (Ercoşkun ve Nalçacı, 2005). Motivasyon ise bireyin içsel ya da dışsal faktörler doğrultusunda harekete geçmesini sağlayan, davranışlarını başlatan, sürdüren ve yönlendiren süreci ifade eder (Ercoşkun ve Nalçacı, 2005).

Özetle motivasyon, bir organizmanın belirli bir hedefe doğru hareket etmesini sağlayan psikolojik süreç olarak tanımlanmaktadır (Cüceloğlu, 1994). Bireyin ihtiyaçlarını karşılamak üzere bir veya birden fazla güdüyü harekete geçiren ve bu güdülerin etkisi altında davranışın başlangıcını, yoğunluğunu ve yönünü belirleyen süreçtir. Dolayısıyla motivasyon, bireyin genel davranışını şekillendiren psikolojik bir süreçtir. Eylemleri başlatır ve bireyin duyguları, endişeleri, istekleri ve arzuları üzerinde önemli bir etki yaratarak enerjisini belirli hedeflerin gerçekleştirilmesine yönlendirir (Cüceloğlu, 1998; Yapıcı ve Yapıcı, 2010; Özkurt, 2023). Akbaba (2006) belirttiği gibi motivasyon, bireyin hedeflerine ulaşmak için bilinçli olarak gerçekleştirdiği davranışların temelini oluşturmaktadır. Bu süreç bireyi belirli bir hedefe yönlendirir ve eylemlerini yönlendirerek başarıya ulaşma arzusunu pekiştirir ve uzun vadeli çabalarını destekler.

Motivasyon kavramı, iş hayatı, spor ve eğitim de dahil olmak üzere birçok farklı alanda bilim insanları ve araştırmacılar tarafından en sık çalışılan ve üzerinde durulan konulardan biridir. Aynı zamanda motivasyon, birçok akademik disiplin için de ilgi çekici bir araştırma konusu olmaya devam ediyor. İnsan hayatının her alanında olduğu gibi spor

dünyasında da motivasyonun kritik bir rol oynadığı bilinmektedir (Sarı ve Sağ, 2021). Motivasyonun önemi, sporcuların yüksek performansları ve sergiledikleri davranışlar üzerindeki derin etkisinde yatmaktadır (Altıntaş, Kelecek ve Aşçı, 2013). Motivasyon, bireylerin sporda hedeflerine ulaşmalarında, performanslarını artırmalarında ve başarıya ulaşmalarında çok önemli bir faktördür (Yalçın vd., 2017). Aynı zamanda, araştırma bulguları motivasyonun hem sportif performans hem de sporcuların genel başarısı üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Pelletier vd., 1995; Tiryaki, 2000; Soyer vd., 2010). Bu durum, motivasyon kavramını çevreleyen önemli bir söylemle sonuçlanmış ve motivasyonun spor ve egzersiz psikolojisi alanında öne çıkan bir araştırma konusu olarak ortaya çıkmasına yol açmıştır.

Mevcut literatür incelendiğinde, motivasyonun içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk olmak üzere üç temel kategoride sınıflandırıldığı görülmektedir (Pelletier vd., 1995; Kazak, 2004). İçsel motivasyon, bireyin eylemlerinin kendi içsel arzu ve çıkarları doğrultusunda gerçekleşmesi olarak tanımlanmaktadır (Pelletier vd., 1995). Buna karşılık, dışsal motivasyon ödül, ceza veya dış faktörlerin etkisi altında ortaya çıkan bir motivasyon şeklidir (Vallerand, 2007) Öte yandan motivasyonsuzluk, belirli bir hedefe yönelik hareket etmek için yeterli içsel veya dışsal motivasyonun olmaması olarak nitelendirilir (Cüceloğlu, 1994).

2.4.2. İçsel Motivasyon

Motivasyon kavramı ilk olarak 1890'larda psikoloji alanında öncü bir isim olan William James tarafından araştırılmıştır. Bu ufuk açıcı çalışmada James, içsel ve dışsal motivasyon arasındaki ayrımları tanımlayarak teorik çerçeveyi geliştirmiş ve böylece bu yeni kavramı mevcut literatüre kazandırmıştır (Özdaşlı ve Akman, 2012). James'in teorik katkıları, motivasyona olan bilimsel ilgiyi önemli ölçüde artırmış ve bu iki motivasyon türünün özellikle spor psikolojisi alanındaki öneminin altını çizmiştir. İçsel motivasyon bireyin içsel arzu ve tutkularından kaynaklanırken, dışsal motivasyon ödüller veya cezalar gibi dış faktörlerden etkilenir (Özdaşlı ve Akman, 2012). Bu ayrım, özellikle spor psikolojisi alanında motivasyonu anlamada temel bir kavram haline gelmiştir (Pelletier ve ark., 1995) Motivasyon, yoğunluğu başlatan, yönlendiren ve etkileyen hem içsel hem de dışsal faktörleri kapsayan bir olgu olarak düşünülebilir. İçsel motivasyon, bireyin içsel arzu ve tutkularından kaynaklanırken, dışsal motivasyon ödüller veya cezalar gibi dış faktörlerden kaynaklanır (Özdaşlı ve Akman, 2012). Motivasyon, sporcuların spor

kariyerleri boyunca sergiledikleri çeşitli davranışların yoğunluğunu, süresini ve şeklini başlatan, yönlendiren ve etkileyen içsel ve dışsal faktörlerin yanı sıra memnuniyet, başarı ve performansı da kapsayan çok yönlü bir kavramdır (Pelletier vd., 1995; Vallerand, 2007).

Hem içsel hem de dışsal motivasyon kaynakları, sporcuların hedeflerine ulaşma arayışlarındaki davranışlarını etkiler. İçsel motivasyon sporcuların ilgi, arzu, merak, zevk ve keyif gibi kişisel motivasyon unsurlarını kapsar ve tipik olarak içsel tatmin ve kişisel gelişimle ilişkilidir (Pelletier ve ark., 1995; Vallerand, 2007; Özkurt, 2023). Buna karşılık, dışsal motivasyon, kupa, para ve madalya gibi somut ödüllerin yanı sıra takdir, tanınma ve başkalarından saygı görme gibi soyut faktörler de dahil olmak üzere dış dünyadan gelen ödüller veya tanınma yoluyla sporcuları harekete geçiren unsurları içerir (Vallerand, 2007). Bu iki motivasyon kaynağı arasındaki ayrım, sporcuların hedeflerine ulaşmaya nasıl yaklaştıklarını ve sergiledikleri davranışları anlamada kritik bir faktördür (Ryan ve Deci, 2000a; Aslan ve Doğan, 2020).

İçsel motivasyon, bir kişinin bir faaliyeti gerçekleştirirken hissettiği keyif, zevk ve tatmin olarak tanımlanabilir (Pelletier ve ark., 1995). Bu tür motivasyon, kişinin yaptığı işin doğası gereği ilginç, heyecan verici ve kişiselleştirilmiş bir şekilde zevkli olmasından kaynaklanır. İçsel motivasyon, bir bireyin dış ödüllerden veya sosyal takdirden bağımsız olarak yalnızca kendi içsel değerleri, arzuları ve ilgileri tarafından motive edilmesidir. Bu, bir bireyin bir faaliyette bulunma kararının kişisel tatmin ve haz elde etme arzusu tarafından yönlendirildiği ve dışsal motivasyon unsurlarından etkilenmediği anlamına gelir (Deci, ve ark., 1991). İçsel motivasyon, bir kişinin dışsal ödüller ya da övgüler olmaksızın bir görevi ya da davranışı gönüllü olarak yerine getirmesi olarak tanımlanabilir. Bu, dış ödüller veya onaylanma beklentisi olmaksızın, faaliyetlerin kendi iyiliği için sürdürülmesi ile karakterize edilir. İçsel motivasyon, bireylerin kendi içsel değerleri, ilgi alanları ve kişisel inançları doğrultusunda hareket etmelerini sağlar. Örneğin, spor bağlamında, bazı sporcular sporun kendisine yönelik ilgi, arzu, merak, keyif veya zevk gibi içsel motivasyon unsurları tarafından yönlendirilebilir. Buna karşılık, bazı sporcular için kupa, madalya veya maddi kazanç gibi başarıya ulaşmanın dışsal ödülleri daha etkili olabilir. İçsel motivasyon, daha uzun süreli, sürekli ve tutkulu bir çaba ortaya çıkardığı ve derin bir kişisel tatmine yol açtığı için en güçlü motivasyon biçimlerinden biri olarak kabul edilir (Deci ve ark., 1991).

Düzenli antrenman yapma alışkanlığı, yalnızca çaba, özveri ve disiplin gerektirmekle kalmaz, aynı zamanda güçlü bir içsel güdülenme de gerektirir. Uzun ve yorucu egzersizler sırasında sporcuların içsel güdülenme düzeylerinin yüksek olması, yapılan antrenmanlardan daha fazla tatmin ve keyif almayı sağlar. İçsel güdülenme, sporcuların antrenmanlarını devam ettirebilme yeteneği için hayati bir rol oynar; çünkü bu sporcular, dışsal ödüller veya zorlamalar olmadan, tamamen kendi içsel motivasyonlarıyla egzersiz yapmaya devam ederler. Sonuç olarak, içsel güdülenme, sporcuların uzun vadeli performanslarını sürdürebilmeleri ve daha yüksek başarılar elde edebilmeleri için kritik bir faktördür (Deci ve ark., 1991).

2.4.3. Dışsal Motivasyon

İnsan davranışının çok yönlü doğasını açıklamak için çok sayıda güdü sınıflandırması önerilmiştir. Bu sınıflandırmalar, insanların motivasyonel eğilimlerini daha derinlemesine inceleyerek çeşitli güdü türlerini aydınlatmaya çalışmaktadır. Genel olarak, güdüler iki ana sınıfa ayrılabilir: içsel ve dışsal. İçsel güdüler bireyin içsel motivasyonlarından ve kişisel tatmin arzularından kaynaklanırken, dışsal güdüler çevre, ödüller veya dış baskılar gibi dış faktörlerden etkilenir (Akbaba ve Aktaş, 2005; Özkurt, 2023). Bireylerin motive olma biçimleri yaşam tarzlarına, değerlerine ve kişisel özelliklerine göre değişmektedir (Akbaba ve Aktaş, 2005).

Her bireyin motivasyon tarzının kendine özgü olabileceğini göstermektedir; bir kişi içsel olarak motive olurken, başka bir kişi dışsal ödüllerle motive olabilir. Bazı insanlar içsel olarak motive olurlar, yani eylemlerinden içsel tatmin ve keyif alırlar. İçsel motivasyon, içsel değerlere, ilgi alanlarına ve tutkulara dayanır ve içsel motivasyonla hareket eden bireyler, dış ödüllerden veya onaydan bağımsız olarak, öncelikle zevk almak, kendilerini geliştirmek veya bir amacı yerine getirmek için faaliyetlerde bulunurlar. Buna karşılık, dışsal motivasyona sahip bireyler, mesleki veya kişisel uğraşlarında dış ödüller, övgü veya diğer somut veya soyut ödüller peşinde koşarlar. Onlar için faaliyetin kendisi, o faaliyetten elde edilecek dışsal ödüllerden daha az önemlidir (Özdaşlı ve Akman, 2012). Dışsal motivasyon bağlamında, bireyin davranışı çevreden alınan dış uyaranlardan veya pekiştiricilerden etkilenir. Bu senaryoda, birey herhangi bir içsel motivasyon veya arzudan yoksun olarak dış faktörler tarafından faaliyete doğru yönlendirilir. Birey bir faaliyeti yalnızca ailesinin veya çevresinin beklentileri doğrultusunda gerçekleştirdiğinde veya bir davranışı öncelikle bir ödül, takdir

veya sosyal statü elde etmek amacıyla yaptığında, bu davranış dışsal motivasyon olarak sınıflandırılır (Kazak, 2004; Özkurt, 2023).

Dışsal motivasyon, sporcuların davranışlarını tetikleyen ve yönlendiren faktörlerin dışarıdan, yani çevrelerinden ve toplumdan geldiği bir motivasyon türü olarak tanımlanabilir (Kazak, 2004). Bu dışsal kaynaklar, para, madalya, kupa veya ödül gibi maddi kazançlar gibi somut ve maddi ödüller olabilir. Ayrıca, sosyal statü, tanınma, başarı ve prestij gibi soyut ödüller de dışsal motivasyonu besleyen faktörlerdir. Aile ve arkadaşlar tarafından sağlanan sosyal destek veya bu kişiler tarafından bir sporcuya uygulanan baskı da dışsal bir motivasyon kaynağı olarak kabul edilir. Dışsal motivasyon, içsel motivasyonun aksine, içsel bir arzu nedeniyle değil, daha ziyade dışsal ödüller elde etmek veya içselleştirilmiş sonuçlardan kaçınmak için kendiliğinden sergilenen davranışlarla karakterize edilir (Vallerand, 2007; Deci ve ark., 1991) Dışsal ve içsel motivasyon arasındaki ilişki, birbiriyle ilişkili ve etkileşimli olarak karakterize edilir. Örneğin, dışsal ödüllerin veya başarıların elde edilmesinin bir sporcunun içsel motivasyonunu artırdığı, böylece kişisel tatmin duygusu yarattığı ve onları daha fazla efor sarf etmeye ittiği gösterilmiştir (Aslan ve Doğan, 2020).

2.4.4. Motivasyonsuzluk

İnsanların anlaşılması zor, karmaşık varlıklar olduğu yaygın olarak kabul edilmektedir (Ercoşkun ve Nalçacı, 2005). Bir bireyin belirli bir davranışı neden sergilediğini anlamak ya da tahmin etmek için o kişiyi motive eden güdülerini analiz etmek gerekir (Cüceloğlu, 1994). Başka bir deyişle, bir bireyin davranışını yönlendiren güdülerin ardındaki nedenleri keşfetmek önemlidir. Her davranışın arkasında bireyi harekete geçiren bir eksiklik ya da ihtiyaç yatmaktadır (Baymur, 1994). Sporcuların spordaki motivasyon süreçlerini anlamak için Ryan ve Deci (1985) tarafından ortaya atılan Özgür İrade Kuramı birçok bilim insanı ve araştırmacı tarafından önemli bir konu olarak incelenmiştir. Bu teoriye göre, bireyler farklı düzey ve türlerde olabilen farklı ihtiyaçlar tarafından yönlendirilirler. İhtiyaçlar hiyerarşisi, bu teorideki bir diğer kilit kavramdır ve bireylerin motivasyonu bu ihtiyaçların karşılanma derecesine göre değişmektedir. Belirlenen hedeflere ulaşmak için sporcuları belirli hedef odaklı davranışlara yönlendiren birçok farklı motivasyon türü vardır.

Mevcut literatürde bu motivasyonlar genel olarak üç ana kategori altında incelenmektedir: içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk (Pelletier vd.,

1995; Kazak, 2004) İçsel ve dışsal motivasyon kavramları, insanların harekete geçmesini sağlayan farklı motivasyon türlerini açıklayan iki ana başlıktır ve önceki bölümlerde ayrıntılı olarak ele alınmıştır. Bununla birlikte, Özgür İrade Teorisi'nin kavramsal çerçevesi içinde ortaya konan alternatif bir motivasyon biçimi de motivasyonsuzluktur. Bu kavram, bireylerin herhangi bir içsel veya dışsal motivasyondan, yani bir hedef doğrultusunda bir eylemin gerçekleştirilmesi için vazgeçilmez olan motivasyondan yoksun olduğu bir durumla ilgilidir (Sarı ve Sağ, 2021).

Motivasyonsuzluk, bireyin bir hedefe ulaşmak veya bir davranışı gerçekleştirmek için ne içsel ne de dışsal bir arzu veya ilgi gösterdiği bir durum olarak tanımlanabilir (Pelletier vd., 1995). Bu motivasyon durumu, bireyin hedeflerine ulaşmak için dış uyaranlara tepki verememesi veya faaliyetleriyle anlamlı bir bağlantı kuramamasıyla da kendini gösterebilir. Birey, eylemlerinin amacını veya nedenini tanımlamakta güçlük çekebilir ve sonuç olarak, bu amaçla uyumlu eylemler gerçekleştirmekte zorlanabilir (Pelletier vd., 1995). Motivasyonsuzluk, bireyin hem içsel hem de dışsal olarak hedeflerine ulaşmak için gerekli motivasyon ve ilgiden yoksun olduğu bir durum olarak tanımlanabilir (Ryan ve Deci, 2000a). Bu durum, çaresizlik, yetersizlik ve herhangi bir eylemde bulunma konusunda genel bir isteksizlik hissine yol açabilir. Sporcular söz konusu olduğunda, motivasyonsuzluğa yorgunluk, halsizlik ve antrenmana katılma konusunda genel bir isteksizlik gibi bir dizi fiziksel ve psikolojik semptom eşlik edebilir (Kolayış, Sarı ve Köle, 2015; Özkurt, 2023).

Uzun süreli ve yoğun egzersiz, aşırı stres ve baskı altında kalan sporcular, motivasyon eksikliği nedeniyle fiziksel ve zihinsel olarak tükenebilir ve aynı zamanda yaptıkları spora karşı isteksizlik hissedebilirler. Ayrıca, spora ve spor ortamına duydukları sevgi ve bağlılık azalabilir, bu da performanslarını ve genel olarak sporla olan ilişkilerini olumsuz yönde etkileyebilir (Pelletier vd., 1995).

2.4.5 Tenise Başlamaya Motive Eden Faktörler

Rekreasyonel spor faaliyetlerine katılım genellikle bu faaliyetlerden beklenen veya elde edilen faydalarla motive edilir. Çok sayıda faktör, bir bireyin faaliyet seçimini ve bu faaliyetlere birlikte katıldıkları bireyleri etkileyebilir. Bu faktörler arasında bireyin yaşam tarzı, dünya görüşü, fırsatları, sosyal çevresi ve çevresi tarafından sunulan rekreasyonel faaliyet fırsatları yer almaktadır. Ayrıca, ilişkiler, karakter yapısı, duygusal zeka ve geçmiş deneyimler de bireyin katıldığı faaliyetlerin ve bu faaliyetlere birlikte katıldığı

bireylerin belirlenmesinde rol oynayabilir (İbrahim ve Cordes, 2002). Ayrıca, cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, medeni durum ve eğitim düzeyi gibi demografik değişkenler de kişinin tercihlerini ve katılım düzeyini şekillendirebilmektedir (İbrahim ve Cordes, 2002).

Cinsiyet açısından bakıldığında, kadınlar genellikle sağlıklarını korumak ve fiziksel görünümelerini iyileştirmek amacıyla rekreasyonel faaliyetlere katılırken, erkekler güçlerini göstermek ve rekabet etmek için bu tür faaliyetlere katılma eğilimindedir (Ardahan ve Mert, 2013). Tenis, dünyanın en popüler sporlarından biri olarak kabul edilmektedir (İbrahim ve Cordes, 2002). Bireysel ya da çiftler halinde oynanabilen bu spor birçok fiziksel ve zihinsel fayda sağlamaktadır (Ardahan ve Mert, 2013). Tenise başlama nedenleri bireyin kişisel ihtiyaçlarına ve önceliklerine bağlı olarak değişebilmektedir (Ardahan ve Lapa, 2010). Tenis oynama teşvikleri yaş ve cinsiyet gibi demografik faktörlere göre farklılık gösterebilir (Ardahan ve Mert, 2013). Örneğin, çocuklar öncelikle eğlence amaçlı ve sosyalleşmek için tenis oynarken, yetişkinler genellikle sağlıklarını geliştirmek, rekabet etmek ve başarı elde etmek için bu sporu benimserler (İbrahim ve Cordes, 2002).

2.5. Sporda Motivasyon Olgusu

Sporcuların motivasyonlarını etkileyen çeşitli faktörler ve psikolojik unsurlar bulunmaktadır. Bu psikolojik unsurlar, bireyleri spora yönlendiren ve onları motive eden karmaşık duygusal ve zihinsel özelliklerdir (Çam, 1990). Bunlardan bazıları; hareket etme isteği, kendini keşfetme, kendini ifade etme, tanınma ihtiyacı ve prestij kazanma gibi unsurlardır (Çam, 1990). Çam (1990), bu motivasyon kaynaklarını biraz daha geniş bir perspektifle ele alarak sporun coşku ve eğlence yönü, bedensel zindelik, günlük stres ve yorgunluğu atma, sağlığı koruma, boş zamanı değerlendirme, hobi edinme, sosyal ilişkiler kurma, sportif başarı arzusu ve atletik bir görünüme sahip olma şeklinde sıralamıştır.

Tiryaki (2000), sporla ilgili motivasyonlar iki ana gruba ayrılmaktadır. İçsel motivasyon, bireyin kendi iç dünyasından gelen dürtülerle spora yönelmesini ifade eder. Bu faktörler arasında başarı elde etme arzusu, takdir edilme isteği, güçlü olma dürtüsü, rekabetçi tutum, kendini keşfetme ve tanıma ihtiyacı, sosyal gruba ait olma isteği gibi unsurlar yer almaktadır (Çam 1990). Dışsal motivasyon ise bireyin çevresel faktörler

nedeniyle spora yönelmesini kapsar. Bunlar arasında sağlığı koruma, fiziksel kondisyonu artırma, stres ve gerginliği azaltma, kendini fiziksel olarak beğenme ve hareket etme isteği gibi unsurlar bulunmaktadır (Çam 1990).

2.5.1. Sporda Motivasyon Çeşitleri

Sporda motivasyon unsurları, öncelikli olarak niteliğine ve niceliğine göre iki gruba ayrılmaktadır (Yalçın, 2015). Nitelik açısından spor motivasyonu, motivasyonun içeriğine, yani hangi faktörlerin motive edici olduğuna odaklanırken, nicelik açısından spor motivasyonu ise bu unsurların yoğunluğu veya seviyesine göre değerlendirilir. Başka bir deyişle, niteliksel spor motivasyonu, motivasyon kaynaklarının anlam ve nedenleriyle ilgilenirken, niceliksel spor motivasyonu, motivasyonun derecesine ve gücüne odaklanmaktadır (Yalçın, 2015).

2.5.2. Genel Spor Motivasyonu

Nitel spor motivasyonlarının ilk türü olan genel spor motivasyonu, sporcunun hem bireysel (ruhsal) hem de sosyal gereksinimlerini kapsar (Yalçın, 2015). Bu motivasyon türü, kişiden kişiye ve içinde bulunulan toplumun koşullarına bağlı olarak değişiklik gösterebilir. Bu kapsamda, genel spor motivasyonu içinde yer alan bazı gereksinimler, yani motivasyonu sağlayan unsurlar, şunlardır (Yalçın, 2015).

- Takdir edilme
- Dost kazanma
- Çevre edinme
- Etkin olma
- Kendini anlatma
- Ün kazanma
- Prestij elde etme
- Macera duygusu
- Aile istekleri
- Kültürel özellikler

Bu nedenle, sporda arzu edilen başarının sağlanabilmesi için sporcunun sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarının doğru bir şekilde anlaşılması büyük önem taşımaktadır (Serin, 2016).

2.5.3. Özel Spor Motivasyonu

Nitel spor motivasyonunun ikinci türü olan özel spor motivasyonu, sporcunun fiziksel ve biyolojik gereksinimlerini kapsar. Bu kategoriye giren bazı motivasyon unsurları şunlardır (Yalçın, 2015).

- Rahatlama isteği
- Yüksek kondisyona sahip olma isteği
- Güçlü olma isteği
- Sağlıklı olma isteği

2.5.4.Yetersiz Motivasyon

Sporcunun motivasyon düzeyinin düşük olması ve müsabakaya hazır olmaması durumudur. Bu duruma yol açan bazı nedenler olarak;

- Müsabakanın önemsiz olması,
- Yenilginin baştan kabullenilmiş olması,
- Rakibin küçümsenmesi veya başarıya doymuş olma gibi nedenler

gösterilmektedir. Bu durum sonucunda ortaya çıkan yetersiz motivasyon, aynı zamanda “başlama isteksizliği” olarak da adlandırılır. Bunun sonucunda kişi gevşeklik hissedebilir ve isteksizlik durumu ortaya çıkabilir (Dirmen, 2014).

2.5.5. Yeterli Motivasyon

Sporcunun motivasyon seviyesi, onun müsabakaya fiziksel ve zihinsel olarak hazır olup olmadığını belirler. Eğer sporcu yeterince motive olmuşsa, karar alma süreci daha dengeli ve tutarlı olur (Dirmen, 2014). Aynı zamanda, bilinçli bir şekilde hareket eder, mücadele sırasında olayları dikkatlice takip eder ve stratejik düşünme becerisini korur (Dirmen, 2014). Bunun yanı sıra, yüksek motivasyon sporcunun stresle başa çıkmasına yardımcı olur ve psikolojik dayanıklılığını artırır. Böylece, belirlenen taktiklere uyum sağlayabilir ve maç boyunca gerekli zihinsel enerjiyi sürdürebilir. Sonuç olarak, yeterli motivasyon sporcunun performansını olumlu yönde etkileyerek, hem fiziksel hem de zihinsel olarak güçlü bir şekilde mücadele etmesini sağlar (Dirmen, 2014).

2.5.6. Aşırı Motivasyon

Sporcunun motivasyon seviyesinin olması gerekenden fazla olması, onun performansını olumsuz yönde etkileyebilecek bir durumdur (Yalçın, 2015). Genellikle

psikolojik baskılar, çevresel beklentiler veya toplumsal zorlamalar nedeniyle ortaya çıkar. Sporcu, "Ya kazanamazsam?" düşüncesine kapıldığında, üzerinde yoğun bir kaygı ve başarısızlık korkusu hisseder. Bu aşırı motivasyon durumu, sporcunun kendine olan güvenini sarsabilir ve onun doğal performansını sergilemesini zorlaştırabilir. Fazla heyecan ve stres nedeniyle odaklanma sorunu yaşayabilir, yanlış kararlar alabilir ve fiziksel olarak gereğinden fazla efor sarf ederek erken yorulabilir. Ayrıca, aceleci davranışlar sergileyerek stratejik planlamaya uyum sağlamakta güçlük çekebilir. Bu durum literatürde "başlama telaşı" olarak adlandırılır ve sporcunun müsabakaya gereğinden fazla gergin başlamasına neden olur. Aşırı motivasyon, doğru yönetilmediğinde performansı düşürebilir ve sporcunun gerçek potansiyelini sahaya yansıtmasını engelleyebilir (Yalçın, 2015).



BÖLÜM III

3.YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada tenis sporu yapan öğrencilerin motivasyonlarını derinlemesine incelenmesi ve bu motivasyonu artıran ya da azaltan faktörleri belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda, nitel araştırma desenlerinden biri olan durum çalışması deseni kullanılmıştır.

Durum çalışması, belirli bir olgunun kendi bağlamı içinde kapsamlı biçimde incelenmesini esas alan bir yöntemdir (Tutar & Erdem, 2020; Creswell, 2016). Özellikle karmaşık ve güncel sosyal olguların nasıl ve neden meydana geldiğini anlamaya yönelik olarak kullanılır. Farklı veri toplama yöntemlerinin bir arada kullanılmasına imkân tanıyan bu yaklaşım, araştırmacının olguyu çok boyutlu değerlendirmesine olanak sağlar.

3.2. Araştırma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye'nin Mersin ilinde ders dışı tenis etkinliklerine katılan 16 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcılar, amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenmiş olup, tenis sporunda en az iki yıllık deneyime sahip, ders dışı etkinliklere düzenli olarak katılan ve bu alanda bilgi sağlayabilecek öğrencilerden seçilmiştir. Katılımcı profili oluşturulurken cinsiyet, yaş, tenis deneyimi ve sınıf seviyesi gibi demografik özellikler dikkate alınmıştır.

Amaçlı örnekleme, araştırmanın amacına uygun bilgi sağlayabilecek bireyleri belirli ölçütlere göre seçmeye olanak tanıyan bir örnekleme tekniğidir (Patton, 2002). Bu sayede belirli özellikleri taşıyan bireylerden derinlemesine veri toplanması hedeflenmiştir.

Tablo 1.Katılımcıların Kişisel Bilgileri

		n	%
Cinsiyet	Erkek	8	50,00
	Kadın	8	50,00
Yaş	14-15 yaş	5	31,25
	15-16 yaş	4	25,00
	16-18 yaş	7	43,75
Spor Yılı	2-4 yıl	10	62,5
	4-7 yıl	3	18,75
	7- 10 yıl	3	18,75
Sınıf	Lise 1	3	18,75
	Lise 2	5	31,25
	Lise 3	3	18,75
	Lise 4	5	31,25
Toplam		16	100,0

3.3. Veri Toplama Süreci

Araştırma kapsamında verilerin toplanma süreci, nitel araştırma ilkelerine uygun olarak titizlikle planlanmış ve yürütülmüştür. Bu süreçte temel amaç, tenis sporu ile uğraşan lise öğrencilerinin motivasyonlarını etkileyen faktörlere ilişkin derinlemesine bilgi edinmektir.

Veri toplama süreci başlamadan önce, katılımcılara araştırmanın amacı, kapsamı, süreci ve etik ilkeleri hakkında ayrıntılı sözlü ve yazılı bilgilendirme yapılmıştır. Katılımcılardan, görüşmelerin sesli ya da yazılı olarak kaydedilmesine dair açık rızaları alınmıştır. Ayrıca, elde edilen tüm bilgilerin yalnızca bilimsel amaçla kullanılacağı, kimliklerinin gizli tutulacağı ve hiçbir şekilde üçüncü kişilerle paylaşılmayacağı taahhüt edilmiştir. Görüşmeler gönüllülük esasına göre, öğrencilerin aktif olarak tenisle ilgilendikleri ortamlar olan spor tesislerinde birebir gerçekleştirilmiştir. Her bir görüşme yaklaşık 30 ila 45 dakika sürmüştür. Görüşmeler sırasında katılımcıların kendilerini rahat ve güvende hissetmelerini sağlamak amacıyla samimi bir ortam oluşturulmuş ve araştırmacı, yönlendirici tutumlardan özellikle kaçınmıştır.

Verilerin toplanmasında yarı yapılandırılmış görüşme formları kullanılmıştır. Bu formlar uzman görüşleri doğrultusunda hazırlanmış, sporla ilgili deneyimlere ve motivasyonel faktörlere odaklanan açık uçlu sorulardan oluşmuştur. Soruların anlaşılır, açık ve tarafsız bir dille yazılmasına dikkat edilmiştir. Gerekli görüldüğünde, görüşmeleri derinleştirmek adına sonda sorular ve alternatif açıklayıcı sorular da devreye sokulmuştur. Katılımcılar, görüşme öncesinde araştırmanın amacı, süreci, içerdiği etik ilkeler ve verilerin nasıl kullanılacağı hakkında sözlü ve yazılı olarak bilgilendirilmiştir. Bu bilgilendirme kapsamında, verilerin yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacağı ve üçüncü şahıslarla paylaşılmayacağı açıkça ifade edilmiştir. Katılımcıların görüşmelerin sesli veya yazılı kaydına onay vermeleri sağlanmış, bu doğrultuda bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Araştırmanın etik yönü, bilgilendirilmiş onam, gizlilik ve katılımcı haklarına saygı ilkeleri temelinde yapılandırılmıştır. Katılımcılara araştırmanın amacı, süreci ve veri kullanımı hakkında önceden bilgilendirme yapılmış; görüşmelere katılıp katılmama kararları tamamen kendi isteklerine bırakılmıştır. Katılımcıların kimlikleri gizli tutulmuş, hiçbir kişisel bilgiye doğrudan yer verilmemiştir. Görüşmeler sırasında elde edilen veriler, kişilerin isimleriyle ilişkilendirilmeksizin yalnızca kodlar (örneğin K1, K2...) kullanılarak analiz edilmiştir. Böylece bireylerin kimliğinin belirlenmesi engellenmiş ve kişisel mahremiyet korunmuştur. Tüm araştırma süreci, etik kurul ilkeleri ve akademik standartlara uygun biçimde yürütülmüştür (Yıldırım ve Şimşek, 2013).

Bu süreçte ayrıca aşağıdaki varsayımlar göz önünde bulundurulmuştur:

- Katılımcıların araştırma sorularına samimi ve içten yanıtlar verdikleri,
- Görüşme ortamının güven ve açıklık temelinde yürütüldüğü,
- Araştırmacının tüm süreci tarafsızlık ve şeffaflıkla yönettiği kabul edilmiştir.

Veri toplama süreci, araştırmanın inandırıcılığını, aktarılabilirliğini ve güvenilirliğini artırmaya yönelik bütüncül bir yaklaşımla ele alınmıştır.

3.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada verilerin toplanmasında iki temel araç kullanılmıştır: katılımcılara ilişkin temel demografik bilgilerin elde edilmesini sağlayan Kişisel Bilgi Formu ve öğrencilerin tenis sporuna yönelik motivasyonlarını derinlemesine ortaya koymaya yönelik olarak geliştirilen Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu. Her iki araç da araştırmanın amaç ve

sorularına uygun olarak, literatür desteği ve uzman görüşleri doğrultusunda hazırlanmıştır.

3.4.1 Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, araştırma grubundaki öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemeye yönelik olarak geliştirilmiştir. Formda cinsiyet, yaş, tenis deneyimi ve sınıf seviyesi ile ilgili diğer temel bilgiler yer almıştır. Bu bilgiler, katılımcıların genel profilini ortaya koymak, verilerin sınıflandırılmasına ve bağlam analizlerine katkı sağlamak amacıyla toplanmıştır.

3.4.2 Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

Araştırmada nitel veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Bu form, öğrencilerin tenis sporuna yönelik motivasyonlarını etkileyen faktörleri derinlemesine anlamaya yönelik olarak hazırlanmıştır. Görüşme tekniği, katılımcıların düşünce, duygu ve deneyimlerini doğrudan ve ayrıntılı biçimde aktarmalarına imkân tanınması nedeniyle nitel araştırmalarda sıkça tercih edilen etkili bir yöntemdir (Merriam, 2015; Türnüklü, 2001).

Görüşme formunun hazırlanma sürecinde öncelikle literatür taraması yapılmış, araştırma amacı ve sorularına uygun temalar belirlenmiştir. Uzman görüşleri doğrultusunda sorular yapılandırılmış, ardından formun anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla pilot uygulamalar gerçekleştirilmiştir. Sorular, katılımcıların sporla ilgili deneyimlerine odaklanacak şekilde açık uçlu olarak tasarlanmış; yönlendirici ifadelerden kaçınılmış ve gerektiğinde kullanılmak üzere sonda ve alternatif sorular da dahil edilmiştir. Sorular, mantıksal bir bütünlük içerisinde sıralanarak sistematik bir yapı oluşturulmuştur.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler, nitel araştırma yöntemine uygun olarak analiz edilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme formları aracılığıyla elde edilen veriler, betimsel analiz ve içerik analizi teknikleri kullanılarak değerlendirilmiştir. Analiz sürecinde, araştırmanın amacı doğrultusunda katılımcıların motivasyonlarına ilişkin ifade ettikleri görüşlerin anlamlı temalar altında toplanması hedeflenmiştir.

Betimsel analiz sürecinde, veriler öncelikle anlamlı bütünler hâline getirilmiş; ardından bu veriler, önceden belirlenmiş temalar çerçevesinde düzenlenmiştir (Yıldırım

& Şimşek, 2013). Bu yöntemde araştırmacı, katılımcı ifadelerini doğrudan kullanarak belirli temalar etrafında özetlemeler yapmakta; bulgular sistematik ve açık bir biçimde sunulmaktadır. Betimsel analiz, elde edilen verilerin düzenlenmesini, anlamlandırılmasını ve araştırma sorularıyla ilişkilendirilmesini sağlamıştır.

İçerik analizinde ise, katılımcıların görüşlerinden elde edilen veriler dikkatli biçimde kodlanmış; tekrar eden ifadeler, ortak kavramlar ve örüntüler belirlenerek kodlara ayrılmıştır. Kodlar, içeriksel benzerliklerine göre kategorilere dönüştürülmüş, ardından bu kategoriler üst düzey yapılar olan temalar altında toplanmıştır (Baltacı, 2019). Bu süreçte veriler, sistematik biçimde Microsoft Excel programı kullanılarak analiz edilmiştir. Her katılımcıya bir kod (örneğin K1, K2...) atanarak verilerin gizliliği korunmuş ve verilerin sistematik şekilde sunumu sağlanmıştır. Kodlanan veriler, doğrudan alıntılarla desteklenerek analiz bulgularına derinlik kazandırılmıştır. Ayrıca, veri kaynağı çeşitliliği ve görüşme notlarıyla karşılaştırmalı kontrol yoluyla analiz sürecinde iç geçerlilik güçlendirilmiş, verilerin tutarlılığı artırılmıştır. Analiz süreci boyunca, katılımcı ifadeleri ile olgular arasında neden-sonuç ilişkileri kurularak anlamlı yorumlara ulaşılmıştır. Elde edilen bulgular, öğrencilerin tenis sporuna yönelik motivasyonlarını etkileyen olumlu ve olumsuz faktörleri ortaya koyacak şekilde temalar ve kategoriler hâlinde yapılandırılmıştır. Çalışma sürecinde, nitel araştırmalarda geçerlilik ve güvenilirliği sağlamaya yönelik dört temel ilke esas alınmıştır:

İnandırıcılık: Katılımcı ifadelerinin doğrudan alıntılarla desteklenmesi,

Aktarılabirlik: Sürecin ayrıntılı biçimde tanımlanarak benzer bağlamlarda kullanılabilir hâle getirilmesi,

Güvenilirlik: Kodlama ve tema oluşturma sürecinin açık biçimde raporlanması,

Doğrulanabilirlik: Bulguların veri kaynaklarıyla desteklenmesi ve araştırmacı önyargılarından arındırılması.

Bu yaklaşımlar, verilerin sistematik olarak analiz edilmesini ve araştırmanın bilimsel güvenilirliğinin sağlanmasını mümkün kılmıştır (Arastaman, Öztürk-Fidan & Fidan, 2018).

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Araştırmacı ile katılımcı görüşleri doğrultusunda elde edilen bulgular tablo ve görüş örnekleriyle aşağıda paylaşılmıştır.

4.1. Temalar, Kategoriler ve Kodlar

Bu bölümde, elde edilen katılımcı görüşlerinin analizi; nitel verilerle oluşturulan temalar, kategoriler ve kodların oluşumu ele alınmıştır. Ayrıca, katılımcı görüşleri örneklerle değerlendirilmiştir. Araştırma analiziyle, tenise başlama motivasyonu temasının *kendini geliştirme, sosyalleşme ve sosyal faktörler* kategorileriyle oluştuğu; tenise devam etme motivasyonu temasının *boş zamanları değerlendirme, başarı beklentisi ve sağlıklı olma* kategorileriyle oluştuğu; Tenise katılım motivasyonu temasının ise *sağlıklı olma, sosyal beklenti ve başarı motivasyonu* kategorileriyle şekillendiği görülmüştür.

4.1.1. Tenise Başlama Motivasyonu Teması

Tenise başlama motivasyonu temasının oluşmasında kendini geliştirmenin, sosyalleşmenin ve sosyal faktörlerin etkili olduğu görülmüştür. Bu yapı öğrencilerin tenis sporuna başlama süreçlerini ve bu sürecin arkasındaki motivasyonları incelemektedir. Katılımcılar, tenisle tanışmalarının çeşitli faktörler, çevresel etkiler ve kişisel ilgilerle şekillendiğini ifade etmişlerdir. Tenise başlama motivasyonu temasına ilişkin kategori ve kodlar Tablo 2 de gösterilmiştir.

Tablo 2.Tenise Başlama Motivasyonu Temasına İlişkin Kategori ve Kodlar Tablosu

+	Tema	Kategori	Kod	Katılımcılar	f
Tenise Başlama Motivasyonu	Kendini Geliştirme		Fiziksel gelişim	K1, K9	2
			Kariyer gelişimi	K6,K8, K11, K13, K14	5
			İstek ve ilgi	K1, K6,K8,K9,K11,K14	6
			Sosyal gelişim	K3, K5 K7	3
			Spor gelişim	K4	1
	Sosyalleşme		Referans grupları	K3, K5, K7, K10, K11, K12, K13, K14	8
			Yeni kişiler tanımak	K1, K2, K5, K6, K7	5
	Sosyal Faktörler		Çevresel Faktörler	K2, K4, K9, K12, K13	5
			Sosyal Destek	K2, K3, K5, K7, K15, K16	6

Tablo 2 incelendiğinde, “Tenise Başlama Motivasyonu” temasının “Kendini Geliştirme” “Sosyalleşme” ve “Sosyal Faktörler” kategorilerine ayrıldığı görülmektedir. Kendini geliştirme kategorisinin “fiziksel gelişim”, “kariyer gelişimi”, “istek ve ilgi”, “sosyal gelişim”, “spor gelişim” kodları ile oluştuğu görülmüştür. Fiziksel gelişim kodu için 2, kariyer gelişimi kodu için 5, istek ve ilgi kodu için 6, sosyal gelişim kodu için 3, spor gelişim kodu için 1 katılımcı görüş bildirmiştir. Sosyalleşme kategorisi, “referans grupları” ve “yeni kişiler tanımak” kodları ile oluştuğu görülmektedir. Referans grupları kodu için 8, yeni kişiler tanımak kodu için 5 katılımcı görüş bildirmiştir. Sosyal faktörler kategorisinin ise “çevresel faktörler” ve “sosyal destek” kodları ile oluştuğu görülmektedir. Çevresel faktörler kodu için 5, sosyal destek kodu için 6 katılımcı görüş bildirmiştir.

4.1.1.1.Kendini Geliştirme Kategorisi

Kendini geliştirme kategorisini oluşturan ifadeler incelenmiştir. Katılımcıların tenis sporunda hangi alanlarda geliştirdiklerini ifade etmiştir. Bu ifadeler fiziksel gelişim, kariyer gelişimi, istek ve ilgi, sosyal gelişim, spor gelişim olarak kodlanmıştır.

a) Fiziksel Gelişim

Katılımcılar tenis sporuna katılım sürecinde fiziksel sağlıklarını iyileştirme, dayanıklılıklarını artırma ve bedensel yeteneklerini geliştirme isteğini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K1: “... Kendimi fiziksel olarak geliştirmek, ilerlemektir”,

K9: “*Teniste en çok hoşuma giden de kendimi geliştirmek istemem, fiziksel olarak geliştiğimi görmek beni mutlu ediyordu*” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde öğrencilerin tenis sporuna katılım sürecinde fiziksel sağlıklarını iyileştirme, dayanıklılıklarını artırma ve bedensel yeteneklerini geliştirme isteğini ifade etmektedir. Katılımcılar, tenisi fiziksel gelişimlerini ilerletme ve bedensel becerilerini iyileştirme fırsatı olarak görmüş, bu süreçten keyif aldıklarını belirtmişlerdir.

b) Kariyer Gelişim

Katılımcılar tenis sporuna katılım sürecinde bu sporu profesyonel bir kariyer hedefi olarak görme, yeteneklerini geliştirme ve gelecekte bu alanda başarı elde etme isteğini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K6: “*Tenisi oynadıkça hoşuma gittiğini fark ettim ve dedim ki ben neden şampiyon olmayayım veya neden kariyerimi geliştirmeyeyim diye düşündüm*”,

K8: “*Tenise başladıktan sonra da çok hoşuma gitmeye başladı. Şimdi diyorum ki iyi ki de bu tenise başlamışım çünkü tenis sayesinde şampiyon oldum kariyer olarak geliştim*”,

K11: “*Kuzenimde bana buranın tesisinin çok iyi olduğunu antrenörlerin çok iyi olduğundan bahsetmişti bu benim kariyer gelişimim için çok önemliydi*” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde öğrencilerin tenis sporuna katılım sürecinde bu sporu profesyonel bir kariyer olarak görme, yeteneklerini geliştirme ve gelecekte başarı elde etme arzusunu ifade etmektedir. Katılımcılar, tenis sayesinde kariyerlerini geliştirmeyi ve şampiyon olmayı hedeflediklerini, ayrıca iyi tesisler ve antrenörlerle bu gelişimi daha da pekiştirdiklerini belirtmişlerdir.

c) İstek ve İlgi

Katılımcılar, tenise karşı duydukları merak, istek ve spora olan kişisel ilgilerinin tenis sporuna başlama motivasyonlarını nasıl etkilediğini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K1: “*Tenis benim ilgimi çok çekiyordu bu yüzden de tenise başlamayı çok istedim*”,

K6: “*Benim de tenis müsabakaları seyretmek açıkçası çok ilgimi çekiyordu. Daha sonra babama tenis benim hoşuma gittiğini ve tenis oynamak istediğimi söyledim*”,

K8: “*Daha sonrasında ise tenise başladım ve tenis gerçekten çok ilgimi çekmişti*”, ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde, öğrencilerin tenise karşı duydukları merak, ilgi

ve spora olan isteklerinin tenis sporuna başlama motivasyonlarını nasıl şekillendirdiğini ifade etmektedir. Katılımcılar, tenis izlerken veya çevrelerinde görerek bu spora ilgi duyduklarını, hoşlarına gittiği için tenis oynamak istediklerini ve bu ilgi sayesinde tenise başladıklarını belirtmişlerdir.

d) Sosyal Gelişim

Öğrencilerin tenis sporuna katılım sürecinde iletişim becerilerini geliştirme, özgüven kazanma ve sosyal ilişkilerini güçlendirme hedeflerini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K3: “*Sosyal olarak gelişmek istiyordum*”,

K5: “*... Ve teniste sosyal olarak gelişip kendimi geliştirmek istemem oldu*”, ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde sosyal gelişim, öğrencilerin tenis sporuna katılım sürecinde iletişim becerilerini artırma, özgüven kazanma ve sosyal ilişkilerini güçlendirme isteklerini ifade etmektedir. Katılımcılar, tenis sayesinde sosyal açıdan kendilerini geliştirmek istediklerini ve bu amaçla tenise yöneldiklerini belirtmişlerdir.

e) Spor Gelişim

Katılımcılar tenis oynayarak spor yapma ihtiyaçlarını gidererek spor gelişiminin olabileceğini bildirmişlerdir.

Örneğin katılımcılar;

K4: “*Ben sadece spor yapmak için sporatif olarak gelişmek için tenise başladım*” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde spor gelişim kategorisi, öğrencilerin tenis sporuna başlama motivasyonları arasında spor yapma ihtiyaçlarını karşılamak ve fiziksel gelişim sağlamak isteğini ifade etmektedir. Katılımcılar, özellikle sportif olarak kendilerini geliştirmek amacıyla tenise başladıklarını belirtmişlerdir.

4.1.1.2. Sosyalleşme Kategorisi

Sosyalleşme kategorisini oluşturan ifadeler incelenmiştir. Sosyalleşme kategorisi, öğrencilerin tenis sporuna başlama motivasyonları arasında yeni arkadaşlıklar kurma, sosyal çevre edinme isteklerini ifade etmektedir. Bu ifadeler referans grupları ve yeni kişiler tanımak olarak kodlanmıştır.

a) Referans Grupları

Öğrencilerin tenis sporuna yönelmesinde aile, arkadaşlar, antrenörler veya sosyal çevre gibi kendilerine örnek aldıkları grupların etkisini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K5: *“Tenis derslerine başlamamdaki en büyük sebeplerden biri ailemin oynaması, benim LGS sınavından sonraki o sosyalleşme isteğimden dolayı ve teniste sosyal olarak gelişip kendimi geliştirmek istemem oldu”*,

K7: *“Eğer sitedeki arkadaşlarım olmasaydı ben tenis sporuna başlamazdım, onlar bana bir örnek oldu. Onları gördükten sonra ben de tenise başladım”*,

K12: *“Aynı zamanda kuzenim de tenis oynuyordu. O da beni çağırdı, benimle birlikte tenis oynar mısın dedi. Beni davet etti, ben de daha sonra tenise başladım”* ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde referans grupları, öğrencilerin tenis sporuna yönelmesinde aile, arkadaşlar, antrenörler veya sosyal çevre gibi kendilerine örnek aldıkları grupların etkisini ifade etmektedir. Katılımcılar, ailelerinin, arkadaşlarının veya akrabalarının yönlendirmesi ve örnek olması sayesinde tenise başladıklarını ve bu grupların kendileri için önemli bir motivasyon kaynağı olduğunu belirtmişlerdir.

b) Yeni Kişiler Tanımak

Öğrencilerin tenis sporuna başlama motivasyonları arasında sosyal çevrelerini genişletme ve farklı insanlarla etkileşim kurma isteklerini kapsamaktadır.

Örneğin katılımcılar;

K1: *“Burada yeni kişiler tanımak istedim”*,

K7: *“Teniste belki yeni kişiler tanıyabilirim bir sosyal çevrem oluşur diye de düşündüm”* ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde yeni kişiler tanımak kategorisi, öğrencilerin tenis sporuna başlama motivasyonları arasında sosyal çevrelerini genişletme ve farklı insanlarla etkileşim kurma isteklerini kapsamaktadır. Katılımcılar, tenis sayesinde yeni insanlarla tanışmayı ve bu spor aracılığıyla bir sosyal çevre edinmeyi hedeflediklerini ifade etmişlerdir.

4.1.1.3. Sosyal Faktörler Kategorisi

Sosyal faktörler kategorisini oluşturan ifadeler incelenmiştir. Öğrencilerin tenis sporuna katılımında aile, arkadaşlar ve çevresel faktörlerin yönlendirici ve teşvik edici

etkisini ifade etmektedir. Bu ifadeler çevresel faktörler ve sosyal destek olarak kodlanmıştır.

a) Çevresel Faktörler

Öğrencilerin tenis sporuna katılımında spor tesislerinin ulaşılabilirliği, fiziksel ortamın uygunluğu ve yaşanan çevredeki spor imkânlarının etkisini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K9: *“Bizim evin yakınında Yenişehir Belediyesi'nin tenis kortları vardı. Afişlerde dikkatimi çekmişti”,*

K12: *“Futbol oynadığım kulübün yanında tenis sahaları vardı. Biz sahada maç yaparken orada tenis oynayan öğrenciler de dikkatimi çekiyordu”* ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde çevresel faktörler, öğrencilerin tenis sporuna katılımında spor tesislerinin ulaşılabilirliği ve çevredeki spor olanaklarının etkisini ifade etmektedir. Katılımcılar, evlerine veya spor yaptıkları alanlara yakın tenis kortlarını fark ettiklerini ve bu ortamların ilgilerini çekerek tenis sporuna yönelmelerinde etkili olduğunu belirtmişlerdir.

b) Sosyal Destek

Öğrencilerin tenis sporuna başlama ve devam etme sürecinde ailelerinden, arkadaşlarından ve antrenörlerinden aldıkları destek ve teşviki ifade eder.

Örneğin katılımcılar;

K11: *“Tenis oynarken çok mutlu oluyorum, keyif alıyorum zorlukların üstesinden de ailemle ve antrenörlerimle konuşarak geliyorum”,*

K16: *“Ailem de beni Mersin'deki iyi bir antrenörle tenise başlattı antrenörümü de sevdiğim için tenisi bırakmadan şu ana kadar gelmiş oldum”* ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde sosyal destek, öğrencilerin tenis sporuna başlama ve devam etme süreçlerinde aile, arkadaş ve antrenörlerinden aldıkları destek ve teşviki ifade etmektedir. Katılımcılar, tenis oynarken mutlu olduklarını, yaşadıkları zorlukları aileleri ve antrenörleriyle aşabildiklerini ve sevdikleri antrenörler sayesinde spora devam ettiklerini belirtmişlerdir.

4.1.2. Tenise Katılım Motivasyonu Teması

Tenise Katılım Motivasyonu teması oluşmasında sağlıklı olma, sosyal beklenti ve başarı motivasyonunun etkili olduğu görülmüştür. Bu yapı, öğrencilerin tenis sporuna katılım ve devam etme süreçlerinde etkili olan içsel ve dışsal faktörleri, bu spora yönelmelerini sağlayan istek, hedef ve beklentilerini ifade etmektedir. Tenise Katılım

Motivasyonu temasına ilişkin kategori ve kodlar Tablo 3 de gösterilmiştir.

Tablo 3.Tenise Katılım Motivasyonu Temasına İlişkin Kategori ve Kodlar Tablosu

Tema	Kategori	Kod	Katılımcılar	f
Tenise Katılım Motivasyonu	Sağlıklı olma	Stres atmak	K5, K11	2
		Keyif	K4, K5, K7, K11	4
		Fiziksel gelişim	K2	1
		Sağlıklı olmak	K11, K12, K15	3
	Sosyal beklenti	Sosyalleşmek	K2, K5, K10	3
		Sosyal gelişim	K2	1
		Kariyer hedefi	K1, K2, K6, K7, K8, K10, K13, K14	8
	Başarı Motivasyonu	Başarı hedefi	K3, K5, K6, K9, K10, K12, K13, K14, K16	9
		Gurur	K10	1
		Maddiyat	K2, K8	2

Tablo 3 incelendiğinde, “Tenise Katılım Motivasyonu” temasının “Sağlıklı Olma” “Sosyal Beklenti” ve “Başarı Motivasyonu” kategorilerine ayrıldığı görülmektedir. Sağlıklı olma kategorisinin “stres atmak”, “keyif”, “fiziksel gelişim”, “sağlıklı olmak” kodları ile oluştuğu görülmüştür. Stres atmak kodu için 2, keyif kodu için 4, fiziksel gelişim kodu için 1, sağlıklı olmak kodu için 3 katılımcı görüş bildirmiştir. Sosyal beklenti kategorisi, “sosyalleşmek” ve “sosyal gelişim” kodları ile oluştuğu görülmektedir. Sosyalleşmek kodu için 3, sosyal gelişim kodu için 1 katılımcı görüş bildirmiştir. Başarı motivasyonu kategorisinin ise “başarı hedefi” ve “maddiyat” kodları ile oluştuğu görülmektedir. Başarı hedefi kodu için 9, maddiyat kodu için 2 katılımcı görüş bildirmiştir.

4.1.2.1. Sağlıklı Olma Kategorisi

Sağlıklı olma kategorisini oluşturan ifadeler incelenmiştir. Sağlıklı olma kategorisi, öğrencilerin tenis sporuna katılım süreçlerinde fiziksel sağlıklarını koruma, zinde kalma ve genel iyi oluşlarını destekleme motivasyonlarını ifade etmektedir. Bu ifadeler stres atmak, keyif, fiziksel gelişim ve sağlıklı olmak olarak kodlanmıştır.

a) Stres Atmak

Katılımcılar, tenis sporuna katılım sürecinde günlük hayatın getirdiği stres ve baskılardan uzaklaşarak zihinsel ve duygusal rahatlama sağlamaya yönelik motivasyonlarını ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K5: “...*Tenise ilk başladığımda beni motive eden şey tamamen keyif almak stres atmak ve yeni arkadaşlar tanımaktı*”,

K11: “*Ben tamamen keyif almak düşüncesiyle buraya geliyorum, stres atma düşüncesiyle buraya geliyorum*” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporunda keyif alma ve stres atma amacıyla bu spora yöneldiklerini ifade etmektedir. Tenise başlarken ve devam ederken, günlük hayatın getirdiği baskılardan uzaklaşarak rahatlamayı ve sosyal bir ortamda bulunmayı en önemli motivasyon kaynakları olarak görmektedirler.

b) Keyif

Katılımcılar tenis oynarken aldıkları zevk, eğlence ve mutluluğun, tenise katılım motivasyonlarında önemli bir etken olduğunu ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K4: “... *zaten ben bunu keyif almak için yapıyorum*”,

K5: “*Tenise ilk başladığımda beni motive eden şey tamamen keyif almak stres atmak ve yeni arkadaşlar tanımaktı*”,

K11: “*Ama daha sonra antrenmanı yaptıkça derse devam ettikçe tenisten keyif almaya başladım*” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporuna katılım süreçlerinde keyif almanın en önemli motivasyon kaynaklarından biri olduğunu belirtmektedir.

c) Fiziksel Gelişim

Katılımcılar, tenis sporuna katılım süreçlerinde fiziksel sağlıklarını iyileştirme, dayanıklılıklarını artırma ve bedensel yeteneklerini geliştirme isteklerini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K2: “... *Ayrıca fiziksel olarak kendimi geliştirmek istiyorum*” ifadelerini kullanmışlardır.

d) Sağlıklı Olmak

Katılımcılar tenis sporuna düzenli olarak katılarak bedenlerini güçlendirme, formda kalma ve sağlıklı bir yaşam sürdürme isteğini ortaya koymaktadır.

Örneğin katılımcılar;

K11: “*Beni motive eden en büyük şey yeni bir şeyler öğrenirken sağlıklı olmak için enerjik olmak için spor yapmak*”,

K12: “*...Daha sonra spor yapmak için sağlıklı olmak için tenise devam ettim*” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporuna katılımın kendilerini sağlıklı tutma, enerjik hissetme ve fiziksel olarak güçlü olma gibi motivasyonları olduğunu ifade etmektedir.

4.1.2.2. Sosyal Beklenti Kategorisi

Sosyal beklenti kategorisini oluşturan ifadeler incelenmiştir. Sosyal beklenti kategorisi, tenis sporuna katılan öğrencilerin, başkalarının beklentileri ve sosyal çevrelerinden aldıkları etkiyle tenise olan katılım motivasyonlarını ifade etmektedir. Bu ifadeler sosyalleşmek ve sosyal gelişim olarak kodlanmıştır.

a) Sosyalleşmek

Katılımcılar tenis sporuna katılan öğrencilerin, yeni insanlarla tanışma, sosyal çevre edinme ve arkadaşlık ilişkilerini güçlendirme amacını ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K2: “*Ayrıca hem fiziksel olarak kendimi geliştirmek istiyorum hem de sosyal olarak sürekli kendimi geliştirmek, sosyalleşmek istiyorum*”,

K5: “*... oradaki tanıştığım yeni insanlarla dışardaki hayatımda da güzel dostluklar edinebileceğimi düşündüm*” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporuna katılım süreçlerinde hem sosyal çevrelerini genişletmeyi hem de yeni insanlarla tanışarak kalıcı dostluklar kurmayı amaçlamaktadır.

b) Sosyal Gelişim

Tenis sporuna katılan öğrencilerin iletişim becerilerini geliştirme, sosyal çevrelerini genişletme ve toplumsal uyumlarını artırma motivasyonlarını ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K2: “*Ayrıca hem fiziksel olarak kendimi geliştirmek istiyorum hem de sosyal olarak sürekli kendimi geliştirmek, sosyalleşmek istiyorum*” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar tenis sporuna katılarak hem fiziksel sağlıklarını geliştirmeyi hem de sosyal çevrelerini genişletmeyi amaçladıklarını ifade etmektedir.

4.1.2.3. Başarı Motivasyonu Kategorisi

Başarı motivasyonu kategorisini oluşturan ifadeler incelenmiştir. Katılımcılar, tenis sporunda yeteneklerini geliştirerek belirli hedeflere ulaşma, başarılı olma ve kişisel gelişimlerini ilerletme isteklerini ifade etmektedir. Bu ifadeler kariyer hedefi, başarı hedefi ve maddiyat olarak kodlanmıştır.

a) Kariyer Hedefi

Katılımcılar, tenis sporunu gelecekte profesyonel bir kariyer yolu olarak görme, bu alanda ilerleme ve meslek edinme hedeflerini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K13: “... motive eden sebeplerinden başında şampiyonluk geliyor bir diğer olarak da kendimi daha iyi geliştirmek kariyerimi yükseltmek ve tenisi daha iyi oynayabilmek geliyor”,

K14: “Bu turnuvalara katılıp şampiyon olup kariyerimi yükseltmek istiyorum.” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporunda başarı elde ederek kariyerlerini geliştirmek ve profesyonel bir seviyeye ulaşmak amacıyla motive olmaktadır.

b) Başarı Hedefi

Katılımcılar, tenis sporunda belirli başarılar elde etme, performanslarını geliştirme ve üst seviyelere ulaşma hedeflerini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K9: “Ben de o yüzden şampiyon olmak istiyorum”,

K10: “Beni yeni bir şeyler öğrenmeye sevk eden tamamen turnuvada başarılı olma arzusu ve kendimi geliştirmektir” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporunda başarı elde etme ve kendilerini geliştirme hedefiyle motive olmaktadır.

c) Gurur

Katılımcılar tenis sporunda elde ettikleri başarılarla duydukları özsaygı, tatmin ve mutluluğu, aynı zamanda bu başarıların kendilerine olan güvenlerini artırma etkisini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K10: “*Babamla maç yaparsam babam benimle gurur duyar diye düşünüyorum*” ifadelerini kullanmışlardır. Katılımcılar, tenis sporunda elde ettikleri başarılarla özsaygı ve tatmin duygusu yaşadıklarını, bu başarıların kendilerine olan güvenlerini artırdığını ifade etmektedir.

d) Maddiyat

Katılımcılar, tenis sporuna katılımlarında maddi kazanç elde etme, ekonomik fayda sağlama ve gelecekte bu sporu mesleki bir gelir kaynağı olarak görme motivasyonlarını ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K8: “*Dürüst olmak gerekirse beni en çok motive eden şey tenisten kazanabileceğim parayla iyi bir araba alabilmek, güzel bir tatil yapabilmek olur*” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporunu ekonomik bir fırsat olarak görerek maddi kazanç sağlama ve gelecekte bu alanda gelir elde etme hedefi taşımaktadır.

4.1.3.Tenise Devam Etme Motivasyonu Teması

Tenise devam etme motivasyonu temasının oluşmasında boş zamanları değerlendirmenin, başarı beklentisinin ve sağlıklı olmanın etkili olduğu görülmüştür. Bu yapı öğrencilerin tenis sporuna başladıktan sonra spora devam etme süreçlerini ve bu süreçte etkili olan motivasyon unsurlarını kapsamaktadır. Katılımcılar, tenis sporunda ilerleme, keyif alma, destek görme ve kişisel gelişim gibi faktörlerin spora devam etmelerinde önemli rol oynadığını belirtmişlerdir. Tenise Devam Etme Motivasyonu Temasına İlişkin kategori ve kodlar Tablo 4’te gösterilmiştir.

Tablo 4. Tenise Devam Etme Motivasyonu Temasına İlişkin Kategori ve Kodlar Tablosu

Tema	Kategori	Kod	Katılımcılar	f
Tenise Devam Etme Motivasyonu	Boş zamanları değerlendirme	Keyif	K3, K4, K5, K7, K11, K13, K15, K16	8
		Sosyalleşmek	K4, K15	2
		Spor yapmak	K5, K9, K14	3
		Mutluluk	K7, K11, K13	3
		Eğlenmek	K11, K15	2
	Başarı beklentisi	Rol Model	K1	1
		Maddi kazanç	K1, K2, K8	3
		Başarı Hedefi	K3, K6, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K16	10
	Sağlıklı olma	Sağlıklı olmak	K2, K7, K9, K16	4
		Rahatlamak	K4, K6, K7, K12, K15	5

Tablo 4 incelendiğinde, “Tenise Devam Etme Motivasyonu” temasının “Boş Zamanları Değerlendirme” “Başarı Beklentisi” ve “Sağlıklı Olma” kategorilerine ayrıldığı görülmektedir. Boş Zamanları Değerlendirme kategorisinin “keyif”, “sosyalleşmek”, “spor yapmak”, “mutluluk”, “eğlenmek” kodları ile oluştuğu görülmüştür. Keyif kodu için 8, sosyalleşmek kodu için 2, spor yapmak kodu için 3, mutluluk kodu için 3, eğlenmek kodu için 2 katılımcı görüş bildirmiştir. Başarı beklenti kategorisi, “rol model”, “maddi kazanç” ve başarı hedefi kodları ile oluştuğu görülmektedir. Rol model kodu için 1, maddi kazanç kodu için 3, başarı hedefi kodu için 10 katılımcı görüş bildirmiştir. Sağlıklı olma kategorisinin ise “gurur”, “sağlıklı olmak” ve “rahatlamak” kodları ile oluştuğu görülmektedir. Gurur kodu için 1, sağlıklı olmak kodu için 4, rahatlamak kodu için 5 katılımcı görüş bildirmiştir.

4.1.3.1. Boş Zamanları Değerlendirme Kategorisi

Boş zamanları değerlendirme kategorisini oluşturan ifadeler incelenmiştir. Katılımcıların tenis sporuna katılarak serbest zamanlarını verimli ve keyifli bir şekilde değerlendirme isteklerini ifade etmektedir. Bu ifadeler keyif, sosyalleşmek, spor yapmak, mutluluk, eğlenmek olarak kodlanmıştır.

a) Keyif

Keyif kodu, öğrencilerin tenis sporuna devam etme motivasyonlarında, tenis oynarken

aldıkları zevk, mutluluk ve eğlencenin etkisini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K3: “...çünkü tenisi ilk başta başlarken aklımda sadece bu sporu yapmak, keyif almak vardı”,

K4: “... Bu yüzden tenisi keyif alma, stres atma amaçlı devam ediyorum”,

K5: “... Ve en önemlisi de bir keyif alma var ben tenis oynarken keyif alıyorum” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcıların tenis sporuna katılımında tenis oynarken aldıkları zevk, mutluluk ve eğlencenin önemli bir motivasyon kaynağı olduğunu ifade etmektedir. Katılımcılar, tenise başlarken ve devam ederken bu spordan keyif aldıklarını, hem stres atmak hem de eğlenmek için tenis oynamayı tercih ettiklerini belirtmişlerdir.

b) Sosyalleşmek

Öğrencilerin tenis sporuna devam etme motivasyonları arasında yeni insanlarla tanışma, sosyal çevre edinme ve arkadaşlık ilişkilerini geliştirme isteğini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K4: “Elif arkadaşım ve diğer arkadaşlarımla birlikte tenis oynayabilmek tenisten sonra bazen burada oturup kahve içebiliyoruz sohbet edebiliyoruz bu beni çok mutlu ediyor”,

K15: “Teniste yeni arkadaşlıklar edindim. Az önce de söylemiştim, Özlem Özge Ayşe gibi en çok samimi olduğum arkadaşlarım bunlardı” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar tenis sporuna devam etme motivasyonları arasında yeni insanlarla tanışma, arkadaşlık kurma ve sosyal çevrelerini genişletme isteklerini ifade etmektedir. Katılımcılar, tenis sayesinde hem arkadaşlarıyla vakit geçirmekten hem de yeni arkadaşlıklar edinip sosyal ortamda keyifli zaman geçirmekten mutluluk duyduklarından bahsetmişlerdir.

c) Spor Yapmak

Katılımcılar, tenis sporuna devam etme motivasyonlarında aktif bir şekilde spor yapma, hareket etme ve fiziksel olarak kendilerini geliştirme isteklerini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K5: “... Spor yapıyor oluşumdan dolayı tenise devam ediyorum”,

K9: “Şimdi tenis oynadığım için çok mutluyum hem eğleniyorum hem spor yapıyorum”,

K14: “Ve spor yapmam, spor yaptığım için ayrıyeten kendimi daha enerjik hissediyorum, mutlu hissediyorum” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde, tenis sporuna devam etme motivasyonları arasında aktif olarak spor yapma, fiziksel hareketlilik sağlama ve kendilerini iyi hissetme isteklerini ifade etmektedir. Katılımcılar, tenis sayesinde hem spor yapmanın mutluluğunu yaşadıklarını hem de enerjik ve daha iyi hissettiklerini belirtmişlerdir.

d) Mutluluk

Katılımcılar tenis sporundaki motivasyonlarında tenis oynarken kendilerini mutlu hissetmeleri ve bu spordan keyif almalarının etkisini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K7: “Tenis oynadıkça mutlu oluyorum, tenis oynamamın verdiği mutluluk benim günlük hayatıma da yansıyor.”,

K11: “Sadece tenise kendimi geliştirmek, iyi bir seviyeye gelebilmek, mutlu olmak, eğlenmek ve keyif almak için tenis oynuyorum” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde tenis sporu yaparken hissettikleri mutluluk ve keyif alma duygusu önemli bir yer tutmaktadır. Katılımcılar, tenis oynarken mutlu olduklarını, bu mutluluğun günlük yaşamlarına da yansıdığını ve tenisi hem kendilerini geliştirmek hem de eğlenip keyif almak için tercih ettiklerini ifade etmişlerdir.

e) Eğlenmek

Katılımcılar tenis oynarken eğlenme, keyif alma ve spordan zevk alma arzularını ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K11: “Sadece tenise kendimi geliştirmek, iyi bir seviyeye gelebilmek, mutlu olmak, eğlenmek ve keyif almak için tenis oynuyorum”,

K15: “Tenise devam ettim çünkü arkadaşlarımla eğleniyordum” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde tenis oynarken eğlenme, keyif alma ve spordan zevk alma arzusunun etkili olduğunu göstermektedir. Katılımcılar, tenis oynarken hem kendilerini geliştirmek hem de arkadaşlarıyla eğlenmek ve keyif almak için bu spora devam

ettiklerini ifade etmişlerdir.

4.1.3.2. Başarı Beklentisi Kategorisi

Başarı beklentisi kategorisini oluşturan ifadeler incelenmiştir. Başarı beklentisi kategorisi, tenis sporunda başarı elde etme, ilerleme kaydetme ve kendilerini geliştirme beklentisiyle hareket etmelerini ifade etmektedir. Bu ifadeler rol model, maddi kazanç ve başarı hedefi olarak kodlanmıştır.

a) Rol Model

Katılımcıların tenis sporunda, belirli kişiler (aile, arkadaş, ünlü sporcular vb.) tarafından ilham alınması ve bu kişilerin başarılarının, öğrencilerin bu spora olan ilgisini ve katılımını artırmasını ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K1: *“Daha sonra acaba ben de abim gibi olabilir miyim iyi tenis oynayıp para kazanabilir miyim diye düşündüm”* ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar tenis sporunda aile üyeleri veya tanınmış kişiler gibi rol modellerin başarılarından ilham alarak bu spora olan ilgilerini artırmalarını ifade etmektedir. Katılımcılar, örneğin, abilerinin başarılı tenis kariyerini görerek kendilerinin de benzer başarılar elde edebileceğini düşünerek bu spora katıldıklarını belirtmişlerdir

b) Maddi Kazanç

Katılımcılar tenis sporunda bu spordan para kazanma, profesyonel bir kariyer elde etme ve ekonomik fayda sağlama beklentilerini ifade etmektedir. Örneğin katılımcılar;

K1: *“Daha sonra acaba ben de abim gibi olabilir miyim iyi tenis oynayıp para kazanabilir miyim diye düşündüm”*,

K2: *“Ayrıca artık bir maddi beklentim var”*,

K8: *“... Para kazanabilme durumum ve ilerideki mesleğimin tamamen tenis üzerine olması diye söyleyebilirim”* ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporunda maddi kazanç sağlama ve profesyonel bir tenis kariyeri yapma beklentilerini dile getirmişlerdir. Örneğin, bazı katılımcılar tenis oynayarak para kazanmayı ve mesleklerini tamamen tenis üzerine kurmayı amaçladıklarını ifade etmişlerdir.

c) Başarı Hedefi

Katılımcılar tenis sporunda belirli başarılar elde etme, yeteneklerini geliştirme ve kendilerini daha yüksek bir seviyeye taşımayı amaçlama arzusunu ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K10: *“Daha önce hiç maça çıkmadım ama bir turnuvaya katılıp şampiyon olmak istiyorum”*,

K14: *“Burada yani turnuvalar oluyor buradaki turnuvalara katılıp çeyrek final ya da yarı finale kalabilirsem benim için başarılı olur”*,

K16: *“Sonra Mersin'e yakın olan Adana ve Gaziantep ilindeki turnuvalara katıldım orada da kendi kategorimde şampiyon oldum”* ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporunda belirli başarılar elde etme hedefi güderek, turnuvalara katılma ve şampiyonluk kazanma arzusu taşımaktadır.

4.1.3.3. Sağlıklı Olma Kategorisi

Sağlıklı olma kategorisini oluşturan ifadeler incelenmiştir. Sağlıklı olma kategorisi, öğrencilerin tenis sporuna devam etme motivasyonlarında, fiziksel sağlıklarını iyileştirme ve sağlıklı bir yaşam tarzı sürdürme amacını ifade etmektedir. Bu ifadeler gurur, sağlıklı olmak ve rahatlamak olarak kodlanmıştır.

a) Sağlıklı Olmak

Katılımcılar, tenis sporunda fiziksel sağlıklarını iyileştirme, zinde kalma ve genel sağlıklarını destekleme isteğini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K2: *“Benim için tenis dışarıdaki bu stresli hayattan okuldan derslerden uzaklaşıp korta gelip tamamen ruhsal ve fiziksel olarak spor yaparak sağlıklı olmak için yaptığımı söyleyebilirim”*,

K7: *“Belki düşüncelerim ileride değişebilir ama tenis oynayarak hem sağlıklı oluyorum hem de huzurlu ve mutlu oluyorum”* ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporunu sadece fiziksel sağlıklarını iyileştirmek için değil, aynı zamanda stres ve kaygıdan uzaklaşarak ruhsal ve fiziksel dengeyi sağlamak için de yaptıklarını ifade etmektedirler.

b) Rahatlamak

Katılımcıların tenis sporuna katılım sürecinde, sporu stres atma, zihinsel ve duygusal rahatlama amacıyla yapma isteklerini ifade etmektedir.

Örneğin katılımcılar;

K4: “... *Bu yüzden tenisi keyif alma, stres atma amaçlı devam ediyorum.*”,

K6: “*Tenis oynadıkça stres atıyorum, terliyorum mutlu oluyorum o terlemek bile beni çok rahatlatıyor*”,

K7: “*Tamamen teniste stres atıyorum, huzurlu oluyorum, eğleniyorum*” ifadelerini kullanmışlardır. Bu ifadelerde katılımcılar, tenis sporuna devam etmelerinin en önemli nedenlerinden birinin stres atma ve zihinsel rahatlama olduğunu ifade etmektedir. Tenis oynarken terlemenin bile onları rahatlattığını belirten katılımcılar, bu süreçte huzur bulduklarını, eğlendiklerini ve mutlu olduklarını dile getirmişlerdir.



BÖLÜM V

5. TARTIŞMA, SONUÇLAR VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma

Araştırmanın bu bölümünde, lise yaş grubu öğrencilerinin tenis sporuna katılım motivasyon düzeylerinin incelenmesi: cinsiyet, sınıf, yaş, değişkenlerine göre, araştırmanın problemleri sıraya uygun olarak tartışılmış ve yorumlanmıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların 14 ile 18 arasında yaşlarının değiştiği, 8 katılımcının kadın, 8 katılımcının erkek olduğu ve lisede okudukları görülmektedir. Başlangıç ve ileri seviyede tenis deneyimine sahip olan araştırma grubu lise düzeyinde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır (Tablo 1). Bu demografik çeşitlilik, motivasyonel sebeplerin değerlendirilmesinde geniş bir bakış açısı sağlamaktadır.

Araştırma bulguları, kişisel gelişim motivasyonunun, fiziksel ve kariyer gelişimi de dahil olmak üzere ilişkili beklentilerle birlikte en yaygın motivasyon biçimleri arasında yer aldığını göstermektedir (Tablo 2). Bu bulgu Ryan ve Deci'nin (1985) Öz Belirleme Teorisi'nin (SDT) ilkeleriyle de doğrudan örtüşmektedir. Öz Belirleme Teorisi, sosyal psikoloji alanında bireylerin motivasyon süreçlerini içsel ve dışsal faktörlerle açıklayan bir teoridir (Ryan ve Deci, 2020; Vallerand, 2007). Bu teoriye göre içsel motivasyon, bireyler kendi içsel değerleri ve arzularıyla uyumlu bir faaliyette bulunduklarında ortaya çıkar (Ryan ve Deci 2000; Pelletier vd., 1995). Tenis gibi bireysel sporlarda, sporcular genellikle ödüller ve turnuva galibiyetleri gibi dışsal ödüller ile kişisel tatmin ve gelişim gibi içsel motivasyonların bir kombinasyonu ile motive olurlar (Kaman, Gündüz ve Gevat, 2017).

Öz Belirleme Teorisine göre, içsel motivasyon ancak bireyler kendi içsel dürtü ve arzularıyla uyumlu faaliyetlerde bulunduklarında geçerlidir (Ryan ve Deci, 2020). Bu, bireylerin yalnızca dışsal ödüller veya sosyal onurlar için değil, aynı zamanda kendi içsel tatminleri ve kişisel gelişimleri için de faaliyetlerde bulunduklarını göstermektedir. Bireyler içsel motivasyonla hareket ettiklerinde, daha uzun süre meşgul olma ve faaliyetlerinden daha yüksek memnuniyet elde etme eğilimindedirler (Erceylan

ve Öztürk, 2021). Tenis özelinde, sporcuların fiziksel uygunluklarını artırma, becerilerini geliştirme ve sportif bir kimlik kazanma arzuları içsel motivasyonun güçlü bir göstergesidir. Bu tür motivasyonel eğilimler yalnızca dışsal başarı hedefleriyle değil, aynı zamanda kişisel gelişim ve tatminle de ilgilidir.

Tenis oyuncularını tenisle sadece şampiyonluk kazanmak için değil, aynı zamanda sporun sağladığı fiziksel faydalar, beceri gelişimi ve psikolojik tatmin için de ilgilenmektedir. Bu araştırmada, tenis oyuncularının “kendini geliştirme” motivasyonunun öncelikle fiziksel gelişim ve kariyer gelişimi beklentileriyle ilişkili olarak ortaya çıktığını bulmuştur. Bu durum, oyuncuların yalnızca teknik ve fiziksel becerilerini geliştirme arzusuyla değil, aynı zamanda kariyerlerinde ilerleme ve atletik başarı elde etme arzusuyla da içsel olarak motive olduklarını göstermektedir. Ryan ve Deci (1985) içsel motivasyonun yetkinlik ve özerklik gibi psikolojik ihtiyaçları karşıladığını belirtmiştir. Bireyler ayrıca tenis sporu yaparken sportif bir kimlik kazanmayı amaçlar ve bu da spora olan bağlılıklarını ve katılımlarını sürdürmelerini sağlar. Bu tür bir içsel motivasyon, oyuncuların kendi gelişimlerine verdikleri değeri gösterir ve sporda uzun vadeli başarı elde etmelerini sağlar.

Ryan ve Deci (1985) içsel motivasyonun uzun vadeli bağlılık ve yüksek memnuniyet ile doğrudan ilişkili olduğunu öne sürmektedir. Bir faaliyetten yalnızca dışsal ödüller bekleyen bireyler sıklıkla bu faaliyetten geçici bir tatmin duygusu yaşarlar. Ancak, içsel olarak motive olmuş bireyler faaliyete derin bir adanmışlık sergiler ve bu da uzun süreli bağlılıkla sonuçlanır (Erceylan ve Öztürk, 2021). Tenis gibi bireysel sporlar, sporcuların kendi içsel motivasyon kaynakları aracılığıyla uzun vadeli başarı elde etmelerini sağlar.

Bu bağlamda, tenis oyuncularının yalnızca fiziksel yeteneklerini değil, aynı zamanda zihinsel ve stratejik becerilerini de geliştirdikleri görülmüştür. Bu gelişmeler, artan memnuniyet ve tatmin ile ilişkilendirilmiştir. Sporcular yalnızca dışsal ödüllerle değil, aynı zamanda kendi içsel tatminleriyle de motive olduklarında, uzun süre sporla ilgilenmeye devam etmeleri ve daha kalıcı başarılar elde etmeleri daha olasıdır (Turkay ve Demir, 2021).

Mevcut araştırmalar incelendiğinde, tenis oyuncularının kişisel gelişim faaliyetlerine katılma motivasyonunun içsel motivasyonun bir göstergesi olduğu ortaya çıkmaktadır (Yanar, Kırandı ve Çimen, 2017). Tenis oyuncularını, fiziksel uygunluklarını

artırmak, becerilerini geliştirmek ve farklı bir spor kimliği oluşturmak isteyen içsel motivasyonla hareket etmektedir (Turkay ve Demir, 2021).

Araştırmanın bir diğer önemli bulgusu, öğrencilerin tenise katılım yoluyla sosyal çevrelerini genişletme arzularını ifade etmeleridir (Tablo 3). Katılımcıların çoğunluğu, “yeni insanlar tanımak” ve tenis gibi bireysel sporlarda sosyal ağlar kurmak gibi hedeflerle sosyal etkileşime öncelikli olarak odaklandıklarını belirtmiştir. Bu bulgu, sosyal kimlik oluşumunun önemli bir evresi olan ergenlik döneminde bireylerin sosyal bir çevre oluşturmak ve sportif faaliyetler aracılığıyla kimliklerini şekillendirmek için giriştikleri çabaların anlaşılmasını kolaylaştırmaktadır (Senemoğlu, 2018).

Sosyalleşme olgusu, bireyin bir sosyal grubun parçası olma ve bir gruba ait olma duygusunu deneyimleme temel ihtiyacına dayanır. Ergenlik, bireylerin sosyal kimliklerini oluşturdukları önemli bir sosyal ve psikolojik gelişim dönemidir. Bu kimlik, çevresel faktörlerden ve başkalarıyla olan etkileşimlerden etkilenir (Senemoğlu, 2018). Bu sürecin önemli bir bileşeni olarak spor, bireylerin sosyal gruplar içinde kimliklerini ifade etmelerini ve aidiyet duygularını güçlendirmelerini sağlar (Senemoğlu, 2018).

Bu bağlamda, tenis gibi güçlü sosyal etkileşimi kolaylaştıran bireysel sporların, öğrencilerin yalnızca fiziksel becerilerini değil, aynı zamanda sosyal bağlar kurma ve besleme kapasitelerini de geliştirdiği gösterilmiştir. Sosyalleşme amacıyla tenis oynayan öğrencilerin sadece sporun fiziksel ve teknik yönlerine değil, aynı zamanda diğer oyuncularla olan ilişkilerine de yüksek değer verdikleri gösterilmiştir. Bu olgu, dışsal motivasyon teorisinin ilkeleriyle yakından örtüşmektedir.

Dışsal motivasyon, dışsal ödüller, sosyal tanınma veya başkalarının onayını almak amacıyla bir faaliyetin gerçekteşirilmesi olarak tanımlanmaktadır (Ryan ve Deci 2000). Tenis oyuncularının sosyal etkileşim ve aidiyet arayışı dışsal motivasyonu örnekleemektedir. Mevcut literatürde belirtildiği üzere, dışsal motivasyonun özellikle sosyal ödüller, başkalarının onayı ve grup aidiyeti ile güçlü bir şekilde ilişkili olduğu gösterilmiştir. Ryan ve Deci (2000) tarafından ortaya konduğu üzere, dışsal motivasyon sporcuların çevrelerinden, antrenörlerinden, takım arkadaşlarından veya sosyal gruplarından aldıkları destek ve onay ile şekillenir.

Tenis gibi bireysel sporlar bağlamında, bir grup içinde oynamanın sosyal yönünün oyuncuların spora bağlılığını artırdığı ve katılımlarını sürdürmelerini teşvik ettiği gösterilmiştir (Kaman, Gündüz ve Gevat, 2017). Antrenmanlarda ve turnuvalarda elde

edilen başarılar sporculara hem bireysel tatmin hem de sosyal kabul sağlamaktadır. Araştırma bulguları, tenise katılımın öğrencilere hem fiziksel gelişim hem de sosyal çevrelerinin genişlemesi için fırsatlar sunduğunu ve sosyal kimliklerinin oluşumuna katkıda bulunduğunu göstermektedir (Kaman, Gündüz ve Gevat, 2017).

Araştırmanın dikkat çekici bulgularından biri de, çevresel faktörlerin ve sosyal desteğin bireylerin motivasyon yapıları üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğudur (Tablo 4). Bu bulgu ailelerinden, öğretmenlerinden, antrenörlerinden ve arkadaşlarından aldıkları sosyal desteğin yanı sıra spor ortamlarının fiziksel ve sosyal kalitesi de bireylerin dışsal motivasyon düzeylerini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu olgu, spor psikolojisi alanında kapsamlı bir şekilde belgelenmiş bir kavram olan çevresel motivasyon kaynaklarının bireysel davranışların şekillendirilmesi ve sürdürülmesindeki önemli rolünün altını çizmektedir (Tiryaki, 2000).

Engin ve ark., (2008) çevresel faktörlerin bireyin içinde bulunduğu sosyal ve fiziksel çevreyi kapsadığını ileri sürmektedir. Bu faktörlerin bireyin davranışları üzerinde motivasyonel baskı uyguladığı gösterilmiştir. Öz Belirleme Teorisi, bireylerin üç temel psikolojik ihtiyaca sahip olduğunu öne sürer: yeterlilik, özerklik ve ilişki (Ryan ve Deci, 2020). Bu ihtiyaçlar sosyal çevre tarafından karşılandığında, bireylerin hem içsel hem de dışsal motivasyon düzeyleri artar. Bu olgu, özellikle sporcular arasında dikkat çekicidir, çünkü bu ihtiyaçların karşılanması, spora katılım düzeyleri ve sonraki performans sonuçları üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir (Görgülü, 2018).

Çalışmanın bulguları, aile desteğinin bireylerin tenise katılım motivasyonunda önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Tablo 2). Mevcut araştırmaların da gösterdiği gibi, çeşitli faktörlerin çocukları spora karşı olumlu tutumlar geliştirmeye ve uzun süre spor yapmaya teşvik ettiği ortaya konmuştur. Bu faktörler arasında duygusal destek, maddi olanaklar, ulaşım kolaylığı ve ebeveynler tarafından sağlanan faaliyetlere aktif katılım yer almaktadır (Tiryaki, 2000; Yıldırım ve Sunay, 2009). Ebeveyn desteği, özellikle ergen sporcular için, spora katılımın uzun vadeli sürdürülebilirliğini sağlamada kritik bir faktör olarak tanımlanmıştır (Turkay ve Demir, 2021). Araştırmalar, ebeveynlerin destekleyici tutumlarının çocuklarının öz yeterlilik algılarını güçlendirme, özgüvenlerini artırma ve sporla ilgili hedeflerini gerçekleştirmelerini kolaylaştırma kapasitesine sahip olduğunu göstermiştir (Gökçe, Keçeci ve Yıldız, 2019).

Ayrıca ailelerin sporcular üzerinde aşırı baskı kurmadan destek sağlaması, içsel

motivasyonlarının korunmasında etkili olmaktadır. Antrenörler ve öğretmenler sporcuların motivasyon yapılarını şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır. Özellikle antrenörlerin özerklik destekleyici, yetkinlik geliştirici ve ilişkiselliği artırıcı yaklaşımının sporcuların motivasyonunu olumlu yönde etkilediği gösterilmiştir (Sarı, 2020). Destekleyici koçluk yöntemlerinin uygulanmasının, sporcularda içsel motivasyonun gelişimini teşvik ettiği, böylece performanslarını artırdığı ve spor faaliyetlerine sürekli katılımı teşvik ettiği gösterilmiştir. Öğretmenler, özellikle okul temelli spor programları kapsamında, öğrencilerin spora katılımını teşvik ederek toplumda önemli bir rol oynamaktadır.

Araştırmada akran desteğinin de, sporcuların motivasyon süreçleri için önemli olduğu ortaya konmuştur. Bu olgu özellikle ergenlik çağındaki sporcular arasında dikkat çekicidir, çünkü akran ilişkilerinin spora sürekli katılımlarını belirlemede önemli bir rol oynadığı gösterilmiştir (Pehlevan ve Bal, 2018). Sosyal çevrede sağlam ilişkilerin kurulmasının, bireylerin aidiyet duygusunu güçlendirdiği ve böylece sportif faaliyetlere bağlılıklarını artırdığı gösterilmiştir (Rodoper, 2019). Akranlardan destek sağlanmasının, spor ortamlarında karşılaşılan zorlukların yönetimini kolaylaştırdığı ve motivasyon düşüşlerinin ortaya çıkmasında hafifletici bir faktör olarak hareket ettiği gösterilmiştir. Özellikle takım ruhu, grup uyumu ve arkadaşlık ilişkilerinin, sporcuların spora duygusal bağlılıklarını ve antrenmanlara gönüllü katılım oranlarını artırdığı gösterilmiştir (Karaağaç ve Şahan, 2021).

Sporun yapıldığı ortamın kalitesinin de sporcuların motivasyon yapıları üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu gösterilmiştir. Araştırmalar destekleyici, güvenli ve adil bir spor ortamının hem içsel hem de dışsal motivasyonu artırma potansiyeline sahip olduğunu göstermektedir (Akyayla, Gönkek ve Unutmaz, 2024). Aksine rekabetçi, dışlayıcı veya baskıcı spor ortamlarının motivasyonel düşüşe, tükenmişliğe ve erken spordan çekilmeye neden olduğu belgelenmiştir (Kuroğlu, 2022). Destekleyici bir spor ortamının, bireylerin psikolojik ihtiyaçlarının (yetkinlik, özerklik ve ilişkililik) karşılanmasını kolaylaştırdığı (Ryan ve Deci 1985; Ryan ve Deci, 2020), bunun da uzun süreli spor katılımı ve yüksek performans seviyeleri ile sonuçlandığı gösterilmiştir (Ryan ve Deci, 2020).

Sonuç olarak, çevresel faktörler ve sosyal destek sistemleri bireylerin motivasyon yapılarının şekillenmesinde kritik bir rol oynamaktadır. Spor ortamlarının kalitesi,

antrenörler ve öğretmenler tarafından sağlanan rehberlik, akran ilişkileri ve aile üyelerinin desteğinin, sporcuların motivasyon düzeylerini hem içsel hem de dışsal olarak doğrudan etkilediği gösterilmiştir. Bu bulgular, Akbaba ve Aktaş'ın (2005) çevresel motive edici faktörlerin bireylerin davranışsal tezahürleri üzerindeki etkisine ilişkin iddialarını desteklemektedir. Bireylerin spora katılımını artırmak, motivasyonlarını sürdürmek ve performanslarını optimize etmek için sadece bireysel özellikleri değil, aynı zamanda sosyal ve çevresel destek faktörlerini de dikkate almak gerekir. Bu bağlamda, spora katılımı teşvik eden, bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını karşılayan ve sosyal destek sağlayan ortamların oluşturulması, sporcuların motivasyonel gelişim süreçlerinde temel bir strateji olarak değerlendirilebilir.

5.2. Sonuçlar

Bu araştırmada, lise düzeyinde tenis sporuna katılan öğrencilerin motivasyonlarını etkileyen faktörler nitel bir yaklaşımla incelenmiştir. Elde edilen bulgular, öğrencilerin spora yönelmesinde hem içsel hem de dışsal motivasyon unsurlarının etkili olduğunu ortaya koymuştur. Katılımcıların büyük bir bölümü, tenise katılım nedenleri arasında fiziksel gelişim, beceri kazanımı, başarı arzusu, sosyalleşme ve çevresel destek gibi unsurları ön plana çıkarmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, öğrencilerin motivasyonlarının en baskın kaynaklarından biri kendini geliştirme arzusu olmuştur. Fiziksel yeterlilik kazanma, bireysel performansını artırma ve sportif başarı elde etme isteği, tenise motive eden faktörlerin temel belirleyicileri arasında yer almıştır. Aynı zamanda sosyalleşme ve çevresel destek gibi dışsal etkenler de öğrencilerin spora yönelmesinde önemli rol oynamaktadır. Aile, arkadaş çevresi ve öğretmen desteği, öğrencilerin tenis sporu ile olan bağlarını güçlendiren önemli motive eden faktörler kaynakları arasında yer almıştır. Ayrıca tenise devam etme motivasyonunun oluşmasında boş zamanları değerlendirme, başarı beklentisi ve sağlıklı olma arzusu belirleyici faktörler olarak ortaya çıkmıştır. Katılımcılar, tenis sporunda ilerleme kaydetme, spordan keyif alma, sosyal çevreden destek görme ve kişisel gelişim sağlama gibi etkenlerin tenis spora olan bağlılıklarını artırdığını ifade etmişlerdir. Bu bulgular, öğrencilerin spora yalnızca başlama değil, sürdürülebilir bir şekilde devam etme konusunda da tenise motive eden faktörler arasında yer almaktadır.

Genel olarak, bu araştırma bireysel sporlar, özellikle de tenis gibi strateji ve disiplin gerektiren spor dallarında öğrencilerin motivasyon yapılarını ortaya koyarak, spor eğitimi

alanına hem kuramsal hem de uygulamalı düzeyde katkı sağlamaktadır. Bulgular, bireysel sporların gençlerin gelişimi açısından ne denli önemli olduğunu ve bu gelişimi desteklemek için motivasyonel faktörlerin iyi analiz edilmesi gerektiğini ortaya koymuştur.

5.3. Öneriler

5.3.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler

- Öğrencilerin tenis sporuna yönelme nedenleri farklılık gösterdiğinden, antrenörler ve beden eğitimi öğretmenleri, öğrencilerin motivasyon kaynaklarını tanımaya yönelik bireysel gözlemler yapmalı ve programlarını buna göre esnek şekilde planlamalıdır.

- Başarma duygusu, gelişim takibi, kişisel hedef belirleme gibi unsurlar öğrencilerin içsel motivasyonlarını artırmaktadır. Bu nedenle, tenis derslerinde öğrencilere kişisel ilerlemelerini gözlemleyebilecekleri yapılar (gelişim çizelgeleri, bireysel geribildirim vb.) sağlanmalıdır.

- Aile, arkadaş grubu ve okul personelinin destekleyici rolü, öğrencilerin motivasyonunun sürdürülmesinde önemli bir etkindir. Okul yönetimleri, veli iş birliklerini artırarak spor faaliyetlerine yönelik farkındalığı yükseltmelidir.

- Sakatlık, ulaşım zorlukları veya duygusal zorlanmalar gibi motivasyonu düşüren durumlara karşı rehberlik servisi, sağlık hizmetleri ve sosyal destek mekanizmaları daha etkin kullanılmalıdır.

- Erken yaşta sporla tanışmak ve başarı deneyimi yaşamak öğrencilerin ilgisini artırmaktadır. Bu nedenle okul ortamlarında, kort gerektirmeyen mini tenis uygulamaları ve dostluk temelli müsabakalar düzenlenmesi teşvik edilmelidir.

5.3.2. Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

- Bu çalışma lise öğrencileriyle sınırlı kaldığı için, farklı yaş düzeylerinde (ilkokul, üniversite vb.) motivasyonun nasıl değiştiğine dair karşılaştırmalı çalışmalar yapılmalıdır.

- Farklı şehirler, bölgeler veya ülkeler arasında motivasyonel karşılaştırmalar yapmak bu alandaki evrensel çıkarımlara katkı sağlayacaktır.

- Sadece öğrencilerin değil, onlara yön veren antrenörlerin ve beden eğitimi

öğretmenlerinin motivasyon algıları da araştırma kapsamına alınarak daha bütüncül bir anlayış geliştirilebilir.

- Tenis eğitimine katılımda rol oynayan aile desteği, sosyo-ekonomik düzey ve dijital teknoloji kullanımı gibi çevresel ve bireysel değişkenlerin motivasyon üzerindeki etkilerinin çok değişkenli analizlerle incelenmesi, alan yazına önemli katkılar sağlayacaktır.
- Spora yönelik motivasyonun öğrencilerin akademik başarı, sosyal uyum ve psikolojik iyi oluş düzeyleriyle ilişkisini inceleyen çok boyutlu araştırmalar, motivasyonun bireyin genel yaşam kalitesi üzerindeki etkilerini ortaya koyabilir.
- Tenis gibi bireysel sporlarda motivasyonun, takım sporlarıyla karşılaştırmalı olarak değerlendirilmesi, spor türüne özgü motivasyonel dinamiklerin anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Açıkada, C., & Ergen, E. (1990). *Bilim ve spor*. Büro-Tek Ofset Matbaacılık.
- Adair, J. (2006). *Etkili motivasyon* (4. Baskı) (S. Uyan, Çev.). Babıali Kültür.
- Akbaba, S., & Aktaş, A. (2005). İçsel motivasyonun bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 21(21), 19–42.
- Akbaba, S. (2006). Eğitimde motivasyon. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(13), 343–361.
- Akyayla, H. İ., Gönkek, P., & Unutmaz, V. (2024). Lise öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılımını engelleyen faktörlerin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 44–58.
- Altıntaş, A., & Akalan, C. (2008). Zihinsel antrenman ve yüksek performans. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 39–43.
- Altıntaş, A., Kelecek, S., & Aşçı, F. H. (2013). Elit sporcularda durumsal güdülenme ve optimal performans duygu durumu arasındaki ilişki. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(4), 14–21.
- Arastaman, G., Öztürk-Fidan, İ., & Fidan, T. (2018). Nitel araştırmada geçerlik ve güvenilirlik: Kuramsal bir inceleme. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 37–75.
- Ardahan, F., & Lapa, T. Y. (2010). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin cinsiyete ve gelire göre incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 21, 129–136.
- Ardahan, F., & Mert, M. (2013). Bireyleri doğa yürüyüşü yapmaya motive eden faktörler ölçeği ve bu faaliyetlere katılarak elde edilen faydalar ölçeğinin Türk popülasyonu için geçerlilik güvenilirlik çalışması. *International Journal of Human Sciences*, 10(2), 1302–1314.
- Arer, U. Y. (2020). Sürdürülebilir sosyal sorumluluk projesi olarak dezavantajlı grupların entegre yaşam alanlarının planlanması. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(44), 33–45.
- Arslan, G., & Türkcan, H. (2019). *Spor lisesi bireysel sporlar tenis kitabı*. Millî Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Artut, V. (2016). *Avrupa'daki sualtı hokeyi sporcularının spora katılım motivasyonlarının belirlenmesi*. Yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Aslan, M., & Doğan, S. (2020). Dışsal motivasyon, içsel motivasyon ve performans etkileşimine kuramsal bir bakış. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 11(26), 291–301.
- Aydın, A. (1999). *Gelişim ve öğrenme psikolojisi*. Alfa Ders Kitapları.
- Aydın, S. C. (2002). *Tenise özgü 12 haftalık antrenman programının 11–14 yaş grubu bayan tenisçilerin kondisyonel performansları üzerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.

- Bakan, İ., & Yılmaz, S. (2021). İçsel ve dışsal motivasyonun iş tatminine etkisi: Bir alan araştırması. *Artvin Çoruh Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 1–14.
- Baltacı, A. (2019). Nitel araştırma süreci: Nitel bir araştırma nasıl yapılır? *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(2), 368–388.
- Başaran, M., & Orhun, B. D. (2013). Factors affecting the preservice teachers' Professional motivation. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(3), 129–151.
- Baymur, F. (1994). *Genel psikoloji* (12. basım). İnkılap Kitabevi.
- Bozyiğit, E. (2023). Tenis oyuncularını ve kariyer. L. Ceylan & Z. Yurtsızoğlu (Eds.), *Spor bilimlerine kuramsal bakış* (3. baskı). Gazi Yayınevi
- Brodeur, E. A., Jr. (1994). *Court surface* (U.S. Patent No. 5,352,158). U.S. Patent and Trademark Office.
<https://patentimages.storage.googleapis.com/28/a3/fc/969456a4d959b7/US5352158.pdf>
- Büker, S. (1992). *Tenisten sonra sodasız viski*. İmge Kitabevi.
- Chu, D. A. (1994). *Power tennis training* (1st ed.). Human Kinetics.
- Cihangir-Çankaya, Z. (2005). *Öz-belirleme modeli: Özerklik desteği, ihtiyaç doyumu ve iyi olma* (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Crespo, M., & Miley, D. (2009). *İleri Seviye Antrenörün El Kitabı* (B. Vural & Y. Bulca, Çev.). Ata Ofset Matbaacılık.
- Creswell, J. W. (2016). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage Publications.
- Cüceloğlu, D. (1994). *İnsan ve davranış*. Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (1998). *İnsan ve davranış* (8. baskı). Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2018a). *İnsan ve davranış: Psikolojinin temel kavramları* (Geliştirilmiş 36. baskı). Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2018b). *Öğretmenim bir bakar mısın? Öğretmen'in gücü üzerine*. Final Kültür Sanat.
- Çakal, Ö., Ünsar, S., & Oğuzhan, A. (2011). Özel ve kamu hastane yöneticilerinin motivasyon düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. *Balıkesir University Journal of Social Sciences Institute*, 14(25), 157–174.
- Çam, G. (1990). *Sporda bir olgu olarak motivasyon ve motivasyonun sportif performans üzerine etkileri*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Daniel, J. J. (2006). *Effects of band and seating placement on the motivation and musical self-esteem of high school wind musicians* (Master's thesis). Bowling Green State University Graduate College.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer.
- Deci, E. L., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., & Ryan, R. M. (1991). Motivation and

- education: The self-determination perspective. *Educational Psychologist*, 26(3–4), 325–346.
- Dirmen, A. (2014). *Farklı liglerde oynayan kadın futbol takımı oyuncularının başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Döklü, S. (2018). *Üniliğ tenis müsabakalarında yaşam bağlılığı ile olumlu düşünmenin psikolojik dayanıklılık üzerine olan etkisinin araştırılması*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Durmuş, G. (2015). *Gençlerin tenis spor dalını seçmelerinde motivasyonu etkileyen unsurlar*. Yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Engin, A. O., Calapoğlu, M., Seven, M. A., & Yörük, A. K. (2008). Davranışlarımızın genetik ve çevresel boyutları. *Kafkas Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 37–56.
- Erceylan, N., & Öztürk, M. (2021). İçsel motivasyon ve öznel iyi oluş arasındaki ilişki: İş becerikliliği ve akış deneyiminin seri aracılık rolü. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 19(40), 413–436.
- Eroşkun, M. H., & Nalçacı, A. (2005). Öğretimde psikolojik ihtiyaçların yeri ve önemi. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11, 353–370.
- Eroğlu, M. (2016). *Profesyonel iki kadın tenisçinin motivasyonlarında genetik test sonuçlarının önemi*. Yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Fernandez, J., Mendez-Villanueva, A., & Pluim, B. M. (2006). Intensity of tennis match play. *British Journal of Sports Medicine*, 40(5), 387–391.
- Filipčić, A., & Filipčić, T. (2006). Analysis of time and game characteristics in top profile tennis. *Acta Universitatis Carolinae. Kinanthropologica*, 42(1), 41–53.
- Gelen, E., Mengütay, S., & Karahan, M. (2009). Teniste servis performansını belirleyen fiziksel uygunluk ve biyomekaniksel faktörlerin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 668.
- Genevois, C., Reid, M., Rogowski, I., & Crespo, M. (2015). Performance factors related to the different tennis backhand groundstrokes: A review. *Journal of Sports Science & Medicine*, 14(1), 194.
- Gill, D. L. (1986). A prospective view of the *Journal of Sport (and Exercise) Psychology*. *Journal of Sport Psychology*, 8(3), 164–173.
- Gökçe, H., Keçeci, K., & Yıldız, A. (2019). Ailelerin çocuklarını spora gönderme sebeplerinin belirlenmesi: Pilot çalışma. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 356–366.
- Gökgönül, N. (2008). *Minik tenisçilerin (9–12 yaş) müsabaka dönemi sezonal güç değişimleri ve bazı fizyolojik parametrelerdeki değişimlerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Görgülü, R. (2018). Spor ve egzersiz psikolojisinde kariyer basamakları, güçlükler ve tehlikeler: Birleşik Krallık'tan model uygulamalar. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 164–178.

- Groppel, J., & DiNubile, N. (2009). Tennis: For the health of it! *The Physician and Sportsmedicine*, 37(2), 40–50.
- Guba, E. G. ve Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. *Handbook of Qualitative Research*, 2(105), 163-194.
- Gündoğdu, S. D. (2017). *Türkiye'de performans tenisi yapan sporcuların tenise başlama nedenleri ve beklentileri*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- H., & Demir, A. (2021). Spor psikolojisi üzerine bir inceleme. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 5(10), 119–131.
- Hasçelik, Z., Başgöze, O., Türker, N., Naman, S., & Özker, R. (1989). The effects of physical training on physical fitness tests and auditory and visual reaction time of volleyball players. *The Journal of Sports and Physical Fitness*, 29, 234–239.
- Hasıl, N., & Ataç, H. (1998). *Tenis alıştırma örnekleri*. Akmat Akınoğlu Matbaacılık Ltd. Şti.
- İbrahim, H., & Cordes, K. A. (2002). *Outdoor recreation: Enrichment for a lifetime* (2nd ed., p. 487).
- İkiler, F. (2017). Çim kort (grass court).
<https://www.fahriikiler.com/grass-court-cim-kort/>
- İkizler, C., & Karagözoğlu, C. (1997). *Sporda başarının psikolojisi* (3. baskı). Alfa Basın Yayın Dağıtım.
- İmamoğlu, S. H. (2009). Spor sponsorluğuna ilişkin hukuki düzenleme üzerine bir değerlendirme. *Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 58(1), 63–96.
- International Tennis Federation (ITF). (2018). *Rules of tennis*.
<https://www.itftennis.com/officiating/rulebooks/rules-of-tennis> (Erişim tarihi: 6 Mayıs 2025)
- ITF. (2020). *Merkez hakem kurulu tenis kuralları*. Türkiye Tenis Federasyonu.
https://www.ttf.org.tr/images/dokumanlar/2020_TTF_TENiS_KURALLARI.pdf (Erişim tarihi: 6 Mayıs 2025)
- ITF. (2021). *ITF rules of tennis*. ITF Ltd.
<https://www.itftennis.com/media/7221/2022-rules-of-tennis-english.pdf> (Erişim tarihi: 6 Mayıs 2025)
- Jones, C. M. (1979). *How to play tennis*. Book Sales.
- Kabasakal, A. (2006). *Tenis nasıl oynanır?* Morpa Kültür Yayınları.
- Kaman, M. B., Gündüz, N., & Gevat, C. (2017). Tenis sporcularının spora katılım motivasyonlarının incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 65–72.
- Karaağaç, S., & Şahan, P. D. H. (2021). Bireysel ve takım sporcularında optimal performans duygu durumu ve zihinsel antrenman ilişkisinin incelenmesi. *Uluslararası Türk Spor ve Egzersiz Psikolojisi Dergisi*, 1(1), 26–39.
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/ijtsep/issue/64633/985308dergipark.org.tr+1avesis.gazi.edu.tr+1>

- Kazak, Z. (2004). Sporda Güdülenme leği (SG)nin Türk sporcular için güvenirlik ve geçerlik alışması. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 191–206.
- Kermen, O. (1997). Tenis teknik ve taktikleri. In B. Yavuz (Ed.), *Tenis teknik ve taktikleri* (pp.42–50). Aşama Matbaacılık.
- Kermen, O. (1998). *Tenis teknik ve taktikleri*. Bağıran Yayınevi.
- Kermen, O. (2002). *Tenis teknik ve taktikleri*. Nobel Yayınevi.
- Kilit, B., Arslan, C., Akçınar, F., & Rad, A. G. (2012). Elit erkek tenis maçlarının notasyonel analizi. *International Journal of Human Sciences*, 9(2), 1312–1320.
- Klenke, K. (2016). *Qualitative Research in the Study of Leadership*. Emerald Group Publishing Limited.
- Kolayış, H., Sarı, İ., & Kle, . (2015). Takım sporlarıyla uğraşan kadın sporcuların imgeleme, güdülenme ve kaygı puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 129–136.
- Koruç, Z. (1992). Spor psikolojisine giriş. In E. Ergen (Ed.), *Spor hekimliği* (pp. 96–100). TTB Merkez Konseyi Spor Hekimliği Kolu Yayınları.
- Kuroğlu, E. (2022). *Sporda tükenmişliğin nedenleri ve belirtileri*. <https://www.enginkuroglu.com/2022/07/sporda-tukenmisligin-nedenleri-ve.html>
- Kuzgun, Y. (1972). Kendini gerçekleştirme. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 10(1), 162–178.
- Landlinger, J., Stggl, T., Lindinger, S., Wagner, H., & Mller, E. (2011). Differences in ball speed and accuracy of tennis groundstrokes between elite and high-performance players. *European College of Sport Science*, 12(4).
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
- Meinhardt, T., & Brown, J. (1984). *Tennis, newgroup instruction II*. New York.
- Merriam, S. B. (2015). Qualitative research: Designing, implementing, and publishing a study. In V. Wang (Ed.), *Handbook of research on scholarly publishing and research methods* (pp. 125–140). IGI Global.
- Önen, L., & Tüzün, B. (2005). *Motivasyon*. Epsilon.
- ner, S. (2021). *Tenisçilerde pliometrik ve direnç antrenmanlarının bazı motorik ve performans parametrelerine etkisi* (Doktora tezi). İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- zcan, S. (2011). *Temel tenis teknik ğretiminde iki farklı antrenman metodunun teknik, biyomotorik ve fizyolojik özellikler üzerine etkisinin araştırılması* Yüksek lisans tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özdaşlı, K., & Akman, H. (2012). İçsel ve dışsal motivasyonda cinsiyet ve örgütsel statü farklılaşması: Türk Telekomünikasyon A.ř. Çalışanları üzerinde bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 4(7), 73–81.
- zkurt, B. (2023). *Elit güreşçilerde motivasyonel belirleyicilerin spora devam etme niyeti üzerindeki etkisi: Keyif almanın aracı rolü*. Doktora tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Enstitüsü, Lisansüstü Eğitim Entitüsü, Sakarya.

- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods*. Sage Publications.
- Pattullo, E. (2002). *Health clubs and leisure centres: 2002 market report*. UK: Key Note Ltd.
- Pehlevan, Z., & Bal, S. İ. (2018). 13-15 yaş grubu çocuklarda spora katılımın akran ilişkileri ve sosyal destek alma üzerine etkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 191-203.
- Pelletier, L. G., Tuson, K. M., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Briere, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 35–53.
- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(3), 329–341.
- Reid, M., Elliott, B., & Crespo, M. (2013). Mechanics and learning practices associated with the tennis forehand: A review. *Journal of Sports Science & Medicine*, 12(2), 225.
- Reid, M., Elliott, B., & Crespo, M. (2015). *Tennis science: How player and racket work together* (Vol. 3, pp. 95–96). University of Chicago Press.
- Rodoper, B. (2019). *Ergenlerde algılanan sosyal destek ve atılganlık arasındaki ilişkinin incelenmesi* Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Roetert, E. P., Kovacs, M., Knudson, D., & Groppe, J. L. (2009). Biomechanics of the tennis groundstrokes: Implications for strength training. *Strength and Conditioning Journal*, 31(4), 41–49.
- Roetert, E. P., & Kovacs, M. S. (2011). *Tennis anatomy*. Human Kinetics.
- Roetert, E. P., & Kovacs, M. (2019). *Tennis anatomy*. Human Kinetics.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality*, 63(3), 397–427.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000a). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). *Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions*. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860.
- Sakurai, S., Reid, M., & Elliott, B. (2013). Ball spin in the tennis serve: Spin rate and axis of rotation. *Sports Biomechanics*.
- Sancaklı, C. (2002). *Lisanslı tenis sporcularının sosyo-ekonomik düzeylerinin analizi (İstanbul ili TED ve ENKA spor kulübü uygulaması)*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Sarı, İ. (2020). *Antrenörden algılanan özerklik desteği ve sporcuların özerk güdülenmesi arasındaki ilişki: Bir meta-analiz çalışması*. *Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 85-101.
- Sarı, İ., & Sağ, S. (2021). Türkiye’de sporda motivasyon araştırmaları: Sistematiik derleme. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26(3), 373–405.

- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social Cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology*, 60, 101832.
- Seale, C. (1999). Quality in qualitative research. *Qualitative Inquiry*, 5(4), 465–478.
- Segal, D. K. (2005). *Tennis biodynamic system for teaching and correcting tennis*.
- Senemoğlu, N. (2018). *Gelişim, öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya*. Ankara: Yargı Yayınevi.
- Serin, C. (2016). *Türk milli yelkencilerinin motivasyon ve kontrol odağı ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Sergiovanni, T. J., & Starratt, R. J. (1993). *Supervision: A redefinition*. McGraw-Hill.
- Smekal, G., von Duvillard, S. P., Rihacek, C., Pokan, R., Hofmann, P., Baron, R., Tschan, H., & Bachl, N. (2001). A physiological profile of tennis match play. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 33(6), 999–1005.
- Soyer, F., Can, Y., Güven, H., Hergüner, G., Bayansalduz, M., & Tetik, B. (2010). Sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 225–238.
- Soysal, Y. (2018). *Tenis antrenmanları için drill çalışma kitabı*. İstanbul: Atlas Yayıncılık.
- Şahin, H. M. (2005). *Beden eğitimi ve spor sözlüğü*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Şahinler, Y., Ün, B., & Atasoy, T. (2021). Dünyada ve Türkiye’de spor psikolojisi. *Bilge Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 118–123.
- Tenis Klinik. (2017). Tenis kortu ölçüleri. [http://www.tenisklinik.com.tr/eski\(26.02\)/tenis%20hakkinda/tenishakkinda-makaleler/tenis-kortu-olcueleri.html](http://www.tenisklinik.com.tr/eski(26.02)/tenis%20hakkinda/tenishakkinda-makaleler/tenis-kortu-olcueleri.html)
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor psikolojisi: Kavramlar, kuramlar ve uygulama*. Eylül Kitap ve Yayınevi.
- TTF. (2017). *Tenis kuralları*. <http://www.ttf.org.tr/kurallar>
- Tunçer, P. (2013). Örgütlerde performans değerlendirme ve motivasyon. *Sayıştay Dergisi*, 1(88), 87–108.
- Turkay, H., & Demir, A. (2021). Spor psikolojisi üzerine bir inceleme. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 5(10), 119–131.
- Tutar, H., & Erdem, A. T. (2022). *Örnekleriyle bilimsel araştırma yöntemleri ve SPSS uygulamaları* (2. baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Türnüklü, A. (2001). Eğitim bilim alanında aynı araştırma sorusunu yanıtlamak için farklı araştırma tekniklerinin birlikte kullanılması. *Eğitim ve Bilim*, 26(120), 8–13.
- Urartu, Ü. (1996). *Tenis: Teknik, taktik, kondisyon* (s. 17). İstanbul: İnkılâp Kitabevi.
- Vallerand, R. J. (2007). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and physical activity: A review and a look at the future. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 59–83). John Wiley & Sons.
- Varış, F. (1987). *Eğitim bilimine giriş*. Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi.

- Weinberg, R., & Gould, D. (2015). Personality and sport. In *Foundations of sport and exercise psychology* (p. 640). London: Human Kinetics.
- Wentzel, K. R., & Wigfield, A. (2009). Introduction. In K. R. Wentzel & A. Wigfield (Eds.), *Handbook of motivation in school* (pp. 1–9). Routledge.
- Yalçın, İ. (2015). *İşitme engelli futsal sporcularının başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yalçın, İ., Turgut, M., Gacar, A., & Çalık, F. (2017). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu'nda öğrenim gören kadın sporcuların spora katılım motivasyonlarının bazı değişkenlere göre araştırılması. *International Journal of Cultural and Social Studies (IntJCSS)*, 3(2), 201–210.
- Yanar, Ş., Kırandı, Ö., & Çimen, K. (2017). Tenisçilerde başarı motivasyonu ile optimal performans duygu durumu ilişkisinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 1(1), 69–75.
- Yapıcı, Ş., & Yapıcı, M. (2010). *Eğitim psikolojisi* (2. baskı). Anı Yayıncılık.
- Yıldırım, Y. (2007). *Türkiye'de performans tenisi yapan sporcuların tenise başlama nedenleri ve beklentileri*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yıldırım, Y., & Sunay, H. (2009). Türkiye'de performans tenisi yapan sporcuların tenise başlama nedenleri ve beklentileri. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 103–109.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (9. baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, M., & Bayrak, C. (2019). Üniversite öğrencilerinin spora dayalı fiziksel aktivitelere katılımları ve yaşam kalitelerinin akademik başarı ve sosyalleşme üzerine etkisi (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi örneği). *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(1), 123–144.
- Yıldız Doğan. (1979). *Türk futbol tarihi*. İstanbul: Eko Matbaası.

EKLER

EK-1 Etik Kurul Kararı

Evrak Tarih ve Sayısı: 23.12.2024-505967



T.C.
SİVAS CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Eğitim Bilimleri Araştırma Önerisi Etik Değerlendirme Kurulu



Sayı : E-50704946-050.04-505967
Konu : Etik Kurul Kararı

23.12.2024

Sayın Furkan YILMAZ

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Araştırma Önerisi Etik Değerlendirme Kuruluna yapmış olduğunuz 24_12_15 numaralı başvurunuz, kurulumuz tarafından incelenmiş ve "Tenis Sporuna Katılan Öğrencilerin Motivasyonlarına İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi: Bir Durum Çalışması" başlıklı araştırmanızın bilimsel araştırma etiği ilkeleri açısından uygun olduğuna karar verilmiştir.

Bilgilerini rica ederim.

Prof. Dr. Murat BURSAL
Kurul Başkanı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : B55ZY32T31 Pin Kodu : 77242

Belge Takip Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/cumhuriyet-universitesi-ebys>

Adres : Sivas Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü
Telefon: 03462191313 Faks: 0 346 219 1110
e-Posta: egitimdek@cumhuriyet.edu.tr Web: egitimbilimst.cumhuriyet.edu.tr
Kep Adresi: cumhuriyetuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi için: Muhammed Mustafa Yekbaş
Unvanı: Büro Personeli



EK-2 Veli Onam Formu

SİVAS CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ

Bilimsel Araştırma Ve Yayın Etiği Kurulu

Bilgilendirilmiş Gönüllü Katılımcı (Veli/Vasi) Onay/Onam Formu

• Sizi Yüksek Lisans Öğrencisi Furkan Yılmaz, Prof. Dr. Hüseyin Fatih Küçükbiş tarafından yürütülen "Tenis Sporuna Katılan Öğrencilerin Motivasyonlarına İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi: Bir Durum Çalışması" başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı tenis sporu yapan öğrencilerin motivasyonlarını derinlemesine inceleyerek, hangi faktörlerin bu motivasyonu artırdığını veya azalttığını anlamayı amaçlayacaktır. Araştırma, tenis sporuna katılan öğrencilerin motivasyonlarını anlamayı, bu motivasyonların spora katılımı ve devamını nasıl etkilediğini incelemeyi hedefleyerek öğrenciler için tenis sporuna katkı sunmayı hedeflemektedir. Araştırmada sizden tahminen 30 dakika ayırmanız istenmektedir.

- Bu çalışmaya katılmak tamamen **GÖNÜLLÜLÜK** esasına dayanmaktadır.
- Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün sorulara, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle vermenizdir. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahiptir.
- Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup **KİŞİSEL BİLGİLERİNİZ GİZLİ TUTULACAKTIR**; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir.
- Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında, şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız, araştırmacıya şimdi sorabilir veya aşağıdaki iletişim bilgilerinden ulaşabilirsiniz.

Araştırmacı Tarafından Doldurulacak	
Katılımcının kişisel bilgilerinin gizli tutulacağını, katılımcının çalışma kapsamında sağlayacağı tüm verilerin etik kurallara göre işleneceğini ve bu etik kuralların ihlali durumunda, ortaya çıkacak tüm sorumluluğu kabul ettiğimi beyan ederim.	
Unvanı/Adı-	
E-posta:	
Telefon:	
Tarih:	
İmza:	

Yetişkin Katılımcının Kendisi tarafından doldurulacak

- ☐ Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım.
- ☐ Çalışma hakkında yazılı/sözlü açıklama araştırmacı tarafından yapıldı ve kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.
- ☐ Bu koşullarda, araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Kısıtlı Katılımcının Velisi/Vasisi tarafından doldurulacak

- ☐ Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve bu çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü katılımcılara düşen sorumlulukları anladım.
- ☐ Çalışma hakkında yazılı/sözlü açıklama araştırmacı tarafından yapıldı ve katılımcının kişisel bilgilerinin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.
- ☐ Bu koşullarda, velisi/vasisi bulunduğum..... 'nın araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmasını kabul ediyorum.

Araştırma tamamlandığında genel/özel sonuçların benimle paylaşılmasını		☐ İstiyorum ☐ İstemiyorum
Adı-Soyadı: veya Katılımcı Kodu:		
Tarih:		
İmza:		
İletişim Bilgileri (İsteğe bağlı):		

- Bu form, katılımcının kendisi/velisi/vasisi tarafından imzalandıktan sonra araştırmacıya teslim edilecektir. Ayrıca talep edildiği takdirde, bu formun bir nüshası katılımcıya verilecektir.*

EK-3 Nitel Araştırma Soruları

SORULAR
1. Sizin için tenis sporunun anlamı nedir? 2. Tenis sporuna başlama sebepleriniz nelerdir? 3. Tenis sporuna devam etme sebepleriniz nelerdir? 4. Tenis sporunda sizi yeni bir şeyler öğrenmeye motive eden sebepler nelerdir? 5. Sizi antrenman ve müsabakalarda zorluklara karşı elinizden gelenin en iyisini yapmaya neler teşvik eder? 6. Tenis sporundan sizi neler uzaklaştırır?
ALTERNATİF (SONDA) SORULAR
1. Alternatif (Sonda) Soru (Soru 1 için). Tutku, heves, sevgi, keyif alma, eğlence, başarıyı tatma aracı, bir görevi sahiplenme, sadakat gösterme, gurur duyma, coşku ve ilham kaynağı olma vb. anlamları var mıdır? Nedenleri ile açıkla mısınız? 2. Alternatif (Sonda) Soru (Soru 2 için). Tenis sporuna başlamanıza neden olan duygusal/sosyal/fiziksel/maddi beklentileriz veya sebepleriniz nelerdir? 3. Alternatif (Sonda) Soru (Soru 3 için). Tenis sporuna devam etmenize/sürdürmenize neden olan duygusal/sosyal/fiziksel/maddi beklentileriz veya sebepleriniz nelerdir? 4. Alternatif (Sonda) Soru (Soru 4 için). Tenis sporunda sizi yeni bir şeyler öğrenmeye motive eden duygusal/sosyal/fiziksel/maddi sebepleriniz nelerdir? 5. Alternatif (Sonda) Soru. Duygusal tatmin, başarı, hedefi başarmaya olan inanç, hedefe ulaşmada çaba ve zaman harcama isteği, sevgi, saygı, sadakat gösterme, üstün olma arzusu, spora kendini kaptırma hissi (zamanın nasıl geçtiğini anlamama), saygınlık, aidiyet, sosyal statü kazanma, takdir edilme, sosyalleşme, fiziksel görünüş, sağlıklı olma, güçlü olmak, enerjik olmak, hareket halinde olmak, eğitim hakkı, burs, madalya, mesleki hedeflere yaklaşmak, ulaşılabilir hedefler koymak, başarı arzusu, pes etmemek, kendine saygı, sorumluluk duygusu, üstün olma arzusu vb. beklentiler/ hedefler neden sizin için bu spora başlama veya devam ettirme sebepleri arasında yer alabilir?