



TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



**SPORCULARIN HEDEF YÖNELİMLERİ, ALGILANAN GÜDÜSEL
İKLİMLERİ VE ALGILANAN FİZİKSEL YETERLİKLERİNİN
CİNSİYETE VE DENEYİM DÜZEYİNE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI**

Atahan ALTINTAŞ

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

DANIŞMAN

Yrd. Doç. Dr. Perican BAYAR KORUÇ

2010-ANKARA

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**SPORCULARIN HEDEF YÖNELİMLERİ, ALGILANAN GÜDÜSEL
İKLİMLERİ VE ALGILANAN FİZİKSEL YETERLİKLERİNİN
CİNSİYETE VE DENEYİM DÜZEYİNE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI**

Atahan ALTINTAŞ

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

DANIŞMAN

Yrd. Doç. Dr. Perican BAYAR KORUÇ

2010-ANKARA

Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Lisans Programı
çerçevesinde yürütülmüş olan bu çalışma, aşağıdaki jüri tarafından
Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 22.06.2010

Prof. Dr. Gülfem ERSÖZ

Ankara Üniversitesi

Jüri Başkanı

Prof. Dr. Mitat KOZ

Ankara Üniversitesi

Raportör

Yrd. Doç. Dr. Ziya KORUÇ

Hacettepe Üniversitesi

Yrd. Doç. Dr. Perican BAYAR KORUÇ

Ankara Üniversitesi

Yrd. Doç. Dr. Nevin GÜNDÜZ

Ankara Üniversitesi

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
Kabul ve Onay	ii
İçindekiler	iii
Önsöz	v
Simgeler ve Kısaltmalar	vi
Şekiller	vii
Çizelgeler	viii
1. GİRİŞ	1
1.1. Güdülenme	4
1.2. Sporda Güdülenme	6
1.3. Kuramsal Yaklaşım	9
1.4. Başarı Güdülenmesi Kuramı	12
1.4.1. Başarı Hedefi Kuramı	13
1.4.1.1. Hedef Yönelimi	14
1.4.1.1.1. Görev Yönelimi	19
1.4.1.1.2. Ego Yönelimi	20
1.4.1.2. Algılanan Güdusel İklim	23
1.4.1.2.1. Ustalık İklimi	26
1.4.1.2.2. Performans İklimi	27
1.5. Algılanan Fiziksel Yeterlik	28
2. GEREÇ VE YÖNTEM	32
2.1. Araştırma Grubu	32
2.2. Veri Toplama Araçları	32
2.2.1. Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği	32
2.2.2. Sporda Algılanan Güdusel İklim Ölçeği	33
2.2.3. Fiziksel Benlik Algısı Envanteri	34
2.2.4. Kişisel Bilgi Formu	35
2.3. Verilerin Toplanması	35
2.4. Verilerin Çözümlemesi	35
3. BULGULAR	
3.1. Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterlik, Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdusel İklim Düzeyleri	36

3.2. Sporcuların Hedef Yönelimlerinin, Algılanan Güdüsel İklimin ve Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	37
3.3. Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Sportif Yeterliğe Göre Karşılaştırılması	41
3.4. Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Kuvvete Göre Karşılaştırılması	45
3.5. Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimlerinin Algılanan Fiziksel Kondisyona Göre Karşılaştırılması	50
3.6. Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimlerinin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılması	55
3.7. Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılması	59
4. TARTIŞMA	63
5. SONUÇ VE ÖNERİLER	70
5.1. Sonuçlar	70
5.2. Öneriler	72
ÖZET	75
SUMMARY	76
KAYNAKLAR	77
EKLER	88
EK-1 Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği	88
EK-2 Sporda Algılanan Güdüsel İklım Ölçeği	90
EK-3 Fiziksel Benlik Algısı Envanteri	92
EK-4 Kişisel Bilgi Formu	95
ÖZGEÇMİŞ	96

ÖNSÖZ

Günümüzde spor psikolojisi alanında sıklıkla ele alınan konuların başında gelen güdülenme kavramı bireylerin herhangi bir sportif aktiviteye katılma, katılmış olduğu aktiviteyi sürdürme ve bırakma nedenlerine ilişkin önemli bilgiler sağlamaktadır. Güdülenme konusu çerçevesinde ele alınan hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim kavramları da sporcuların başarıyı nasıl algıladıkları, başarılı olmaları için nasıl bir spor ortamının olması gerektiği ve diğer çevresel faktörlerin güdülenmeye nasıl etkide bulunduğu ile ilgilidir. Bunun yanı sıra, spor ortamında önemli bir yer tutan algılanan fiziksel yeterlik de güdülenme ile sıkı bir ilişki içerisindedir. Algılanan olumlu benlik algısı, özellikle de algılanan fiziksel benlik algısı, spor ortamında genç sporcuların spora başlama, spora devam etme ve başarıya ulaşmada bir güdülenme unsuru olarak görülmektedir.

Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı, sporcuların hedef yönelimleri, algılanan güdüsel iklimleri ve algılanan fiziksel yeterliklerinin cinsiyete ve deneyim düzeyine göre karşılaştırılmasıdır.

Bu çalışma süresince görüş ve bilgileriyle bana destek olan, beni yönlendirerek bu tezi bitirmemde bana yardım eden değerli danışmanım Yrd. Doç. Dr. Perican Bayar Koruç'a göstermiş olduğu sabır, anlayış ve özveriden dolayı sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Gerek bu çalışmada gerekse iş hayatımda bana her türlü yardımı sağlayan, benim bu alanda yetişmemde büyük katkısı olan sevgili hocam Prof. Dr. F. Hülya Aşçı'ya gönülden teşekkür ederim.

Çalışmanın zorlu günlerinde beni yalnız bırakmayan ve her zaman destek olan sevgiye değer eşim Müge Altıntaş'a tüm kalbimle teşekkür ederim.

Tez savunması sırasındaki katkılarından dolayı değerli jüri üyelerim Prof. Dr. Gülfem Ersöz, Prof. Dr. Mithat Koz, Yrd. Doç. Dr. Ziya Koruç ve Yrd. Doç. Dr. Nevin Gündüz'e teşekkürlerimi sunarım.

Çalışma sırasında anketlerin sporculara uygulanmasında bana yardımcı olan sevgili antrenörlere ve gönüllü olarak çalışmaya katılan sporcu kardeşlerime teşekkürlerimi en içten dileklerle sunarım.

SİMGELER VE KISALTMALAR

\bar{X}	Ortalama
N	Örneklem Grubu
SS	Standart Sapma
MANOVA	Çok Yönlü Varyans Analiz (Multivariate analysis of variance)
ANOVA	Tek Yönlü Varyans Analiz (Univariate analysis of variance)
η^2	Etakare

ŞEKİLLER LİSTESİ

ŞEKİLLER

Şekil 1.1: Güdüsel Döngü	5
Şekil 1.2: Spora Katılımda Etkili Olan Faktörler ve Aralarındaki İlişki	7
Şekil 1.3: Algılanan Yeterliğe Göre Sporcuların Hedef Yönelimleri	18
Şekil 1.4: Hiyerarşik Fiziksel Algılama Modeli	29

ÇİZELGELER LİSTESİ

Çizelge 2.1: Sporcuların Yaş, Cinsiyet, Spor Deneyimi, Spor Yapma Sıklığı Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	32
Çizelge 3.1: Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterlik, Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdüsel İklim Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	36
Çizelge 3.2: Sporcuların Cinsiyete Göre Hedef Yönelimi, Algılanan Güdüsel İklim ve Algılanan Fiziksel Yeterlik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	37
Çizelge 3.3: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin, Algılanan Güdüsel İklimin ve Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Çok Yönlü Varyans Analiz (MANOVA) Sonuçları	38
Çizelge 3.4: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin, Algılanan Güdüsel İklim ve Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü Varyans Analiz (ANOVA) Sonuçları	39
Çizelge 3.5: Sporcuların Algılanan Sportif Yeterliğe Göre Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdüsel İklim Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	41
Çizelge 3.6: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Sportif Yeterliğe Göre Karşılaştırılmasına Yönelik MANOVA Sonuçları	43
Çizelge 3.7: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Sportif Yeterliğe Göre Karşılaştırılmasına Yönelik ANOVA Sonuçları	44
Çizelge 3.8: Sporcuların Algılanan Kuvvete Göre Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdüsel İklim Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	45
Çizelge 3.9: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Kuvvete Göre Karşılaştırılmasına MANOVA Sonuçları	47
Çizelge 3.10: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Kuvvet Yeterliğine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik ANOVA Sonuçları	48
Çizelge 3.11: Sporcuların Algılanan Fiziksel Kondisyona Göre Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdüsel İklim Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	50
Çizelge 3.12: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Fiziksel Kondisyona Göre Karşılaştırılmasına Yönelik MANOVA Sonuçları	52
Çizelge 3.13: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Fiziksel Kondisyona Göre Karşılaştırılmasına Yönelik ANOVA Sonuçları	53

Çizelge 3.14: Sporcuların Spor Deneyimine Göre Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdüsel İklim Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	55
Çizelge 3.15: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik MANOVA Sonuçları	57
Çizelge 3.16: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik ANOVA Sonuçları	58
Çizelge 3.17: Sporcuların Spor Deneyimine Göre Algılanan Fiziksel Yeterlik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri	59
Çizelge 3.18: Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik MANOVA Sonuçları	60
Çizelge 3.19: Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik ANOVA Sonuçları	61
Çizelge 3.20: Erkek Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Çok Yönlü Karşılaştırma Analiz Sonuçları	62

1. GİRİŞ

İnsanoğlunun yaşamı boyunca göstermiş olduğu davranışların altında yatan nedenler “güdü” kavramı çerçevesinde ele alınmaktadır. Bireyleri davranıma yönlendiren ve davranışını şekillendiren en temel kavram olan güdü (motivasyon), davranışa enerji ve yön veren güç olarak tanımlanmaktadır (Roberts, Treasure ve Conroy, 2007). Bu güç, organizmayı etkileyerek bir amaç için harekete geçmeye sevk etmektedir. Bu noktada güdü, istekleri, arzuları, ihtiyaçları ve ilgileri kapsayan genel bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Açlık, susuzluk ve cinsellik gibi fizyolojik kökenli güdülere dürtü, bilme ve başarma gibi insani dürtülere de ihtiyaç denilmektedir (Morgan, 1993). İnsan davranışının altında yatan nedenleri bulma, bir davranışın neden az ya da çok sergilendiğini açıklama gibi konular her zaman bilim adamlarının ilgi odağı olmuştur. Güdülenme, genellikle amaca yönelik davranışlarla ilişkili bir süreçtir. Yani, bireyin bir amaca yönelmesi ya da harekete geçirilmesi anlamına gelmektedir. Her bireyin sürekli olarak tatmin etmeye çalıştığı bazı ihtiyaçları bulunmaktadır ki bireyde bu ihtiyaçların ortaya çıkmasıyla güdülenme süreci başlamaktadır. Birey bu ihtiyaçları gidermek için belirli bir amaç ve istek yönünde davranışta bulunmaktadır (Şahin, 2004). Güdülenme ile ihtiyaç arasında sıkı bir ilişki bulunmaktadır. Güdülenme var olan bir ihtiyacın azaltılması veya giderilmesi olarak açıklanmakta iken, ihtiyacın şiddeti ve önceliği güdülenmenin yoğunluğunu belirlemektedir. Günlük yaşamdaki davranışlarımızın çoğu amaçsız değil, belirli hedef yada hedefleri olan davranışlardır. Örneğin, lokantaya gitmemizin hedefi, büyük bir olasılıkla, karnımızı doyurmaktır. Ders çalışan bir öğrencinin hedefi, derslerini başarı ile tamamlayıp okulunu bitirmektir. Bu nedenle, davranışları inceleyen bir bilim dalı olan psikolojide, bir hedefe yönelik davranışların başlaması ve devam etmesi güdü kavramı ile açıklanmakta ve bu tür davranışlar güdüsel davranışlar olarak adlandırılmaktadır (Özkalp, 1997).

Genel olarak insan davranışlarının temelini oluşturan güdüler her ortamda olduğu gibi spor ortamında da büyük bir rol oynamaktadır. Sporun toplumların temel

sosyal kurumlarından birisi haline gelmesi ve gerek ülkeler gerekse bireyler için sporun öneminin giderek artması ile birlikte sporda yüksek performansa ulaşmak da ön plana çıkmıştır. Bu bağlamda, sporcuları müsabakalara hazırlamak ve en üst seviyede verim elde etmek için değişik antrenman modelleri kullanılmaktadır. Ancak sporcuların yüksek performansa sahip olmasında bu antrenman modelleri tek başlarına etkili olamamaktadır. Fiziksel, teknik ve taktik çalışmaların yanı sıra sporcunun psikolojik durumu da, sergileyeceği performansı için son derece önemli bir duruma gelmiştir. Spor kulübü yöneticileri, teknik adamlar, antrenörler ve spor psikologları, hem kişisel hem de kulüp hedeflerine ulaşmak için, sporcularının ihtiyaçlarını tatmin ederek onlardan en etkili biçimde yararlanmaya ve sporcularını, takım performansını artıracak şekilde motive etmeye çalışırlar. Bu nedenle sporcu güdülenmesinin, takım performansında önemli bir yere sahip olduğunu söylemek mümkündür. Spor ortamında, yaklaşık eşit beceri düzeyine ve eşit şartlara sahip sporcuların sadece bazılarının başarıya ulaştıkları görülmektedir. Başka bir deyişle, sporcular eşit beceri düzeyine ve eşit olanaklara sahip olmalarına rağmen başarıları farklı olabilmektedir. Başarıya ulaşmada oluşan bu farklılığın pek çok nedeni bulunmaktadır. Ancak bu nedenlerin arasında sporcunun güdülenmesi önemli bir yer tutmaktadır.

Spor ve egzersiz psikolojisi çalışma alanı içerisinde sıklıkla ele alınan konular arasında yer alan güdülenme kavramının açıklanmasına yönelik pek çok kuram geliştirilmiş ve araştırmalar yapılmıştır. Bu doğrultuda, spor ve egzersiz psikolojisi literatüründe bu sorulara yanıt bulabilmek için spor ortamındaki güdülenme düzeyi, hedef yönelimi ve güdüsel iklim ile ilgili pek çok çalışma yapılmıştır (Cresswell, Hodge ve Kidman, 2003; Murcia, Gimeno ve Coll, 2008; Toros ve Yetim, 2000). Özellikle yapılan bu çalışmalarda yeterlik algısı (Weiss, Ebbeck ve Horn, 1997), güdüsel iklim (Ntoumanis ve Biddle, 1999), hedef yönelimi (Duda, Fox, Biddle ve Armstrong, 1992; Harwood ve Swain, 1998) gibi güdülenme ile yakından ilişkili kavramlar ele alınmıştır. Yapılan bu çalışmalar sonucunda, gerek rekreatif etkinliklere katılım gerekse yarışmacı olarak spora katılım temel alındığında, bireylerin genellikle farklı güdülenme düzeylerine, farklı hedef yönelimlerine ve farklı güdüsel iklimlere sahip oldukları bulunmuştur. Örneğin, Fox, Goudas, Biddle,

Duda ve Armstrong (1994), görev ve ego yöneliminin çocukların spor güdülenmesi üzerine etkisini inceledikleri çalışmada, görev yönelimli çocukların ego yönelimlilere göre daha fazla güdülenebildiğini belirlemişlerdir. Başka bir çalışmada ise, Treasure ve Roberts (1994), yüksek ego yönelimli katılımcıların daha düşük haz alma duygusuna sahip olduklarını ortaya koymuşlardır. Flores, Salguero ve Marquez (2008), yaptıkları çalışma sonucunda erkeklerin performans iklimi, kızların ise ustalık iklim algısına sahip olduğunu bulmuşlardır. Digelidis, Della ve Papaioannou (2005) ise 674 öğrencinin güdülme iklimleri, hedef yönelimleri, benlik algıları ve egzersiz sıklıkları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışma sonucunda, haftada iki günden fazla egzersize katılanların sportif yeterlik, görev yönelimi ve ustalık iklimi puanlarının diğerlerinden daha yüksek olduğunu, görev yönelimi ile ustalık iklimi arasında da pozitif ilişki bulunduğunu ortaya koymuşlardır.

Spor ortamındaki algılanan güdülme iklimi, hedef yönelimleri ve algılanan fiziksel yeterlik kavramları sporcuların performanslarına etki eden yapılarıdır. Başka bir deyişle, sporcuların başarıyı nasıl değerlendirdikleri, hedef yönelimlerinin ne olduğu, çevreden aldıkları geribildirimler ve kendilerini fiziksel algılamada yeterli hissedip hissetmedikleri güdülenme düzeyi üzerinde etkili olmaktadır. Özellikle bireylerin kendilerini fiziksel anlamda yeterli hissetmeleri güdülenmeye direkt olarak etkide bulunmaktadır. Çünkü bireyler, her zaman kendilerini yeterli gördükleri alanda bulunmayı ve yapılan aktiviteyi devam ettirmeyi istemektedirler. Ryckman ve Hamel (1993), algılanan fiziksel yeterliği yüksek olan sporcuların spora devam etmelerinde içsel faktörlerin dışsal faktörlere göre daha önemli olduğunu tespit etmişlerdir. Literatürde yer alan çalışmalar da spora başlama, devam etme ya da bırakma gibi durumlara etki eden güdülenme kavramının hayatın her evresinde olduğu gibi spor ortamında da büyük öneme sahip olduğunu göstermektedir (Cresswell, Hodge ve Kidman, 2003; Murcia, Gimeno ve Coll, 2008). Sporun, özellikle de performans sporunun, önemli olduğu ülkemizde 15-25 yaş aralığındaki farklı branşlarda yer alan sporcuların hedef yönelimlerini, algılanan güdülme iklimlerini ve algılanan fiziksel yeterliklerini belirlemek, antrenörlere, teknik adamlara, spor psikologlarına ve bilim adamlarına sporcuların güdülenmesine yönelik bilgi sağlayacaktır. Bununla birlikte, elde edilen bulgular ışığında antrenörler

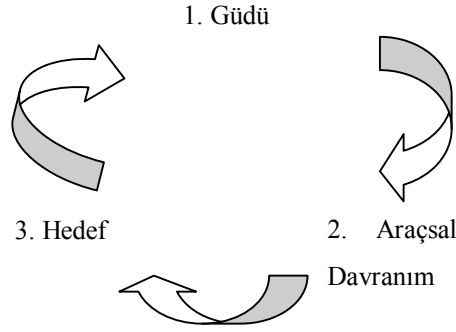
veya eğitmenler tarafından genç sporcuların güdülenme yönelimlerine göre antrenman programları düzenlenebilir, hedefler belirlenebilir ve gerekli güdüsel iklimler yaratılabilir. Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı, sporcuların hedef yönelimleri, algılanan güdüsel iklimleri ve algılanan fiziksel yeterliklerinin cinsiyete ve deneyim düzeyine göre karşılaştırılmasıdır.

Genel olarak değerlendirecek olursak, güdülenme kavramının açıklanmasına yönelik geliştirilen pek çok kuram, kavram ve yapılan pek çok çalışma bulunmaktadır. Ancak, bu çalışma kapsamında sadece çalışmanın temelini oluşturan “Başarı Güdülenmesi Kuramı” ve “Başarı Hedefi Kuramı” ile “Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdüsel İklim” kavramları irdelenmiştir. Bu kavramların yanı sıra, sporcuların güdülenme biçimlerine etki eden faktörlerden bir tanesi olan algılanan fiziksel yeterlik kavramı da ele alınmıştır.

1.1. GÜDÜLENME (MOTİVASYON)

İnsanoğlu yaşamı boyunca hareket etmek, başka bir deyişle ise davranımda bulunmak ihtiyacı içerisinde olmuştur. Herhangi bir davranışın ortaya çıkmasında merkezi bir rol üstlenen güdü kavramı, psikoloji alanında sıklıkla incelenen konular arasında yer almıştır. Psikolojinin en eski çalışma alanlarından birisi olarak karşımıza çıkan güdülenme kavramının dilimizde tam karşılığını bulmak çok zordur. Günümüze kadar Türkçe’de “motivasyon ve güdülenme” kelimeleri eş anlamlı olarak kullanılmakla birlikte son yıllarda gerek psikologlar gerekse eğitimciler tarafından güdülenme kelimesi tercih edilmektedir. Güdünün İngilizce karşılığı olan “motive” kelimesi, hareket etmek anlamındaki Latince “movere” sözcüğünden gelmektedir. Dolayısıyla güdü, bireyi harekete geçirici güç olarak düşünülebilir. Güdülenmenin üç ayrı yönü, “kişiyi belirli bir hedefe iten güdüleyici durum, hedefe ulaşmak için yapılan davranış ve hedefe ulaşmak” şeklinde ifade edilmektedir. Güdülenmenin bu üç yönü bir döngü içerisinde oluşmaktadır (Şekil 1). Güdüleyici durum davranışa, davranış hedefe öncülük etmekte ve hedefe ulaşıldığında güdü, hiç değilse geçici olarak giderilmektedir. Döngünün birinci evresi için kullanılan genel

terim “güdü”dür ki döngünün bu kısmı için kullanılan birçok sözcük (dürtü, gereksinim, istek, hırs, dilek, hedef, susuzluk, açlık, amaç vb.) bulunmaktadır (Morgan, 1993).



Şekil 1.1: *Güdüsel Döngü (Motivational Cycle) (Morgan, 1993)*

İnsan davranışı altında yatan nedenleri bulma, bir davranışın neden az ya da neden çok sergilendiğinin açıklanması isteği psikoloji literatüründe uzun yıllardır incelenmektedir. Genel anlamda davranışlar, belirli bir amaca yönelik sergilenirler ve çeşitli ihtiyaçlar davranışı güdüleyerek ona bir yön verir (Toros, 2001). Literatürde güdülenme ile ilgili pek çok tanıma rastlamak mümkündür. Carron (1984), güdülenmeyi, davranıştaki seçiciliği, yoğunluğu ve ısrarlılığı açıklamak için kullanılan bir terim olarak tanımlarken, Baron (1983), bazı hedefleri başarmak için davranışı harekete geçiren, ona güç ve yön veren kuvvetlerle ilgili bir süreç şeklinde tanımlamıştır. Başka bir şekilde ise, kişiyi bir harekette bulunmaya veya birçok hareket alternatifinden birini tercih etmeye iten ve nispeten süreklilik gösteren faktörler güdü, bir güdünün etkisiyle ve mevcut koşullara bağlı olarak bir davranışa, etkinliğe yol açan ve bu etkinliği sürdüren süreç ise güdülenme olarak tanımlanmaktadır (Baysal ve Tekarslan, 1998).

Davranışın temelinde yatan güdülenme kavramına ilişkin birbirinden farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Güdülenme kuramlarında genel olarak tarihsel gelişim çerçevesinde davranışı başlatan üç neden ileri sürülmüştür. Bunlar hedonist haz ilkesi, bilişsel ihtiyaç ilkesi ve holistik büyüme ilkesidir. Güdülenme konusundaki çalışmalarda araştırmacıların çoğu hedonist haz ilkesini benimsemiştir. Bu ilkeye göre organizmanın eylem organizasyonu hazza yöneliktir ve davranışın amacı haz

duyarak gerilimi azaltmaktır. Dürtü kuramları, içgüdü kuramları ve homoestazi kuramları bu grup içerisinde yer almaktadır. Davranışçı kuramlar hedonizmi farklı bakış açılarında ele alarak çevresel uyaranların acı verici ve haz verici olmalarını öğrenmenin insan tepkilerini düzenlediğini savunmuşlardır. Bu bakış açısına göre ise tüm davranışlar, yaklaşma ve kaçınma şeklinde oluşmaktadır (Dweck ve Leggett, 1988). Bilişsel güdü kuramcıları bilginin işlenmesi ve bilgi işleme modelleri üzerinde durmuşlardır. Bu yaklaşıma göre, insan aktif olarak çevresi ve kendisi hakkında bilgi arayan, bilgi edinme ihtiyacında olan ve bu bilgi yapılarına göre davranan bir varlık olarak görülmektedir. Bilişsel güdü kuramcılarına göre insan, bilgi edindikten sonra edindiği bilgiyi organize ederek kendi iç gerilimini azaltır. Bunun sonucunda da insanın kendisi ve çevresi hakkındaki bilgileri davranışlarına yön verir. Holistik kuramlar ise insanın kendisini gerçekleştirmeye çalışan ve kendisi olmak isteyen bir varlık olduğunu vurgular. Bu kuramlara göre temel güdülenme kaynağı insanın büyüme, kendisi olma isteğidir ve bu istek yaşam boyu davranışlara yön vermektedir (Roberts, Treasure ve Conroy, 2007).

Genel olarak bakıldığında güdülenme kuramlarının güdünün nasıl oluştuğu, güdüyü hangi etkenlerin etkilediği ve davranışın nasıl yönlendiği gibi konularda sistematik açıklamalar sağladığı görülmektedir.

1.2. SPORDA GÜDÜLENME

İnsanların yaşamını, uzak veya yakın hedeflere bağlı olarak değişik şiddetlerdeki fizyolojik ve sosyal güdüler yönetmektedir. Hızla gelişerek spor ortamındaki insan davranışlarının nedenini açıklamaya çalışan spor psikolojisi bilim dalının son yıllarda en çok ilgilendiği konular arasında da güdülenme yer almaktadır. Günlük yaşantımızda, güdülerin içeriklerine ve şiddetlerine bağlı olarak davranışlarımız oluşmakta veya sürekli değişmektedir. Örneğin, bazen evimizin içindeyken, başka bir odaya bile gitmeye üşenirken, yağmur-çamur, soğuk-sıcak demeden her türlü olumsuzluğa rağmen, spor alanlarında antrenman için koşan insanların olduğu düşünülürse, bunun sebebi sadece güdülenmenin gücü ve şiddetiyle

açıklanabilmektedir (İkizler ve Karagözoğlu, 1996). Spor ortamında güdülenme, davranışı harekete geçiren ve yönlendiren bir istek veya arzu olarak tanımlanabilir. Roberts, Treasure ve Conroy (2007) güdüsel süreci, başarı davranışını yönlendirmek, düzenlemek ve ona güç vermek gibi psikolojik yapılarla açıklamışlardır. Hagger ve Chatzisaranti (2007) ise güdülenmeyi; baskın, yol gösterici ve kuvvetlendirici davranış süreci olarak tanımlamışlardır.

Başka bir şekilde, Sage'e (1984) göre güdülenme; kişinin çabasının yönünü ve yoğunluğunu anlatır. Çabanın yönü; herhangi bir duruma yaklaşmayı veya kaçınmayı ifade ederken, çabanın yoğunluğu; bir durumda ne kadar çabanın harcadığını anlatır. Örneğin, Ali ile Mehmet, "X" futbol takımına seçilmek istemektedirler (çabanın yönü). Bunun için her ikisi de haftada dört gün antrenman yapmaktadırlar (çabanın yoğunluğu). Ali ile Mehmet'in çalışmaları izlendiğinde eğer Ali'nin Mehmet'e göre daha fazla çaba harcadığı dikkati çekerse, Ali'nin Mehmet'ten daha fazla güdülendiğini söylenebilir. Bununla birlikte güdülenmeyi etkileyen pek çok faktörün varlığından da söz etmek mümkündür. Çünkü birey sadece organik varlığını değil, aynı zamanda sosyal varlığını da sürdürmek zorundadır. Sporda spora katılımı, devamlılığı ve performansı etkileyen pek çok faktör vardır (Şekil 2). Spora yönelmede bireyler için oyun, sağlık, statü veya performans gibi kavramlar önemli olabilmektedir. Spora yönelme kadar sporda süreklilikte ve başarı grafiğinde de güdülenme önemlidir (Tiryaki, 2000).



Şekil 1.2: Spora katılımda etkili olan faktörler ve aralarındaki ilişki

(Weinberg, R. S. ve Gould, D., 1995)

Güdülenme, spor ortamında genelde yanlış anlaşılmaktadır. Buna kanıt olarak ta spor ortamında çoğunlukla yarışma baskısından kaynaklanan uyarılmışlığın (arousal), güdülenme olarak ele alınışı gösterir. Bir başka ifade ile düşük yada yüksek uyarılmışlık, düşük yada yüksek güdülenme ile eş anlamlı değildir. Koçun yada antrenörün yarışma öncesi ateşleyici konuşmaları uyarılmışlığı artırabilir ama güdülenmeyi artırmaz (Tiryaki, 2000).

Özet olarak güdülenme, kişiyi belirli bir eyleme doğru yönlendiren içsel ve dışsal uyarım durumudur. Organizmanın dürtü ya da ihtiyaçların etkisiyle harekete hazır hale gelerek amaca yönelik davranışta bulunmasına ve amaca ulaştıktan sonra rahatlamasına, haz duymasına güdülenme denir. Güdülenme, sporcuların spordaki başarısının anahtar elementi olarak görülür (Gould, Dieffenbach ve Moffett, 2002). Bu doğrultuda, spor ve egzersizde güdülenme ile ilgili çalışmalar genel olarak iki amaç altında toplanabilir. Bunlardan ilki, insanların bazılarının spor ve egzersiz yapmak için ilgili olmalarının ve spor yapmalarının; bazılarının da spor yapmaya hiç ilgi duymamaları ve spor yapmamalarının sebeplerinin ne olduğunu anlamaktır. İkinci amaç ise, başarı güdülenmesinin ne olduğu, spora etkisi ve güdülenme stratejileridir (Yeltepe, 2007).

Sporcunun güdülenmesini, başarı ve başarısızlığın sporcu için ne anlama geldiğini, sporcunun farklı ortamlarda neden farklı davranışlar sergilediğini, spora neden katıldığını anlamının temelinde sahip olunan hedef yönelimlerinin bulunması birçok araştırmacıyı farklı spor branşlarında yer alan sporcuların hedef yönelimleri ve o spor branşlarında sporcuların ortamı nasıl algıladıklarını araştırmaya yönlendirmiştir. Spor psikolojisi alanındaki bu çalışmaların temelini bazı kuramlar oluşturmaktadır. Sporcuların başarı güdülenmelerini, başarı hedeflerini ve algıladıkları güdüsel iklimleri incelenmesinde esas alınan kuramlar ise “Başarı Güdülenmesi” ve “Başarı Hedefi” kuramlarıdır. Bu bağlamda, ileriki konularda spor psikolojisi alanında sıklıkla ele alınan konular arasında yer alan “Başarı Güdülenmesi” kuramsal çerçevede incelenmiş ve açıklanmıştır.

1.3. KURAMSAL YAKLAŞIM

Hızla gelişen ve büyük ilgi uyandıran bir alan olan spor psikolojisi literatüründeki konular, spor ortamındaki davranışları açıklamaya ve spor bilimlerine farklı yaklaşımlar getirmeye çalışmaktadır. Spor psikolojisi literatüründe önemli bir yere sahip konulardan birisi olan güdülenme ile ilgili yapılan araştırmalar, bireylerin herhangi bir sportif aktiviteye katılma, katılmış olduğu aktiviteyi sürdürme ve bırakma nedenlerine ilişkin önemli bilgiler sağlamaktadır. Güdülenme kavramı ile ilgili geliştirilen değişik kuramlar ışığında yapılan çalışmalar bu kavramın pek çok alt boyutunun olması nedeniyle farklı sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir. Güdülenme kuramları hakkında genel olarak mekanistik kuramlardan bilişsel kuramlara doğru bir değişim olduğu söylenebilir. Mekanistik kuramlara göre, pasif olan insanoğlu psikolojik güdüler tarafından yönlendirilirken, bilişsel kuramlarda insanlar aktif ve başarı için hareketi başlatan varlıklar olarak görülmektedir (Roberts, Treasure ve Conroy, 2007). Örneğin, bireylerin doğuştan kişisel yeterlik ve hür irade (self determination) duygusuna gereksinim duyduklarını ileri süren Bilişsel Değerlendirme Kuramı (Cognitive Evaluation Theory) Deci ve Ryan (1985) tarafından geliştirilmiştir. Bu kurama göre, her birey belirli nedenlerle sportif aktiviteye katılmakta ve devam ettirmektedir. Bu nedenler içsel yada dışsal olabilmektedir. Bir birey, bir başka birey ya da bir şey olmaksızın kendi hür iradesi ile aktiviteye katılıyor ve uyarıcı özelliği olan bir durumla karşılaşmaksızın mücadele ediyorsa o bireyin içsel olarak güdülendiği varsayılmaktadır (Deci ve Ryan, 1985). Bir kişinin sevdiği için futbol oynaması içsel güdülenmeye örnek olarak verilebilir. İçsel güdülenmeden farklı olarak birey aktiviteye hür iradesi olmaksızın ödül gibi dışsal nedenlerden dolayı katılıyor, haz almaktan çok dışsal düzenlemeler onun davranışını yönlendiriyorsa, o zaman bireyin dışsal olarak güdülendiği söylenmektedir (Kazak, 2004). Bireyin sırf ailesi istiyor diye voleybol oynaması dışsal güdülenmeye bir örnektir. Bunun yanı sıra, güdülenmeme ise bireylerin ne içsel ne de dışsal olarak güdülenmeleri, yetersizlik duygusu ve kontrol eksikliği olarak tanımlanmaktadır (Vallerand, 2001). Birey bu durumda davranışları ile davranışlarının sonuçları arasındaki bağı algılayamamaktadır.

Güdülenme ile ilgili literatürde pek çok ifade ve kuram bulunmasına rağmen, çoğu bilim adamı özellikle spor ortamındaki güdülenmeyi üç farklı görüşten biriyle açıklamaya çalışmaktadır. Bu görüşler katılımcı merkezli (participant centered view), durum merkezli görüş (situation centered view) ve etkileşimsel (interactional view) görüştür. Katılımcı merkezli görüş, güdülenmiş davranışların öncelikle bireysel özelliklerin bir fonksiyonu olduğunu ileri sürmektedir. Bu görüş, eğer birey hedeflere ulaşmak ve en iyi performansını sergilemek için gerekli niteliklere (başarı gereksinimi, hedef yönelimi, kendine-güven, yeterlik, pozitif beklentiler gibi) sahip değilse kimsenin bu konuda yapabileceği bir şey olmadığı anlamına gelmektedir. Başka bir deyişle, katılımcı merkezli görüşte sporcunun ya da antrenörün kişiliğinin, gereksinimlerinin ve hedeflerinin, güdülenmiş davranışın öncelikli belirleyicisi olduğu ifade edilmektedir (Anshel, 1997; Weinberg ve Gould, 1995).

Durumsal görüş, kişisel tutumların güdülenmeyi belirlemede yetersiz olduğu ve güdülenme düzeyinin, öncelikli olarak ortam tarafından belirlendiğini ileri sürmektedir. Örneğin; bir kişi herhangi bir egzersiz programında kolaylıkla güdülenebilir, fakat rekabetin olduğu bir spor ortamında bu mümkün olmayabilir (Anshel, 1997; Weinberg ve Gould, 1995). Normal hayatta olduğu gibi spor ortamında da bireysel ayrılıklar söz konusudur ki bazı sporcular olumsuz deneyimlere ve durumlara rağmen, güdülenmelerini kaybetmeyebilirler. Örneğin; bir sporcu kendisini sürekli eleştiren, bağırarak bir antrenöre sahip olmasına rağmen, spora katılımı devam ettirebilir veya sürekli takımı maç kaybetse bile sporu bırakmayı düşünmeyebilir. Bazı araştırmacılar ise, güdülenmeyi anlamanın en iyi yolunun, katılımcı merkezli ve durumsal merkezli görüşün etkileşiminin bilinmesi olduğunu ifade etmişler ve "etkileşimsel görüşü" ileri sürmüşlerdir. Kişisel özellikler ve güdülenmenin gelişmesine yardımcı olan durumların bir kombinasyonu olan etkileşimsel güdülenme görüşü, öğretmenler, koçlar, antrenörler için önemli anlamlar içermektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde, başarı güdülenmesinin temelini oluşturan bu üç yaklaşım sporcuların başarı güdülenmesinde hem bireysel özelliklerin hem de çevresel etmenlerin önemli olduğunu vurgulamaktadır.

Güdülenmeyi anlamak için farklı araştırmacılar, farklı kuramlar geliştirerek güdülenmeye farklı pencerelerden bakmış ve farklı yönlerden ele alıp, incelemişlerdir. Spor psikolojisi alanında son zamanlarda sıklıkla kullanılan güdülenme kuramları arasında, “Başarı Güdülenmesi Kuramı, Başarı Gereksinimi Kuramı, Başarı Hedefi Kuramı, Yükleme Kuramı ve Bilişsel Değerlendirme Kuramı” yer almaktadır. Her kuram güdülenmenin farklı bir yönünü ortaya koymuş ve değişik görüşlere ışık tutmuştur. Bu bağlamda, ilerleyen bölümlerde bu çalışmanın temelini oluşturan kuramlardan sadece “Başarı Güdülenmesi Kuramı” ile “Başarı Hedefi Kuramı” ele alınmıştır. Bununla birlikte sporcuların spora katılım nedenleri, spora devam etmeleri, sporu bırakmaları ve gösterdikleri performans ile yakından ilişkili olan hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim kavramları da irdelenmiştir.

1.4. BAŞARI GÜDÜLENMESİ KURAMI

İnsanoğlu yaşamı boyunca okulda, iş hayatında ya da herhangi bir durum karşısında mutlaka başarı için gdlenmiştir. nk başarılı olma ihtiyaı ya da başarılı olduktan sonra ortaya çıkan olumlu duygu durumları insanoğlu için vazgeçilmezdir. Spor ortamındaki güdülenme ile ilgili yapılan çalışmalarda önemli bir yer tutan konuların başında da başarı güdülenmesi gelmektedir. Spor ve egzersiz psikolojisi alanında oldukça sık kullanılan bir güdülenme kuramı olan ‘‘Başarı Güdülenmesi Kuramı’’ (Achievement Motivation Theory) Murray (1983) ile başlamış ve McClelland, Atkinson ve arkadaşları (1984) tarafından geliştirilmiştir. Murray, (1983) başarı güdülenmesini bir görevi başarma, engellerin üstesinden gelme ve diğerlerinden daha iyi performans gösterebilme çabası olarak tanımlarken, Gill (1986) başarı güdülenmesini, başarısızlığa direnme, bir görevi başarmak için uğraşma ve belirsiz durumlar arama olarak tanımlamıştır (Akt. Tiryaki, 2000). Cox (1998) ise başarı güdülenmesini, ‘‘spor ortamı için sporcuların yarışma durumuna yaklaşma ve kaçınma eğilimi’’ olarak tanımlamıştır. Genel anlamda ise başarı güdülenmesi, sporcunun başarmaya güdülenmesi, başarısızlıkta hala göreve devam etmesi ve başarıda gururu yaşaması olarak değerlendirilmektedir.

Başarı güdülenmesi ile ilgili ele alınan üç temel kuram ‘‘Başarı Gereksinmesi Kuramı (Need Achievement Theory) Hedefi Gerçekleştirme Kuramı (Achievement Goal Theory) ve Ykleleme Kuramı (Attribution Theory)’’ olarak karşımıza çıkmaktadır. Başlıklar halinde sunulan bu kuramlar çerçevesinde, ilerideki bölümlerde araştırmanın temelini oluşturan kuramlardan ‘‘Başarı Hedefi Kuramı’’ daha detaylı bir şekilde ele alınmıştır.

1.4.1. BAŞARI HEDEFİ KURAMI

Güdü, insan davranışlarının altında yatan, onları başlatan ve sürmelerini sağlayan ana etmenlerden birisidir. Bu doğrultuda çeşitli insan davranışlarının güdü ile ilgili olduğu gözlenmektedir. Spor ve egzersiz psikologları da, 1970’li yıllardan itibaren spora başlama, katılım, spor ve egzersiz yapmayı bırakma ile ilişkili güdülerin neler olduğunu araştırmaktadırlar (Brunstein, 1993; Cresswell, Hodge ve Kidman, 2003; Murcia, Gimeno ve Coll, 2008; Toros ve Yetim, 2000). Her türlü davranışın altında bir hedefin yer alması spor ortamındaki davranışların da bir amaca hizmet ettiğini ifade etmektedir. Bu noktada hedef kavramı, sporcunun kişisel hedeflerine ve görev hedeflerine ulaşmak için güdülendiği, spor ortamının güdüsel ikliminin de bu hedeflerin başarılmasında etkisinin bulunduğu anlamına gelmektedir (Papaioannou, 1994; Nicholls, 1984; Duda, 1989).

Birey kendi başarısı ya da yeteneği hakkında, ya kendi geçmiş performans standartları ile ya da kendisine benzer diğerleri ile karşılaştırma yoluyla bir hedef belirleyerek yargıya ulaşır. Sosyal bilişsel yaklaşımın spor güdülenmesindeki temel varsayımı, sporcuların başarı durumlarındaki davranışlarının başarıyı farklı boyutlarda algılamasının bir sonucu olmasıdır. Başka bir deyişle, bu yaklaşım sporcuların güdülenmelerini anlamak için başarının onlar için ne ifade ettiğini anlamamız gerektiğini önermektedir (Moran, 2004). Bu nedenle, başarı hedefi kuramı ilk olarak eğitim başarısını açıklamak için geliştirilmiş (Nicholls, 1984) ve daha sonra spor ortamında uygulanmaya başlamıştır. Spor psikologları son zamanlarda başarıdaki anlayış farklılıklarını açıklamak için başarı hedefi üzerinde yoğunlaşmışlardır (Duda ve Hall, 2001; Dweck, 1986; Maehr ve Nicholls, 1980; Nicholls, 1984; Roberts, 1993). İlk olarak Nicholls (1984) tarafından ortaya atılan Başarı Hedefi Kuramı (Achievement Goal Theory), hem Bandura'nın “Kendine Yeterlik Kuramı” hem de Harter'in “Yeterlik Güdülenmesi Kuramı”nın mantıksal genişletilmiş halidir. Başarı Hedefi Kuramı, davranışın kişisel olarak anlamını ve başarı ve başarısızlığın bireysel olarak nasıl algılandığını belirlemektedir (Singer, Hausenblas ve Janelle, 2001). Nicholls'a (1992) göre; başarı güdülenmesinin tanımlanan özelliği, bireyin kendi yeteneklerini algılaması görüşüne dayanır.

Hanrahan ve Cerin'e (2009) göre ise, insanların başarıyı nasıl tanımladıkları, hedeflenen davranış ve güdülenme ile ilişkilidir. Nicholls (1992), başarı davranışının hedefe yönelik doğası üzerine odaklanmış ve başarı güdülenmesinin ayırt edici niteliği olan yetenek algısını tartışmıştır. Buna göre; başarı hedefleri, algılanan yetenek ve başarı davranışı, kişinin güdülenmesini belirlemede etkileşim içindedir. Bu bağlamda, kişinin güdülenmesini anlamak için, başarı ve başarısızlığın kişi için ne anlama geldiğini, kişinin başarı hedeflerini ve bu hedeflerin kişinin yetenek algısı ile nasıl etkileşim içinde olduğu anlamak gereklidir (Weinberg ve Gould, 1995). Bireylerin güdülenmiş davranış kalıplarını, sosyalleşme sürecindeki deneyimlerine dayanarak benimsedikleri düşünülür. Sosyalleştirme süreci içinde odak nokta; bireylerin neyi önemli ve güçlü olarak algıladıklarıdır. Çünkü bu algılamalar, bireylerin spor, iş ve okul gibi takım aktivitelerindeki tüm başarı güdülenmeleriyle ilgilidir. Bu nedenle, başarı hedefi kuramı, sosyal ve bilişsel bir yaklaşım olarak bireyin başarı güdülenmelerini anlamak için hem akademik ortamda hem de spor ortamında kullanılmış ve kullanılması önerilmiştir (Guest ve White, 2001). Bununla birlikte, Başarı Hedefi Kuramı alanında çalışan pek çok teorisyen (Ames, Duda, Dweck, Leggett, Maehr, Braskamp, Nicholls, Roberts, Papaioannou) herhangi bir başarı durumunda, bireylerin yöneldikleri başarı hedeflerinin bireylerin kendi yaptıkları yatırımlarına anlam kazandırdığını savunurlar. Bu düşünceyi benimseyenler, başarı hedeflerinin bir davranışı sergilemekteki en önemli belirleyiciler olduğunu düşünürler. Çünkü başarı odaklı ortamlarda (okul, sınıf, spor ve beden eğitimi) bireylerin eylemleri amaçlarını yansıtmaktadır (Duda, 2001).

1.4.1.1. HEDEF YÖNELİMİ

Başarı Hedefi Kuramı, başarı ortamlarında iki başarı hedefinin olduğunu varsaymaktadır. Bu başarı hedefleri, Nicholls (1984) tarafından ego yönelim (ego-orientation) ve görev yönelim (task-orientation); Dweck ve Elliott (1983) tarafından, performans hedefi (performance goal) ve öğrenme hedefi (learning goal); Ames (1992) tarafından ise, yeteneğe odaklı hedef (ability focused goal) ve ustalık hedefi (mastery goal) olarak isimlendirilmektedir. Son yıllarda spor psikolojisi alanında daha çok görev ve ego yönelim kavramları kullanılmaktadır. Nicholls, Cheung,

Lauer ve Patashnick (1989), insanların çeşitli hedeflere ulaşmak için çaba gösterdiklerini ve bunlara ulaşınca başarı duygusunu elde ettiklerini belirlemişlerdir. Dolayısıyla insanın çeşitli amaçlara veya hedeflere yönelmesi kaçınılmazdır. Bu bağlamda, bir sporcu için de değerli görülen hedefler vardır ve sporcu da onları elde etmek için çeşitli davranış yönelimlerine girmektedir.

Görev ve ego olarak isimlendirilen bu iki hedef, bireylerin yetenek düzeylerini kişisel olarak yargılama şekliyle ilgilidir. Görev yönelimli olan bir kişi; beceri öğrenimi, yeni beceri öğrenme, görevde ustalığı gösterme, benlik gelişimi ve sıkı çalışma üzerine odaklanmaktadır (Moran, 2004). Bu noktada, yeteneği gösterme, maksimum çabaya dayandırılır ve kişi referanslıdır. Ego yönelimde ise, sporcu üstün yeteneği kanıtlama üzerinde yoğunlaşmaktadır. Ego yönelimli olan bir kimse için subjektif başarının temel kaynağı, bir yarışma sırasında daha az çaba ile rakibini yenmek şeklindedir. Görev yönelimli bir kişi, sıkı çalışma ve akranları ile işbirliği yapmanın başarıya götüreceğine inanırken; ego yönelimli bir kişi ise başarıya üstün yeteneği kanıtlayarak ve rakiplerini mağlup ederek ulaşılacağına inanmaktadır (Duda, 1993). Başka bir deyişle, görev ile ilişkili hedef yöneliminde birey kendi geçmiş performans standardını, beceri düzeyini karşılaştırma zemini olarak belirler. Böylece birey becerisini, bilgisini, yeteneğini geliştirerek kendisinden hoşnutluk duyar. Sorun beceri düzeyini bir ileri noktaya vardırıarak pozitif bir kendilik imgesi yakalamak olduğu için, birey yalnızca yarışma sırasında değil, antrenman sırasında da elinden gelenin en iyisini yapmaya çalışır. Ego ile ilişkili hedef yöneliminde birey, takım arkadaşlarını ve rakiplerini kendi yeteneği için bir standart olarak kullanır. Bundan dolayı birey, diğerlerinden üstün ve zirvede, oldukça kendisinden hoşnut olur. Üstünlük, aşağılık duyguları, tanınmışlık, ön plana çıkma bu yönelimde temel itici etmenlerdir. Genellikle beceri gelişimini tamamlamış, belirli düzeyde görevle ilişkili hedef yönelimini koruyan elit sporcularda ego ile ilişkili yönelim gözlenmektedir. Örneğin; bir önceki maçta 2 gol atan bir futbolcunun, bir sonraki karşılaşmada 3 gol atmayı hedeflemesi ve hedefe ulaşmak için çalışması yani, bireysel performansını arttırmak istemesi, sonuca değil sürece yönelik olması, görev yönelimli sporcuya örnek olarak gösterilebilir. Buna karşın, bir futbolcunun kendi bireysel performansını arttırmak yerine başka bir futbolcudan daha çok gol atmak

istemesi, yani Ahmet 3 gol attı bende 4 gol atmalıyım gibi, sürece değil sonuca yönelik olması, ego yönelimli bir sporcuya örnek olabilir.

Görev yönelimli sporcular kendi performanslarından daha memnun olurlar, uygulamadan haz alırlar ve göreve daha fazla ilgi gösterirler. Ego yönelimli sporcular ise yüksek yeteneğe sahip oldukça performanslarından daha fazla memnun olurlar, spordan daha fazla haz alır ve daha fazla ilgi gösterirler. Yapılan çalışmalarda, görev ve ego ile ilişkili hedeflerin belirli derecelerde her sporcuda olduğu ve iki bağımsız başarı düşüncesinin birleşiminin sporcuyu betimlediği bulunmuştur (Jagacinski ve Nicholls, 1984; Nicholls, Cobb, Yackel, Wood ve Wheatley, 1990). Dolayısıyla sporcu belirli derecelerde beceriye ve göreve yönelirken; belirli derecelerde de üstün olmayı sürdürmek isteyebilir. Bu anlamda sahip olunan hedef profili, bireyin spor ortamı içinde farklı davranış biçimleri sergilemesine neden olabilmekte ve spora katılım nedenlerini etkileyebilmektedir. Bununla birlikte görev ile ilişkili yönelimin baskınlığı, pek çok olumlu sonucu beraberinde getirmektedir. Örneğin; görev ve ego yöneliminin güdülenme üzerindeki etkisini inceledikleri bir çalışmada Fox, Goudas, Biddle, Duda, ve Armstrong (1994), görev yönelimli çocukların ego yönelimlilere göre daha fazla güdülendiğini bulmuşlardır. Başka bir çalışmada da Keller ve Bless (2008) görev eğilimlerinin içsel güdülenmeye etkisini ve bireysel beceri ile arasındaki uyumunu araştırmışlardır. Bu araştırma sonucunda, beceri ve görev beklentisi uyumlu olduğunda, içsel güdülenmenin olduğu ortaya çıkmıştır. Buna ek olarak, yapılan bazı araştırmalarda (Arıburun ve Aşçı, 2005; Flores, Salguero ve Marquez, 2008; Toros, 2001) ego ve görev yönelimli bireylerin içinde buldukları antrenman ortamını da farklı algıladıkları bulunmuştur. Genel olarak yapılan çalışmalar, görev ve ego yöneliminin aynı sürekliliğin iki kutbu olmaktan çok bağımsız boyut olduklarını açığa çıkarmıştır. Başka bir deyişle, insanlar hem ego hem de görev yönelimleri yüksek, her iki yönelimi de düşük veya bir yönelimi yüksek, diğeri düşük olabilirler (Duda, Olson ve Templin, 1991). Hedef yönelimindeki bireysel ayrılıkları, görev ve ego yöneliminin değişik kombinasyonlarının ortaya çıkardığı kabul edilir (Maehr ve Braskamp, 1986; Yetim, 2000). Bireylerin değişik ortamlarda taşıdıkları bu yönelimler (ego ve görev) birbirinden bağımsızdır ve bunların kazanılması çocukluk

yaşantılarının, sosyalleşmelerinin bir sonucudur (Nicholls, Patashnick ve Nolen, 1985; Yetim, 2000). Literatür, aynı zamanda olumlu davranış sergilemede de görev yönelimli eğilimin daha etkili olduğunu göstermiştir. Duda, Olson ve Templin (1985), spor saldırganlığı ile hedef yönelimleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışma sonucunda, ego yönelimli sporcuların görev yönelimli sporculara göre şiddete daha fazla meyilli olduklarını tespit etmişlerdir. Bunun yanı sıra, zorlukla ve başarısızlıkla karşı karşıya kaldıklarında ego yönelimli sporcuların istenilmeyen davranışlar göstermeye daha fazla eğilimli oldukları ve başarıya ulaşmak için dürüst olmayan ya da kural dışı yollara başvurabildikleri söylenebilir (Duda ve White, 1992; Kavussanu ve Roberts, 1996; Lochbaum ve Roberts, 1993). Sosyal-bilişsel yapılandırma altındaki Başarı Hedefi Kuramı, spor psikolojisi alanında, sporcuların kendine güven konusunda da tercih edilen popüler bir model haline gelmiştir (Chie-der, Chen, Hung-yu ve Li-kang, 2003). Çünkü hedef yönelimleri ile kendine güven arasında sıkı bir ilişki bulunmaktadır. Özellikle yapılan çalışmalarda sporcuların görev yönelimleri ile kendine güvenleri arasında pozitif bir ilişki olduğu ortaya konmuştur (Chie-der ve ark., 2003; Elliot ve Dweck, 1988). Chie-der ve arkadaşlarının (2003) hedef yönelimleri ile kendine güven arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışma sonucunda, kadın ve erkek sporcuların görev ve ego yönelimlerinde anlamlı farklar olduğunu ve bunların kendine güven kaynaklarının ayrı ayrı faktörlerle ilişkili olduğu bulunmuştur (Örneğin, beceride mükemmel olma, yeteneği sergileme ve psikolojik ve fizyolojik hazırlanma faktörlerinde).

Sporcuların hedef yönelimlerine ve dolayısıyla da spor ortamındaki davranışlarına etkide bulunan bir diğer faktör de algılanan yeterlik kavramıdır. Algılanan yeterlik sporcuların başarıya ulaşmak için belirledikleri hedeflere etkide bulunarak sporcuların ego yönelimi yada görev yönelimi eğilimlerinin belirlenmesinde büyük rol oynamaktadır (Ames ve Archer, 1988). Hagger ve Chatzisaranti (2007), sporcuların algılanan yeterliklerine göre hedef yönelimi davranışlarının da değişkenlik gösterdiğini ileri sürmüşlerdir (Şekil 3). Bu yaklaşıma göre, hem algılanan yeterliği yüksek hem de görev yönelimli sporcular zor görev seçimi, maksimum çaba harcamak ve mücadeleyi devam ettirmek gibi davranışlarda bulunurken, algılanan yeterliği yüksek ego yönelimli sporcular da orta zorluktaki

görevlere yönelmekte, maksimum çaba harcamakta ve mücadeleyi sürdürmektedir. Düşük algılanan yeterliğe sahip görev yönelimli sporcular daha fazla konsantrasyon sağlama ihtiyacı hissederek, karmaşık stratejileri kullanırlar. Bu sporcular düşük yeterliğe sahip olmalarına rağmen pozitif etkiyi korumak isteği duymaktadırlar. Algılanan yeterliği düşük olan ego yönelimli sporcular ise başaramayacakları bir durumla karşılaştıklarında çaresiz davranışlar sergilemektedirler. Orta zorluktaki görevlerde başarısız olma beklentisi içerisinde olan bu tip sporcular, zor görevleri de bir tehdit olarak algılamaktadırlar. Bununla birlikte kolay ya da çok zor görevlerde fazla çaba harcamaktadırlar. Thomas (2005), çalışmasında Nicholls'ün teoriksel kuramına göre, hedef yönelimlerindeki farklılıkların, yetenek kavramındaki farklılıkları etkilediğini belirtmiştir. Özellikle, ego yönelimi yetenek kavramını, sonuçların nedenleri için çaba ve yeteneği açıkça ayırt eden farklılaştırmaya dayandığını ve ayrıca görev yönelimli bireylerin, çaba ve yeteneği birbirinden ayırmayıp, gelişmenin çaba ile beraber yeteneği kapsayan bir durum olduğuna inandıklarını belirtmiştir.

	Algılanan Yüksek Yeterlik	Algılanan Düşük Yeterlik
Görev Yönelimi	Zor görev seçmek Maksimum çaba harcamak Mücadeleyi sürdürmek	Daha fazla konsantrasyon sağlamak Karmaşık stratejiler kullanmak Pozitif etkiyi korumak
Ego Yönelimi	Orta zorluktaki görevlerde başarı beklemek Maksimum çaba harcamak Mücadeleyi sürdürmek	Çaresiz davranışlar sergilemek Orta zorluktaki görevlerde başarısız olma beklentisi Zor görevleri tehdit olarak algılamak Kolay yada çok zor görevlerde fazla çaba harcamak

Şekil 1.3: Algılanan yeterliğe göre sporcuların hedef yönelimleri

(Hagger ve Chatzisaranti, 2007).

1.4.1.1.1. Görev Yönelimi

Görev yönelimli olma ya da performansta mükemmelleşme amaçlı sporcunun gelişme ve beceride uzmanlaşmaya odaklanması, kendi ilgi ve isteği doğrultusundadır. Görev yönelimli olmak ile ilişkili davranışlar, kararlılık, optimum çaba, beceride ustalaşmak isteği gibi davranışlardır (Lavalley ve ark., 2004). Lemyre, Roberts ve Ommundsen (2002) görev yönelimli sporcuların daha çok beceri öğrenimi ve teknik gelişimi ile ilgilendiklerini ortaya koymuşlardır. Başarılı olmak için sporcu çok çalışmalı ve elinden gelen en iyi performansı sergilemelidir. Görev yönelimli sporcu, yarışmaları becerisini geliştirmek için bir şans olarak görmekle birlikte, beceri ve bilgi gelişimine önem verir ve böylece kişisel gelişimden başarı hazzı sağlar. Bu sporcular, yeni ve zorlayıcı görevleri üstlenmekte ısrarcı ve isteklidirler. Görev yönelimli sporcular, süreçlere önem verir ve yarışma esnasında olduğu kadar, uygulama sırasında da elinden gelenin en iyisini yapmaya çalışırlar (Duda, 1998; Roberts, Treasure ve Conroy, 2007). Son yıllarda literatürde sporcuların hedef yönelimleri ile çeşitli parametreler arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmalarda bir artış olmuştur (Bruin, Bakker ve Oudejans, 2009; Figueiredo, Gonçalves, Silva ve Malina, 2009; Hanrahan ve Cerin, 2009; Toros ve Koruç, 2005). Örneğin; Abele ve Alfermann (2001), görev yönelimli olmanın, içsel güdülenme, spordan zevk alma, yenilgi karşısında kararlılık ve orta zorlukta hedef seçimiyle ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Göreve katılımında sahip olunan yeterlik düzeyi göz önüne alınmaksızın orta güçlük düzeyinde bir görev seçme, etkinliğe yoğunlaşma, aktif çaba, devamlı ve gelişen performans görev yönelimli bireylerin özellikleri arasında yer almaktadır. Bu sporculara göre sporda algılanan başarı, beceri gelişimine, görevde ustalaşmaya, sıkı çalışmaya ve etkinlik üzerinde yoğun ilgiye bağlı olarak ortaya çıkmaktadır (Duda, 1993).

Spor açısından görev yöneliminde performans vurgulanır ve ödüllendirilir. Takım sporları açısından düşünecek olursak da oyuncular takımda önemli bir role sahip olduklarını hissederler. Takım içinde hem gelişme hem birlikte çalışma pekiştirilir. Örneğin; bir futbol takımında her oyuncu diğerine öğrenme konusunda yardım ediyor, onun eksikliklerini düzeltmek için uğraşıyorsa, her oyuncu kendi

bireysel performansını geliştirmeye odaklanmışsa, bu takımda görev yönelimli bir sürecin varlığından söz edebiliriz. Lochbaum ve Roberts (1993), yaptıkları çalışma sonrasında, spor ortamında problem çözme ve strateji geliştirme özelliğini görev yönelimine bağlamışlardır. Başka bir deyişle, görev yönelimine sahip sporcuların daha fazla antrenman yapma isteği içerisinde olduklarını, daha kolay öğrenmek için strateji belirlediklerini ve çaba gösterdiklerini belirtmişlerdir.

1.4.1.1.2. Ego Yönelimi

Hedef yöneliminde ikinci boyut başkalarına göre üstün olmayı, "en iyi" olmayı gözetken ego yönelimidir. Ego yönelimli sporcuların amaçları, kendi performansını diğer insanların performansları ile karşılaştırmak ve onlardan daha iyi performans sergileyerek onları yenilgiye uğratmaktır (Yeltepe, 2007). Ego yönelimde sporcu, üstün yeteneği kanıtlanma üzerinde yoğunlaşmaktadır. Böyle kimseler için subjektif başarının temel kaynağı, bir yarışma sırasında daha az çaba ile rakibini yenmektir. Başarı ve başarısızlık, temel bir güdülenme etmeni olarak tanımlanmak durumundadır. Başarı, bireyin yapabildiği en iyi performans olarak değerlendirilmektedir. Başarısızlık ise en iyi performanstan daha az bir performans göstermektir. Burada tekil bir sporcu için verilen tanımların diğer sporcularla, yarışma ortamında farklı bir ögeye göre yeniden ele alınması gerekecektir. Bu öge, diğerlerinin performansıdır. Bir spor ortamında takım arkadaşları veya rakipler olarak diğerlerinin varlığı, sporcuların performansının görelisi olarak değerlendirilmesine yol açmaktadır. Dolayısıyla durumsal başarı ile sürece dayalı olarak beceri geliştirmedeki başarı etmenleri farklı, ancak birbirleriyle ilişkili olgular olarak incelenmektedir. Böylece başarı güdülenmesinde durumsal karşılaştırma etmeni rol oynamaktadır. Ego yönelimindeki bu süreç de, temelde sosyal karşılaştırmaya dayanmaktadır. Festinger'in (1954), sosyal karşılaştırma kuramına göre, bireyler kendilerini değerlendirmeye güdülenmişlerdir ve öznel yargılardan etkilenmeyen, nesnel ölçütlerin bulunamaması durumunda, kendilerini başkalarıyla karşılaştırarak değerlendirirler. Başka bir şekilde ise sosyal karşılaştırma aşağı, yukarı ve eşit düzeyde olmak üzere üç şekilde olmaktadır (Suls ve Wills, 1991).

Aşağı düzeyde karşılaştırmada birey, kendisinden daha az yetenekli biriyle kendisini karşılaştırarak iyi olduğunu hisseder. Birey "benden daha kötüler de var", "o, iyi olmasına rağmen benden daha kötü oynadı" gibi çıkarımlar yaparak benlik saygısını koruma yoluna gitmektedir. Ancak burada karşılaştırılan kişiyle, onun yaşam koşulları ile olan benzerlik, böyle bir olumluluğu sonuçta çok olumsuz bir noktaya vardırabilir (Duda, 1989). Diğer bir ifade ile "benim de sonum onunla aynı" çıkarsaması, bireyi çaresizliğe, boş vermişliğe ve endişeye itebilir. Dolayısıyla anlık, bir oyunluk başarı duygusunu verse bile, aşağı doğru sosyal karşılaştırma daha iyi ve en başarılı olma sonucunu içermez. Dahası karşılaştırma ölçütü olan kişiyle kader benzerliği, etkin olmama gibi sportif çaba ile hiç bağdaşmayan olumsuz psikolojik sonuçları doğurabilir.

Yukarı düzeyde sosyal karşılaştırmada kişi kendisini yetenek, yeterlik bakımından belirgin bir şekilde üstün olan veya en iyi olan birisiyle karşılaştırır. Böyle bir durumda sporcu kendi yeteneklerine, yeterliklerine ve performansının gelişim seviyesine güvenmektedir (Toros, 2001). Sporcunun bu türde bir sosyal karşılaştırmaya girmesi iki sonuç ortaya çıkarabilmektedir. Eğer sporcu kendisinden yetenekli ve yeterli bir sporcu ile karşılaştırma yaptıktan sonra, suçluluk, çaresizlik ve boş vermişlik gibi duygulara kapılıyorsa bu durumdan olumsuz etkilenmiş demektir. Bu durum, sporcunun performansının düşmesine ve belki de uğraşmış olduğu spor dalından vazgeçmesine bile sebep olabilecektir. Ego yönelimli sporcular, diğerlerinden daha düşük yetenekli olarak değerlendirildiklerinde negatif duygu ve başarısızlık yaşarlar. Bundan dolayı onlar, hem görevden kaçmaya hem de az çaba göstermeye eğilimlidirler. Ayrıca bunu da, başarısızlıklarının bağışlayıcı bir nedeni olarak kabul ederler (Papaioannou, 1994). Buna karşın, eğer mevcut durumdan memnunsu ve kendisine karşılaştırmayı yaptığı kişiyi temel alarak gelişim açısından yeni hedefler çizebiliyor ve güdülenebiliyorsa sportif etkinliklerde performans açısından daha kazançlı olacağı bir gerçektir.

Eşit düzeyde yapılan sosyal karşılaştırmalarda birey, kendisi ile aynı veya bir parça daha yetenekli birini karşılaştırma standardı olarak belirler. Kendi konumunu ve yerini belirlemek amacıyla sporcu, gelişimi hakkında bir çıkarsamada da

bulunabilir. Ancak gelişim sürecinin bir aşamasında performans hakkında bilgi edinme amacı ile yapılan bu karşılaştırma süreklilik göstermez. Ayrıca sporcunun aldığı bu bilgi, kendi performansına ilişkin tek doğru kaynak olmayabilir. Bireyin yetenek ve yeterliklerine ilişkin başta antrenörler, somut veri grafikleri ve yarışmalar olmak üzere çok sayıda bilgi kaynağı olabilir. Yine de eşit düzeyde yapılan karşılaştırma, beceri geliştirme ve ustalaşma sürecine daha fazla uygun görünmektedir. Bununla birlikte ego yönelimli bireyler üstünlük duygusunu elde etme ve aşağılık duygularından kurtulma amaçları ile hareket ettiklerinden; çoğunlukla eşit düzeyde karşılaştırmalar yerine, aşağı düzeyde veya yukarı düzeyde karşılaştırmalara başvururlar (Toros, 2001). Sonuç olarak; sosyal karşılaştırmalarla elde edilen benlik oluşumu gruplar arası ilişkilerde belirli bir işleve sahipken; insan potansiyelini açığa çıkarma ve takımla birlikte ortak uyum başarısını yakalama hedeflerini güden bireyler için spor ortamında çoğu kez işlevsizdir. Bununla birlikte, spor psikologları, ego yönelimli olmanın kendinden çok daha iyi performans gösteren bir rakip karşısında büyük hayal kırıklığı ve güdülenme problemine sebep olabileceğini, bu sebeple de görev yönelimli olmanın orta zorlukta, gerçekçi hedefler seçmenin daha akıllıca olduğunu ileri sürmektedirler.

1.4.1.2. ALGILANAN GÜDÜSEL İKLİM

Bireylerin amaç yapısına spor ortamının etkisi yani güdüsel iklim, spor ve egzersiz psikolojisi alanında incelenen bir diğer konu alanıdır. Güdüsel iklim yarışma düzeyi, yönerge stilleri, önemli kişilerin takım kültürüne etkisi gibi çeşitli özellikleri içermektedir (Roberts ve Ommundsen, 1996). Ames'e (1992) göre güdüsel iklim, antrenörlerin tutumları ve davranışları ile şekillenen bir yapıyı ifade etmektedir. Başka bir tanımda ise algılanan güdüsel iklim, sporcuların, içinde buldukları ortamı antrenör, aile, arkadaş gibi dış etmenlerin etkisiyle nasıl değerlendirdikleri olarak karşımıza çıkmaktadır (Shaw, Gorely ve Corban, 2005). Sporcunun uğraştığı spor alanındaki güdüsel iklimi algılamasının, onun sahip olduğu hedef yönelimine etkide bulunduğu belirtilmiştir (Solmon ve Boone, 1993). Roberts, Treasure ve Balague (1998), sporcuların içinde buldukları ve algıladıkları motivasyonel iklimin, sportif hedeflere ve bununla ilişkili performanslarına katkıda bulunan önemli bir faktör olduğunu öne sürmüşlerdir. Başarı Hedefi Kuramı'na göre; iki farklı algılanan güdüsel iklim bulunmaktadır. Bunlar "ustalık iklimi ve performans iklimi"dir. Ancak son yıllarda birçok spor psikologu, hedef yönelimleri ile algılanan güdüsel iklim arasındaki ilişki nedeniyle performans iklimi yerine ego iklimi, ustalık iklimi yerine ise görev iklimi ifadelerini tercih etmektedirler. Ustalık iklimi, bireyin kendi gelişimi (performansın eski performans ile karşılaştırılması), beceri artırımı ve ortaya konulan çaba iken; performans ikliminde takım ortamındaki bireylerin performanslarının birbiriyle karşılaştırılması söz konusudur. Başka bir deyişle, sosyal sorumluluğu, yaşam boyu beceri gelişimini besleyen; öğrenmeyi, antrenman yapmayı destekleyen ve direnci, kararlılığı öne çıkaran ustalık iklimi; rakibinin yeteneklerine ve yaptıklarına odaklaşmayı kolaylaştıran; yıldız olmayı, rakibini alt etmeyi güçlendiren ise performans iklimidir. Bu iki farklı güdüsel iklimin oluşturulmasında; deneyimler, antrenörler, takım arkadaşları ve sosyal çevre etkilidir. Örneğin, tekniğin doğruluğuna önem veren bir antrenör ustalık iklimi temelini oluştururken; maçın sonuna önem veren aile yada arkadaşlar veya maçın sonucuna göre değerlendirme yapan yönetim, performans iklimi temelini oluşturur. Roberts (2001), öğretmenlerin ve antrenörlerin takımlarında çeşitli yönergeler, pekiştirmeler yoluyla ya ustalık ya da performans yönelimli bir iklim oluşturduklarına değinmiştir.

Bununla birlikte, araştırmacı, öğretmen ve antrenörlerin, açık veya gizli pekiştirmeler, yönergeler, tercihler yoluyla sporcuların kendi takımlarında belirli bir iklimi yaratmalarına neden olduklarına işaret etmiştir. Örneğin; kişisel beceride ustalığı vurgulayan antrenörler, sporcunun kendi gelişimini gösteren uygulamaları organize ederlerken; sporcular arasında performans farklılığını ve rekabeti teşvik eden antrenörler, takımdan çok becerikli sporcular üzerinde durmaktadırlar. Aslında bir eylemdeki hedefleri yönetmede güdüsel iklim, durumsal bir psikolojik çevre olarak tanımlanmaktadır. Çocukluk döneminin sonunda bireyler, durumsal etkilere ve kendilerine anlam ifade eden diğer kişilerle (koç, öğretmen, anne-baba, idol olan sporcu) etkileşime karşı daha hassas olurlar. Çabaya, gelişmeye, işbirliğine ve kendi kendine referans olmaya yer verilirse, ortamda birey için ustalık iklimi baskın olur. Bu iklimde bireyler tipik olarak, uygun başarıma stratejileri benimserler. Örneğin sıkı çalışma, zorlayan görevleri seçme ve görevde ısrarcı olmak gibi. Tam aksine birey üzerinde etkili olan kişiler, sosyal karşılaştırmalara ve yarış kazanmaya vurgu yapıldığında, performans iklimi baskın olur. Bu durumda, bireyler sık sık, uygun olmayan başarıma stratejileri benimserler ve özellikle yetenek algılamaları düşüktür (Morgan, Sprouble, Weigand ve Carpenter, 2005).

Literatürde algılanan güdüsel iklim ile değişik parametreler arasındaki ilişkinin incelendiği pek çok çalışmaya rastlamak mümkündür. Örneğin; Flores, Salguero ve Marquez'in 2008 yılında yaptıkları Kolombiyalı öğrencilerin hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim arasındaki ilişkiyi analiz etmeyi amaçlayan çalışma erkeklerin performans, kızların ise ustalık iklim algısına sahip olduğunu göstermiştir. Gano-Overway, Guivernau, Magyar, Waldron ve Ewing'in (2005) 202 kadın voleybolcu ile bireysel spor yapan kadınların hedef yaklaşımları, güdüsel iklim algısı ve sportmenlikleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmada görev yönelimli voleybolcuların rakibe daha çok saygı duyduğunu; takım ortamında algılanan ustalık ikliminin oyun ve rakibe karşı daha centilmen ve saygılı olmanın temeli olduğunu bulmuştur. Toros ve Pense ise (2002) elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel iklim ve yaşam doyumunun, spor yapma süresine bağlı olarak değerlendirmesi amaçlı bir çalışma yapmışlardır. Çalışma sonucunda algılanan iklim ne olursa olsun yaşam doyumunu arttırdığı, genç yaşlarda

sporcuların ustalık iklimi tercih ettiklerini ancak yaş ve spor yapma süresi arttıkça ustalık ikliminde bir azalmanın olduğu bulunmuştur. Öte yandan Vazou, Ntoumanis ve Duda (2006) 493 takım ve bireysel sporla uğraşan sporcularla yaptıkları çalışmada, algılanan güdüsel iklimin spordan zevk alma, fiziksel benlik algısı ve durumluk kaygı üzerine etkilerini incelemişlerdir. Bu çalışma sonucunda antrenman ortamında ustalık iklimi algılayan sporcuların fiziksel benlik algılarının daha yüksek olduğunu ve yaptıkları işten daha fazla zevk aldıklarını; performans iklimi algılayan sporcuların yarışma durumluk kaygılarının yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Antrenörün ustalık iklimi yarattığı antrenman ortamında sporcuların zevk alma, katılım ve içsel güdülenmelerinin daha yüksek olduğu, bunun yanı sıra antrenörün performans iklimi yarattığı ortamlarda ise yarışma durumluk kaygınının daha çok yaşandığı belirlenmiştir. Takım içinde yaratılan performans ikliminin arkadaşları başarısız olduğunda alay etme gibi istenmeyen hareketlerin meydana gelmesine yol açtığını vurgulayan bu çalışma, antrenörün ve takım arkadaşlarının yarattığı iklimlerin farklı durumlarda farklı önem derecelerine sahip olduğunu da belirlemiştir. Özetle; algılanan güdüsel iklim, sporcuların yaşam doyumunu, günlük hayata bakış açılarını, yaşamdan beklentilerini, fiziksel benlik algısını, spordan zevk almayı, durumluluk kaygısını ve yeme alışkanlıkları gibi pek çok psikolojik parametreyi etkilemektedir.

Sporcuların antrenman yaptıkları ortamı algılamaları spora karşı olan güdülenmelerini de etkilemektedir. Eğer sporcu algıladığı iklimden memnunsam daha çok güdülenecektir, fakat bunun tersi bir durum söz konusu ise; sporcu aktiviteyi istemeyerek yapacak ve zamanla spordan uzaklaşacaktır. Sproule, Wang, Morgan, McNeill ve McMorris (2007) algılanan güdüsel iklim, hedef yönelimi, algılanan yeterlik ve içsel güdülenme arasındaki ilişkiyi 1122 Singapurlu öğrenci üzerinde araştırmışlardır. Sproule ve arkadaşları (2007), ustalık iklimi algısının içsel ilgiyi ve dikkati arttırdığını bulmuşlardır.

1.4.1.2.1. Ustalık İklimi

Sporcular için oluşturulan antrenman ve yarışma ortamları performansları açısından büyük önem taşımaktadır. Birbirinden farklı özelliklere sahip olan bu sporcular için yaratılan ortamlar da farklı anlamlar ifade etmektedir. Kimi sporcu yoğun görev içeren antrenman programlarından hoşnut olup daha fazla güdülenirken; kimi sporcular ise daha farklı durumlarda antrenman yapmak ya da yarışmak istemektedirler. Spor ortamında oluşturulan iklim tiplerden bir tanesi olan ustalık iklimi, çabayı desteklemek, işbirliği, beceri ve görev öğrenimi gibi yapılardan oluşmaktadır (Roberts, Treasure ve Conroy, 2007). Ustalık yönelimli bir iklim, sosyal sorumluluğa yönlendirir, hayat boyu beceriyi artırır, deneyerek öğrenme isteği verir ve ısrarcılığı yaratır (Roberts ve Ommundsen, 1996; Solmon ve Boone, 1993).

Hedef yönelimi ile algılanan güdüsel iklim değişkenleri arasında paralellikler bulunmaktadır. Görev yönelimli bir sporcu, bireysel bir özellik olarak, ustalık yönelimli güdüsel iklimde en iyi performansı gösterirken; ego yönelimli bir sporcu, performans yönelimli güdüsel iklimle başarılı olabilmektedir. Bununla ilişkili olarak, Duda (1998), sporcuların hedef yönelimlerine göre güdüsel iklimlerin oluşturulabileceğini ileri sürmüştür.

Yapılan pek çok çalışmada ustalık yönelimli güdüsel iklim algılayan ve bu bağlamda görevle ilişkili hedefler belirleyen bireyler spora karşı daha fazla içsel güdülenme yaşadıkları, bireysel performansını arttırmak için daha fazla çaba harcadıkları (dolayısıyla takım performansına katkıda bulunacak) ve en önemlisi de bu tecrübelerinden haz duyarak spora olan bağlılıklarının arttığı, özerklik, yeterlik ve bağımsızlık duygularının artmasıyla beraber daha fazla haz yaşadıkları bulunmuştur (Digelidis ve ark. 2003; Ferer-Caja ve Weiss, 2000; Magyar ve Feltz, 2003; Newton ve Duda, 1999; Reinboth ve Duda, 2006).

1.4.1.2.2. Performans İklimi

Sporcular için oluşturulan ortamlardan bir diğeri ise performans iklimidir. Performans iklimi ego hedef yönelimi ile benzer özellikler taşımaktadır. Bu iklim, sosyal karşılaştırma, takım içi yarışma ve ceza gibi yapıları içermektedir. Spor bilimleri alanında yapılan çalışmalara bakıldığında spor ortamında yaratılan iklimlerden performans ikliminden çok ustalık ikliminin tercih edildiği görülmektedir (Parish ve Treasure, 2003; Roberts ve Ommundsen, 1996; Solmon ve Boone, 1993). Tekniğin ve taktiğin doğru yapılmasını öngören ustalık iklimi ve rakibi yenme, maç sonucu gibi somut değerlere dayanan performans iklimi, sporcuların hem günlük hayatlarında hem de spor yaşantılarında birçok özelliklerini etkilemektedir. Örneğin; sporcuların sezon süresince değişen iklim algılarını belirlemek için Reinboth ve Duda (2006) sporcuların otonomi için temel ihtiyaçlarının doyumunda, yarışma ve ilgili olmada, psikolojik göstergelerde ve psikolojik iyi olma durumunda değişiklik olup olmadığını amaçladıkları çalışmanın sonucunda; seçim, mutluluk, yarışma, takım ve antrenör ilgisinde ustalık ikliminde sezon boyunca artış olurken, performans ikliminde sezon boyunca düşüş görülmüştür. Bunun yanı sıra ustalık ikliminde; takım arkadaşları tarafından desteklenme, değerli hissetme, iyi ilişkiler kurma ve mutluluğun yüksek olduğu tespit edilmiştir. Parish ve Treasure (2003) yapmış oldukları çalışma sonucunda, algılanan performans iklimi puanları yüksek olan sporcuların, ya dışsal güdülenmeye sahip oldukları ya da güdülenemedikleri sonucuna ulaşmışlardır. Roberts ve Ommundsen (1996)'e göre, performans yönelimli iklim, takım üyelerinin veya rakibin becerisine üstünlükten elde edilen tatmin hissini kolaylaştırır.

Genel olarak değerlendirecek olursak, gerek performans iklimi gerekse ustalık iklimi sporcuların davranışlarına göre şekillenmekle birlikte sporcuların davranışlarına da direkt olarak etkide bulunmaktadır. Karşılıklı etkileşim içerisinde oluşan bu durumların diğer kavramlarla olan ilişkileri pek çok çalışmada irdelenmiştir (Gano Overway ve Eving, 2004; Salguero, Gonzalez-Boto, Tuero ve Marquez, 2004; Stuntz ve Weiss, 2008). Ele alınan bu kavramlar arasında önemli bir

yer tutan algılanan fiziksel yeterlik sporcuların hedef yönelimlerinin oluşumunda ve güdüsel iklimlerin şekillenmesinde büyük rol oynamaktadır.

1.5. ALGILANAN FİZİKSEL YETERLİK

Spora katılım kadar spora devam etmek de bireylerin yaşamında önemli bir yere sahiptir. Bu bağlamda, spora katılan pek çok bireyde, özellikle de gelişim dönemindeki çocuklarda olumlu psiko-sosyal değişiklikleri görmek mümkündür. Harter'ın (1987, 1999) yeterlik motivasyon teorisine göre spor ortamında benliğin farklı yapılarındaki (fiziksel, kondisyon, sportif, görünüm, sosyal) yeterlik algısı ve başkalarının desteği (sosyal destek) de bireyin spora katılmasında ve devam etmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Başka bir deyişle, bireyin katıldığı spor branşında kendisini yeterli hissetmesi ve bunun da sosyal yaşamına olumlu bir şekilde yansımaları bireyin o spora katılımını ve devam etmesini sağlamaktadır. Son zamanlarda gerek psikoloji gerekse spor psikolojisi alanlarında araştırmacılar bireylerin fiziksel, sosyal ve zihinsel anlamda spor ortamlarında kendilerini ne kadar yeterli algıladıkları ile ilgili çalışmalar yapmaktadırlar. Giderek önem kazanan ve araştırmacılar tarafından sıklıkla irdelenen algılanan yeterlik (perceived competence) kavramı, bireyin bir aktivitede uzmanlaşabilme yeteneğinin olduğunu hissetmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Feltz ve Petlichkoff, 1983). Bireylerin başarı gerektiren ortamlara katılmalarında, bu alanlardan uzaklaşmalarında veya çaba sarf ederek başarılı olmalarında rol oynayan algılanan yeterlik ile ilgili yapılan çalışmalar, algılanan yeterliğin aktivite seçimine, aktiviteye katılıma ya da aktiviteden uzaklaşmaya neden olduğunu göstermektedir (Harter, 1982; Horn ve Harsbrook, 1987). Algılanan yeterlik özellikle de algılanan fiziksel yeterlik, benlik algısıyla yakından ilişkili bir kavramdır. Bireyin kendisini algılaması, benlik algısının çok yönlü ve hiyerarşik yapısının içerisinde her bir yaşam boyutunda detaylı olarak ele alınıp irdelenmiştir. Bu yapılar içerisinde kendine güvenin ve genel benlik algısının önemli bir ögesi olan "Fiziksel Benlik Algısı" en fazla ilgiyi gören yapı olmuştur. Bireyin kendisini psikomotor boyutta algılaması ve değerlendirmesi olarak tanımlanan fiziksel benlik algısı, insan yaşamında önemli bir yere sahiptir (Fox,

1990). Sonstroem ve Potts'a (1996) göre, fiziksel benlik algısı, atletik beceri, kuvvet gibi özelleştirilmiş kişilik özelliklerine ait algılardır. Diğer bir deyişle, bireyin motor becerilerde (koordinasyon, spor yeteneği vb.) ve fiziksel uygunluk parametrelerinde (kuvvet, dayanıklılık, esneklik vb.) kendini nasıl algıladığı ve değerlendirdiğidir (Aşçı, 2004b). Bu noktada, bireylerin kendilerini fiziksel olarak nasıl algıladıklarını belirlemek amacıyla birçok ölçek geliştirilmiştir. Fiziksel benlik algısının çok yönlü yapısını vurgulayan ölçeklerden ilki Fox ve Corbin (1989) tarafından geliştirilen "Kendini Fiziksel Algılama Envanteri (Physical Self Perception Profile, PSPP)"dir. PSPP, psikomotor boyutta fiziksel algılamanın değerlendirilmesi için temelde hiyerarşik ve çok yönlü fiziksel algılama modeline dayalı olarak geliştirilmiştir (Şekil 1.4). Bu modele göre genel benlik algısının alt boyutu olan fiziksel benlik algısı, spor yeteneği, vücut çekiciliği, kuvvet ve fiziksel kondisyon gibi bir çok alt boyuttan oluşmaktadır.



Şekil 1.4: Hiyerarşik fiziksel algılama modeli

Fox, K. R. (1998). "Advances in the Measurement of the Physical Self In J. L. Duda (Ed), Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, syf. 298"

Spor ortamında önemli bir yer tutan algılanan fiziksel yeterlik güdülenme ile sıkı bir ilişki içerisinde. Algılanan olumlu benlik algısı, özellikle algılanan fiziksel benlik algısı, spor ortamında genç sporcuların spora başlama, spora devam etme ve başarıya ulaşmada bir güdülenme unsuru olarak görülmektedir (Biddle, Fox, ve Boutcher, 2000). Yeterlik algılarının bireylerin spor ortamındaki düşünce, davranış, heyecan ve güdülenmelerini etkilediği görülmektedir. Başka bir şekilde, yeterlik algıları aktivitenin seçimi, aktivitede harcanan çaba, başarısızlıkta veya engelle karşılaşıldığında gösterilen ısrar üzerinde etkilidir (Cules-Reed, Gyurcsik ve Brawley, 2001). Örneğin, belirli bir davranışsal alanda kendi yetenek ve becerilerine inanan, güvenen bireyler, yeterliklerini daha az olarak algılayan bireylere göre daha fazla çaba ve ısrar gösterirler. Yapılan bir çok çalışmada belirli başarı alanlarında yüksek yeterliğe sahip bireylerin diğerlerine göre daha pozitif duygu durumları yaşadıkları ve daha yüksek güdülenme düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir (Cules-Reed ve ark., 2001; Hardy, Jones ve Gould, 1997). Sporcuların hedef yönelimleri ile algılanan yeterlikleri arasında da sıkı bir ilişki bulunmaktadır. Özellikle ego ve görev yönelimli sporcuların arasındaki farklardan birinin nedeni de yeterliklerini nasıl tanımladıkları ve algıladıkları ile açıklanabilmektedir. Örneğin, görev yönelimli sporcular algılanan yeterliklerini geliştirme çabası içerisinde iken, ego yönelimli sporcular daha çok algılanan yeterliklerini diğerleri ile karşılaştırma eğilimindedirler (Eliot ve Dweck, 1988). Başarı güdülenmesi kuramı çerçevesinde ele alınan algılanan yeterlik kavramı ile hedef yönelimi arasındaki ilişki pek çok çalışmada da (Cury, Biddle, Sarrazin ve Famose, 1997; Kavussanu ve Roberts, 1996; Nicholls ve Miller, 1983) desteklenmektedir.

Algılanan fiziksel yeterlik ile yaş arasındaki ilişkinin incelendiği boylamsal çalışma sonuçları, algılanan fiziksel yeterliğin yaşın artması ile birlikte azaldığını göstermektedir (Eshel ve Klein, 1981; Harter, 1982; Stipek ve Tannatt, 1984). Spor ortamındaki algılanan fiziksel yeterlik çalışmalarında da yaş değişkeninin önemi büyüktür. Bu nedenle, bu çalışmada da, katılımcı grubu genel olarak sportif performansın en yüksek düzeyde olduğu yaş grubu olarak sayılan 15-25 yaşları arasındaki sporculardan oluşmuştur. Bunun yanı sıra, son yıllarda yapılan çalışmalar bu yaş gurubundaki sporcuların sporu bırakmaya diğer yaş gruplarına göre daha

yatkın olduklarını göstermektedir (Wang, Biddle ve Elliot, 2007). Spor ortamında gerek fiziksel gerekse psikolojik ve sosyal faktörlerin spora başlama ve spora devam etme üzerindeki etkilerin bu yaş grubunda incelenmesi literatüre faydalı olacaktır.

Bu bağlamda bu çalışmanın amacı, sporcuların hedef yönelimleri, algılanan güdüsel iklimleri ve algılanan fiziksel yeterliklerinin cinsiyete ve deneyim düzeyine göre karşılaştırılmasıdır.

2. GEREÇ VE YÖNTEM

2.1. Araştırma Grubu

Araştırma grubunu, Ankara ilinde farklı branşlarda (futbol, voleybol, basketbol, buz hokeyi, hentbol) spor yapan ve yaşları 15-25 arasında değişen 181'i erkek, 106'sı kadın olmak üzere toplamda 287 sporcu oluşturmaktadır. Sporculara ait demografik bilgiler aşağıdaki çizelgede sunulmuştur (Çizelge 2.1).

Çizelge 2.1: Sporcuların Yaş, Cinsiyet, Spor Deneyimi, Spor Yapma Sıklığı Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Demografik	N	\bar{X}	SS
Yaş	287	17.55	2.62
Erkek	181	17.65	2.83
Kadın	106	17.39	2.23
Spor Deneyimi (Ay)	279	66.73	38.27
Spor Yapma Sıklığı (Gün)	286	4.76	1.49

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği:

Duda ve Nicholls (1992) tarafından geliştirilen Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği (Task and Ego Orientation in Sport), 7'si görev, 6'sı ego yönelimi olmak üzere toplam 13 maddeden oluşmuştur. Ölçek ile ilgili çalışmada, ölçeğin iç tutarlılığı görev yönelimi için .79 ve ego yönelimi için .81 olarak belirlenmiştir (Duda ve Whitehead, 1998). Duda (1992), ölçeğin üç haftalık test tekrar test güvenilirliğini görev yönelimi için .68 ve ego yönelimi için .75 olarak bulmuştur. Türk sporcularına uyarlama çalışması Toros (2001) tarafından yapılan ölçeğin yapı geçerliği çalışması,

açıklayıcı faktör analizi yardımıyla yapılarak görev ve ego yönelimi olmak üzere iki faktör bulunmuştur. Toros (2001), yaptığı çalışmada ilgili bulguları Türk sporcuları için test etmiştir. Bu çalışmada görev ve ego yönelimi olmak üzere iki faktörün genel varyansın %58'ini açıkladığı; iç tutarlığın görev yönelimi için .87 ve ego yönelimi için .85 olduğu ve üç haftalık test tekrar test güvenilirliğinin görev yönelimi için .65 ve ego yönelimi için .72 olduğu ortaya çıkmıştır. Envanterde görev ve ego yöneliminin belirlenmesinde kullanılan ifadeler yer almaktadır. Örneğin, “Oyun ve beceriyi yapabilen tek kişi ben olduğumda kendimi sporda en başarılı hissederim/görürüm” ifadesi ego yönelimini, “Çabalayarak/sıkı çalışarak/çok deneyerek yeni bir beceriyi öğrendiğimde kendimi sporda başarılı hissederim/görürüm” ifadesi ise görev yönelimini belirlemektedir.

2.2.2. Sporda Algılanan Güdüsel İklim Ölçeği:

Walling, Duda ve Chi (1993) tarafından geliştirilen Sporda Algılanan Güdüsel İklim Ölçeği (Perceived Motivational Climate in Sport), 9'u performans, 12'si ustalık iklimi olmak üzere 21 maddeden oluşmuştur. Ölçeği yanıtlayanlardan her bir maddeyi 5'li değerlendirme sistemine göre yargılaması istenmektedir. Ölçeğin orijinal çalışmasında yapı geçerliği, hem açıklayıcı hem de doğrulayıcı faktör analizi yardımıyla yapılmıştır (Walling, Duda ve Chi, 1993). Bu çalışmada ustalık ve performans iklimi olmak üzere iki faktörün bulunduğu belirlenmiştir. Seifriz, Duda ve Chi (1992) ve Walling ve ark. (1993), ölçeğin iç tutarlık katsayılarını .73 ve .84 (performans iklimi), .80 ve .81 (ustalık iklimi) olarak bulmuşlardır. Ölçeğin Türk sporcularına uyarlama çalışması Toros (2001) tarafından yapılmıştır. Toros (2001), ilgili bulguları Türk sporcular için test etmiştir. Bu çalışmada ustalık ve performans iklimi faktörlerinin ölçeğin genel varyansının %51'ini açıkladığı, ölçeğin iç tutarlığının ustalık iklimi için .84; performans iklimi için .90 olduğu ve üç haftalık test-tekrar test güvenilirliğinin ustalık iklimi için .66, performans iklimi için .74 olduğu ortaya çıkmıştır. Envanterde sporcuların algılanan güdüsel iklimlerinin belirlenmesinde kullanılan ifadeler yer almaktadır. Örneğin, “Bu takımda, takım arkadaşlarımdan daha iyi oynadıklarında kendilerini iyi hissederler” ifadesi

performans iklimini açıklarken, “Bu takımda oyuncular spor dalı etkinlikleri hakkında daha fazla şeyler öğrenmek istedikleri için sıkı çalışırlar” ifadesi ustalık iklimini belirlemektedir.

2.2.3. Kendini Fiziksel Algılama Envanteri:

Fox ve Corbin (1989) tarafından geliştirilen Kendini Fiziksel Algılama Envanteri (Physical Self Perception Profile, PSPP), kişinin 4 alt boyut (sportif yeterlilik, fiziksel kondisyon, vücut çekiciliği, kuvvet) ve genel fiziksel yeterlilik boyutunda kendini algılamasını değerlendiren bir envanterdir. Her alt ölçekte 6 madde içeren toplam 30 maddeden oluşan envanterin geçerlik ve güvenirlik çalışması Aşçı, Aşçı ve Zorba (1999) tarafından yapılmıştır. Envanter, her madde için kişiye iki farklı insanı tanımlayan ifade sunmakta ve kişiden bu farklı gruptan hangisine ne derecede benzediğini belirlemesini istemektedir. Kişi önce, 2 farklı grup insandan hangisine daha çok benzediğine karar verdikten sonra bu benzemenin derecesini “Tam Bana Uygun” veya “Bana Oldukça Uygun” ifadelerini kullanarak yapmaktadır. Maddelerin puanlanması 1 ile 4 arasındadır. “4” yüksek yeterlik “1” ise düşük yeterliği ifade etmektedir. Bu çalışmada toplamda 18 madde içeren 3 alt ölçek (algılanan sportif yeterlik, algılanan fiziksel kondisyon ve algılanan kuvvet) kullanılmıştır. Algılanan Sportif Yeterlik alt boyutu için 6 madde, Algılanan Fiziksel Kondisyon alt boyutu için 6 madde ve Algılanan Kuvvet alt boyutu için de 6 madde kullanılmıştır. Algılanan Sportif Yeterlik alt boyutuna “Bazı kişiler konu spor olunca çok iyi olmadıklarını hissederler FAKAT Diğerleri bütün sporlarda kendilerini gerçekten iyi hissederler.” ifadesi, Algılanan Fiziksel Kondisyon alt boyutuna “Bazı kişiler zorlayıcı fiziksel aktiviteleri yapmada kendilerini rahat hissetmezler FAKAT Diğerleri zorlayıcı fiziksel aktiviteleri yapmada kendilerinden emindirler.” ifadesi, Algılanan Kuvvet alt boyutu için ise “Bazı kişiler kendi cinsiyetindeki insanların çoğundan fiziksel olarak daha kuvvetli olduklarını düşünürler FAKAT Diğerleri kendi cinsiyetinden birçok insanla karşılaştırdıklarında fiziksel kuvvetlerinin yetersiz olduğunu düşünürler.” ifadesi örnek olarak verilebilir.

2.2.4. Kişisel Bilgi Formu:

Katılımcıların yaş, cinsiyet ve eğitim durumu gibi demografik bilgilerinin yanı sıra ne kadar süredir bu spor dalı ile uğraştıklarını içeren sorulardan oluşan bir kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

2.3. Verilerin Toplanması

Envanterlerin katılımcılara uygulanmasından önce Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanlığı Morfoloji Binası Etik Kurul Bölümü'nden "Etik Kurulu" onayı alınmıştır. "Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği, Sporda Algılanan Güdüsel İklim Ölçeği ve Kendini Fiziksel Algılama Envanteri" Ankara ilindeki farklı spor branşlarında (futbol, voleybol, basketbol, buz hokeyi, hentbol) yer alan sporculara araştırmacı tarafından gerekli açıklamalar yapılarak antrenman öncesinde toplu bir şekilde uygulanmıştır. Bunun yanı sıra bazı takımların antrenörlerinden yardım istenerek sporculara envanterler gerekli açıklamalar yapılarak antrenörler tarafından uygulanmıştır.

2.4. Verilerin Çözümlemesi

Çalışmada betimsel istatistiksel teknikler, Çok Yönlü Varyans Analiz (MANOVA) ve Tek Yönlü Varyans Analiz (ANOVA) tekniği kullanılmıştır. Hata payı 0.05 olarak alınmıştır. Sporcuları düşük algılanan fiziksel yeterlik ve yüksek algılanan fiziksel yeterlik grubuna ayırmak için "Kendini Fiziksel Algılama" envanterinden elde edilen değerlerin kadın ve erkek sporcular için ayrı ayrı medyan değerleri hesaplanmıştır. Medyan değerinin altı düşük algılanan fiziksel yeterlik, medyan değerinin üstü ise yüksek algılanan fiziksel yeterlik grubu olarak sınıflandırılmıştır.

3. BULGULAR

Sporcuların hedef yönelimleri, algılanan güdüsel iklim ve algılanan fiziksel yeterliklerinin cinsiyete ve spor deneyimine göre karşılaştırılmasını amaçlayan bu çalışma kapsamında yapılan analizlere yönelik bulgular aşağıda alt başlıklar halinde sunulmuştur.

3.1. Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterlik, Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdüsel İklim Düzeyleri:

Çizelge 3.1’de sporcuların algılanan fiziksel yeterlik, hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim ortalama ve standart sapma değerleri sunulmuştur.

Çizelge 3.1: Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterlik, Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdüsel İklim Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Değişkenler	N	\bar{X}	SS
Fiziksel Yeterlik			
Sportif Yeterlik	280	3.15	0.51
Kuvvet	275	3.02	0.56
Fiziksel Kondisyon	277	3.12	0.51
Hedef Yönelimi			
Ego Yönelimi	274	3.40	0.74
Görev Yönelimi	281	3.75	0.64
Algılanan Güdüsel İklim			
Uсталık İklimi	269	3.81	0.62
Performans İklimi	264	3.27	0.69

Çizelge 2’ye göre; çalışmaya katılan sporcuların algılanan fiziksel yeterlik ölçeğinden elde ettikleri en yüksek ortalama değer sportif yeterlik (3.15 ± 0.51) alt boyutunda iken, en düşük ortalama değer algılanan kuvvet (3.02 ± 0.56) alt boyutundadır. Sporcuların hedef yönelimi alt boyutlarında elde ettikleri ortalama değerlerde en yüksek ortalama değer görev yönelimi (3.75 ± 0.64) alt boyutunda, en

düşük ortalama değer ise ego yönelimi (3.40 ± 0.74) alt boyutundadır. Bunun yanı sıra, sporcuların algılanan güdüsel iklim ölçeğindeki ortalama değerleri de en yüksek ustalık iklimi alt boyutundan (3.81 ± 0.62), en düşük ise performans iklimi (3.27 ± 0.69) alt boyutundan elde edilmiştir.

3.2. Sporcuların Hedef Yönelimlerinin, Algılanan Güdüsel İklimin ve Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Çizelge 3.2’de sporcuların cinsiyete göre hedef yönelimi, algılanan güdüsel iklim ve algılanan fiziksel yeterlik ortalama ve standart sapma değerleri sunulmuştur.

Çizelge 3.2: Sporcuların Cinsiyete Göre Hedef Yönelimi, Algılanan Güdüsel İklim ve Algılanan Fiziksel Yeterlik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	KADIN		ERKEK	
Hedef Yönelimi	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS
Ego Yönelimi	3.54	0.79	3.32	0.72
Görev Yönelimi	3.90	0.66	3.66	0.63
Algılanan Güdüsel İklim				
Ustalık İklimi	3.94	0.65	3.77	0.60
Performans İklimi	3.40	0.70	3.23	0.69
Algılanan Fiziksel Yeterlik				
Sportif Yeterlik	3.17	0.54	3.15	0.50
Kuvvet	3.10	0.58	2.98	0.55
Fiziksel Kondisyon	3.18	0.52	3.11	0.51

Kadın sporcuların hedef yönelimi ortalama değerleri en yüksek görev yönelimi (3.90 ± 0.66) alt boyutunda, en düşük ise ego yönelimi (3.54 ± 0.79) alt boyutunda elde edilirken; erkek sporcuların hedef yönelimi ölçeğinden elde ettikleri ortalama değerler en yüksek görev yönelimi (3.66 ± 0.63) alt boyutunda, en düşük ise ego yönelimi (3.32 ± 0.72) alt boyutundadır. Algılanan güdüsel iklim ortalama değerleri kadın sporcularda en yüksek ustalık iklimi (3.94 ± 0.65) alt boyutunda, en düşük ise performans iklimi (3.40 ± 0.70) alt boyutunda iken, erkek sporcuların ustalık iklimi (3.77 ± 0.60) ortalama değerleri en yüksek, performans iklimi (3.23 ± 0.69) ortalama değerleri ise en düşük olarak belirlenmiştir. Bunun yanı sıra, kadın sporcuların algılanan fiziksel yeterlik ölçeğinden elde ettikleri en yüksek değer algılanan fiziksel kondisyon (3.18 ± 0.52) alt boyutunda iken; en düşük ortalama değer algılanan kuvvet (3.10 ± 0.58) alt boyutundadır. Erkek sporcuların en yüksek ortalama değeri algılanan sportif yeterlik (3.15 ± 0.50) alt boyutunda, en düşük ortalama değeri ise algılanan kuvvet (2.98 ± 0.55) alt boyutundadır.

Çizelge 3.3'te sporcuların hedef yönelimlerinin, algılanan güdüsel iklimin ve algılanan fiziksel yeterliklerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına yönelik çok yönlü varyans analiz (MANOVA) sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.3: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin, Algılanan Güdüsel İklimin ve Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Çok Yönlü Varyans Analiz (MANOVA) Sonuçları

Hotelling's Trace	Değer	F	Hipotez SD	Hata SD	Anlamlılık
Hedef Yönelimi	0.037	4.90	2.00	268.00	0.01*
Algılanan Güdüsel İklim	0.027	3.36	2.00	250.00	0.04*
Algılanan Fiziksel Yeterlik	0.015	1.30	3.00	263.00	0.28

* $p < 0.05$

Sporcuların hedef yönelimi, algılanan güdüsel iklim ve algılanan fiziksel yeterliklerini cinsiyete göre test etmek amacıyla yapılan Çok Yönlü Varyans Analizi (MANOVA) sonuçları; kadın ve erkek sporcuların hedef yönelimleri (Hotelling's $T^2 = 0.037$; $F_{(2, 268)} = 4.90$; $p < 0.05$) algılanan güdüsel iklim puanları (Hotelling's $T^2 = 0.027$; $F_{(2, 250)} = 3.36$; $p < 0.05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğunu gösterirken, kadın ve erkek sporcuların algılanan fiziksel yeterlik puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur (Hotelling's $T^2 = 0.015$; $F_{(3, 263)} = 1.30$; $p > 0.05$).

Çizelge 3.4'te sporcuların hedef yönelimlerinin, algılanan güdüsel iklimin ve algılanan fiziksel yeterliklerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü ANOVA sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.4: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin, Algılanan Güdüsel İklim ve Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Değişkenler	Toplam Kare	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Anlam	η^2
Cinsiyet	Ego Yönelimi	2.97	1	2.97	5.33	0.02*	0.02
	Görev Yönelimi	3.56	1	3.56	8.68	0.00*	0.03
	Uсталık İklimi	1.73	1	1.73	4.54	0.03*	0.02
	Performans İklimi	1.63	1	1.63	3.45	0.06	0.01
	Sportif Yeterlik	0.01	1	0.01	0.05	0.82	0.00
	Fiziksel Kondisyon	0.36	1	0.36	1.38	0.24	0.01
	Algılanan Kuvvet	0.93	1	0.93	2.94	0.09	0.01

* $p < 0.05$

Takiben yapılan ANOVA sonuçları da, kadın sporcuların hem ego yönelim hem de görev yönelim puanlarının erkek sporcuların hedef yönelimi puanlarından daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur ($F_{(1, 271)} = 5.33; 8.68; p < 0.05$). Benzer bir şekilde, kadın sporcuların ustalık iklimi puanlarının erkek sporcuların ustalık iklimi puanlarından daha yüksek olduğu ($F_{(1, 253)} = 4.54; p < 0.05$) ancak kadın sporcular ile erkek sporcuların performans iklimi puanları arasında fark olmadığı belirlenmiştir ($F_{(1, 253)} = 3.45; p > 0.05$). Bunun yanı sıra, elde edilen bulgular kadın ve erkek sporcuların algılanan fiziksel yeterlik puanları arasında fark olmadığını göstermiştir ($F_{(1, 267)} = 0.05; 1.38; 2.94; p > 0.05$).

3.3. Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan GÜdüsel İklimin Algılanan Sportif Yeterliğe Göre Karşılaştırılması

Çizelge 3.5’de sporcuların algılanan sportif yeterliğe göre hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim ortalama ve standart sapma değerleri sunulmuştur.

Çizelge 3.5: Sporcuların Algılanan Sportif Yeterliğe Göre Hedef Yönelimi ve Algılanan GÜdüsel İklim Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		Yüksek Algılanan Sportif Yeterlik		Düşük Algılanan Sportif Yeterlik	
		\bar{X}	SS	\bar{X}	SS
Hedef Yönelimi	KADIN				
	Ego Yönelimi	3.66	0.75	3.40	0.81
	Görev Yönelimi	4.05	0.56	3.74	0.71
	ERKEK				
	Ego Yönelimi	3.41	0.73	3.25	0.70
	Görev Yönelimi	3.79	0.57	3.55	0.66
Algılanan GÜdüsel İklim	KADIN				
	Uсталık İklimi	4.06	0.56	3.84	0.72
	Performans İklimi	3.45	0.69	3.37	0.71
	ERKEK				
	Uсталık İklimi	3.76	0.68	3.77	0.55
	Performans İklimi	3.35	0.72	3.13	0.64

Kadın sporcuların yüksek algılanan sportif yeterliğe göre hedef yönelimi ortalama değerleri en yüksek görev yönelimi (4.05 ± 0.56), en düşük ise ego yönelimi (3.66 ± 0.75) alt boyutlarında iken; düşük algılanan sportif yeterliğe göre en yüksek ortalama değer görev yönelimi (3.74 ± 0.71), en düşük değer ego yönelimi (3.40 ± 0.81) alt boyutu olarak belirlenmiştir. Erkek sporcuların yüksek algılanan sportif yeterliğe göre hedef yönelimi ortalama değerleri en yüksek görev yönelimi (3.79 ± 0.57) en düşük ise ego yönelimi (3.41 ± 0.73) alt boyutlarında, düşük algılanan sportif yeterliğe göre en yüksek ortalama değer görev yönelimi (3.55 ± 0.66) alt boyutunda, en düşük değer ise ego yönelimi (3.25 ± 0.70) alt boyutundadır. Kadın sporcuların yüksek algılanan sportif yeterliğe göre algılanan güdüsel iklim ortalama değerleri en yüksek ustalık iklimi (4.06 ± 0.56), en düşük ise performans iklimi (3.45 ± 0.69) alt boyutlarında iken düşük algılanan sportif yeterliğe göre en yüksek ortalama değer ustalık iklimi (3.84 ± 0.72), en düşük değer performans iklimi (3.37 ± 0.71) alt boyutu olarak belirlenmiştir. Erkek sporcuların yüksek algılanan sportif yeterliğe göre algılanan güdüsel iklim ortalama değerleri en yüksek ustalık iklimi (3.76 ± 0.68), en düşük ise performans iklimi (3.35 ± 0.72) alt boyutlarında iken; düşük algılanan sportif yeterliğe göre en yüksek ortalama değer ustalık iklimi (3.77 ± 0.55), en düşük değer performans iklimi (3.13 ± 0.64) alt boyutunda elde edilmiştir.

Çizelge 3.6'da sporcuların hedef yöneliminin ve algılanan güdüsel iklimin algılanan sportif yeterliğe göre karşılaştırılmasına yönelik MANOVA sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.6: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Sportif Yeterliğe Göre Karşılaştırılmasına Yönelik MANOVA Sonuçları

Hotelling's Trace		Değer	F	Hipotez SD	Hata SD	Anlamlılık
Hedef Yönelimi	Kadın	0.064	3.17	2.00	99.00	0.05
	Erkek	0.038	3.07	2.00	162.00	0.05
Algılanan Güdüsel İklim	Kadın	0.027	1.20	2.00	88.00	0.31
	Erkek	0.029	2.20	2.00	152.00	0.11

Sporcuların hedef yönelimlerini ve algılanan güdüsel iklimi algılanan sportif yeterliğe göre test etmek amacıyla yapılan MANOVA sonuçları; algılanan sportif yeterliğine göre hem kadın sporcuların hedef yönelimi puanlarında (Hotelling's $T^2 = 0.064$; $F_{(2, 99)} = 3.17$; $p < 0.05$), hem de erkek sporcuların hedef yönelimi puanlarında (Hotelling's $T^2 = 0.038$; $F_{(2, 162)} = 3.07$; $p < 0.05$) istatistiksel olarak anlamlı fark olduğunu göstermiştir. Bunun yanı sıra, yapılan analizler gerek kadın sporcuların algılanan sportif yeterliğine göre algılanan güdüsel iklim puanları arasında (Hotelling's $T^2 = 0.027$; $F_{(2, 88)} = 1.20$; $p > 0.05$), gerekse erkek sporcuların algılanan güdüsel iklim puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur (Hotelling's $T^2 = 0.029$; $F_{(2, 152)} = 2.20$; $p > 0.05$).

Çizelge 3.7’de sporcuların hedef yönelimlerinin ve algılanan güdüsel iklimin algılanan sportif yeterliğe göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü ANOVA sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.7: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Sportif Yeterliğe Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Sportif Yeterlik	Değişkenler	Toplam Kare	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Anlam	η^2
Kadın	Ego Yönelimi	1.79	1	1.79	2.89	0.09	0.03
	Görev Yönelimi	2.45	1	2.45	5.90	0.02*	0.06
	Ustalık İklimi	1.02	1	1.02	2.41	0.12	0.03
	Performans İklimi	0.13	1	0.13	0.27	0.61	0.00
Erkek	Ego Yönelimi	1.09	1	1.09	2.12	0.15	0.01
	Görev Yönelimi	2.31	1	2.31	6.03	0.02*	0.04
	Ustalık İklimi	0.01	1	0.01	0.02	0.88	0.00
	Performans İklimi	1.91	1	1.91	4.22	0.04	0.03

* $p < 0.05$

Takiben yapılan ANOVA sonuçlarına göre, algılanan sportif yeterliği yüksek olan kadın ve erkek sporcuların görev yönelimi puanları, algılanan sportif yeterliği düşük olan kadın ve erkek sporcuların puanlarından daha yüksektir ($F_{(1, 102)} = 5.90$; $p < 0.05$; $F_{(1, 165)} = 6.03$; $p < 0.05$). Bunun yanı sıra, yüksek algılanan sportif yeterliğe sahip kadın ve erkek sporcular ile düşük algılanan sportif yeterliğe sahip kadın ve erkek sporcuların ego yönelim puanları arasında fark bulunamamıştır ($F_{(1, 102)} = 2.89$;

5.90; $p>0.05$; $F_{(1, 165)} = 2.12$; $p>0.05$). Elde edilen bulgular ayrıca, kadın ve erkek sporcuların algılanan güdusel iklim puanları arasında algılanan sportif yeterliğe göre fark olmadığı göstermiştir ($F_{(1, 91)} = 2.41$; 0.27 ; $p>0.05$; ($F_{(1, 155)} = 0.02$; 4.22 ; $p>0.05$).

3.4. Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdusel İklimin Algılanan Kuvvete Göre Karşılaştırılması

Çizelge 3.8’de sporcuların algılanan kuvvete göre hedef yönelimi ve algılanan güdusel iklim ortalama ve standart sapma değerleri sunulmuştur.

Çizelge 3.8: Sporcuların Algılanan Kuvvete Göre Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdusel İklim Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		Yüksek Algılanan Kuvvet		Düşük Algılanan Kuvvet	
		\bar{X}	SS	\bar{X}	SS
Hedef Yönelimi	KADIN				
	Ego Yönelimi	3.81	0.68	3.34	0.82
	Görev Yönelimi	4.06	0.55	3.81	0.72
	ERKEK				
	Ego Yönelimi	3.33	0.73	3.28	0.72
	Görev Yönelimi	3.81	0.53	3.53	0.68
Algılanan Güdusel İklim	KADIN				
	Ustalık İklimi	4.11	0.51	3.86	0.70
	Performans İklimi	3.56	0.71	3.28	0.68
	ERKEK				
Ustalık İklimi	3.75	0.66	3.78	0.57	

Performans İklimi	3.22	0.71	3.21	0.66
----------------------	------	------	------	------

Kadın sporcuların yüksek algılanan kuvvete göre hedef yönelimi ortalama değerleri en yüksek görev yönelimi (4.06 ± 0.55) en düşük ise ego yönelimi (3.81 ± 0.68) alt boyutlarında iken; düşük algılanan kuvvete göre en yüksek ortalama değer görev yönelimi (3.81 ± 0.72) alt boyutunda en düşük değer ise ego yönelimi (3.34 ± 0.82) alt boyutundadır. Erkek sporcuların yüksek algılanan kuvvete göre hedef yönelimi ortalama değerleri en yüksek görev yönelimi (3.81 ± 0.53) en düşük ise ego yönelimi (3.33 ± 0.73) alt boyutlarında iken; düşük algılanan kuvvete göre en yüksek ortalama değer görev yönelimi (3.53 ± 0.68) alt boyutunda en düşük değer ise ego yönelimi (3.28 ± 0.72) alt boyutundadır. Yüksek algılanan kuvvete göre kadın sporcuların algılanan güdüsel iklim ortalama değerleri en yüksek ustalık iklimi (4.11 ± 0.51), en düşük ise performans iklimi (3.56 ± 0.71) alt boyutlarında iken düşük algılanan kuvvete göre en yüksek ortalama değer ustalık iklimi (3.86 ± 0.70), en düşük değer performans iklimi (3.28 ± 0.68) alt boyutu olarak belirlenmiştir. Yüksek algılanan kuvvete göre erkek sporcuların algılanan güdüsel iklim ortalama değerleri en yüksek ustalık iklimi (3.75 ± 0.66), en düşük ise performans iklimi (3.22 ± 0.71) alt boyutlarında iken; düşük algılanan kuvvete göre en yüksek ortalama değer ustalık iklimi (3.78 ± 0.57), en düşük değer performans iklimi (3.21 ± 0.66) alt boyutu olarak tespit edilmiştir.

Çizelge 3.9'da sporcuların hedef yöneliminin ve algılanan güdüsel iklimin algılanan kuvvete göre karşılaştırılmasına yönelik MANOVA sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.9: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Kuvvete Göre Karşılaştırılmasına MANOVA Sonuçları

Hotelling's Trace		Değer	F	Hipotez SD	Hata SD	Anlamlılık
Hedef	Kadın	0.101	4.97	2.00	98.00	0.01*
Yönelimi	Erkek	0.058	4.61	2.00	158.00	0.01*
Algılanan	Kadın	0.065	2.83	2.00	87.00	0.06
Güdüsel İklim	Erkek	0.001	0.09	2.00	149.00	0.91

* $p < 0.05$

Sporcuların hedef yönelimlerini ve algılanan güdüsel iklimi algılanan kuvvete göre test etmek amacıyla yapılan MANOVA sonuçları; algılanan kuvvete göre kadın ve erkek sporcuların hedef yönelimi puanlarında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğunu göstermiştir (Hotelling's $T^2 = 0.101$; $F_{(2, 98)} = 4.97$; $p < 0.05$; Hotelling's $T^2 = 0.058$; $F_{(2, 158)} = 4.61$; $p < 0.05$). Bunun yanı sıra, kadın ve erkek sporcuların algılanan kuvvet yeterliğine göre algılanan güdüsel iklim puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur (Hotelling's $T^2 = 0.065$; $F_{(2, 87)} = 2.83$; $p > 0.05$; Hotelling's $T^2 = 0.001$; $F_{(2, 149)} = 0.09$; $p > 0.05$).

Çizelge 3.10'da sporcuların hedef yönelimlerinin ve algılanan güdüsel iklimin algılanan kuvvet yeterliğine göre karşılaştırılmasına yönelik ANOVA sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.10: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Kuvvet Yeterliğine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Kuvvet Yeterliği	Değişkenler	Toplam Kare	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Anlam	η^2
Kadın	Ego Yönelimi	5.59	1	5.59	9.59	0.00*	0.09
	Görev Yönelimi	1.57	1	1.57	3.73	0.06	0.04
	Uсталık İklimi	1.34	1	1.34	3.45	0.07	0.04
	Performans İklimi	1.71	1	1.71	3.53	0.06	0.04
Erkek	Ego Yönelimi	0.09	1	0.09	0.16	0.69	0.00
	Görev Yönelimi	3.11	1	3.11	8.17	0.01*	0.05
	Uсталık İklimi	0.06	1	0.06	0.15	0.70	0.00
	Performans İklimi	0.01	1	0.01	0.01	0.91	0.00

* $p < 0.05$

Takiben yapılan ANOVA Analiz sonuçları; algılanan kuvvet yeterliği yüksek olan kadın sporcuların ego yönelimi puanlarının, algılanan kuvvet yeterliği düşük olan kadın sporcuların puanlarından daha yüksek olduğunu ($F_{(1, 101)} = 9.59$; $p < 0.05$), algılanan kuvvet yeterliği yüksek olan erkek sporcuların ise görev yönelimi puanlarının, algılanan kuvvet yeterliği düşük olan erkek sporcuların görev yönelimi puanlarından daha yüksek olduğunu ($F_{(1, 161)} = 8.17$; $p < 0.05$) ortaya koymuştur. Bununla birlikte, algılanan kuvvet yeterliği yüksek olan kadın sporcuların görev yönelimi puanları ile algılanan kuvvet yeterliği düşük olan kadın sporcuların görev

yönelimi puanları arasında ($F_{(1, 101)} = 3.73$; $p > 0.05$), algılanan kuvvet yeterliği yüksek olan erkek sporcuların ego yönelimi puanları ile algılanan kuvvet yeterliği düşük olan erkek sporcuların ego yönelimi puanları arasında fark olmadığını ortaya konmuştur ($F_{(1, 161)} = 0.16$; $p > 0.05$). Yapılan analizler sonucunda, hem kadın hem de erkek sporcuların algılanan güdüsel iklim puanları arasında algılanan kuvvete göre bir fark bulunamamıştır ($F_{(1, 90)} = 3.45$; 3.53 ; $p > 0.05$; ($F_{(1, 152)} = 0.15$; 0.01 ; $p > 0.05$).

3.5. Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan GÜdüsel İklimlerinin Algılanan Fiziksel Kondisyona Göre Karşılaştırılması

Çizelge 3.11’de sporcuların algılanan fiziksel kondisyona göre hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim ortalama ve standart sapma değerleri sunulmuştur.

Çizelge 3.11: Sporcuların Algılanan Fiziksel Kondisyona Göre Hedef Yönelimi ve Algılanan GÜdüsel İklime Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		Yüksek Algılanan Fiziksel Kondisyon		Düşük Algılanan Fiziksel Kondisyon	
		\bar{X}	SS	\bar{X}	SS
Hedef Yönelimi	KADIN				
	Ego Yönelimi	3.64	0.81	3.47	0.78
	Görev Yönelimi	3.89	0.68	3.92	0.63
	ERKEK				
	Ego Yönelimi	3.25	0.79	3.37	0.66
	Görev Yönelimi	3.79	0.59	3.55	0.64
Algılanan Güdüsel İklim	KADIN				
	Uсталık İklimi	3.95	0.76	3.94	0.56
	Performans İklimi	3.31	0.75	3.47	0.67
	ERKEK				
	Uсталık İklimi	3.78	0.97	3.74	0.56
	Performans İklimi	3.24	0.71	3.21	0.65

Kadın sporcuların yüksek algılanan fiziksel kondisyona göre hedef yönelimi ortalama değerleri en yüksek görev yönelimi (3.89 ± 0.68), en düşük ise ego yönelimi (3.64 ± 0.81) alt boyutlarında iken düşük algılanan fiziksel kondisyona göre en yüksek ortalama değer görev yönelimi (3.92 ± 0.63), en düşük değer ego yönelimi (3.47 ± 0.78) alt boyutu olarak belirlenmiştir. Erkek sporcuların yüksek algılanan fiziksel kondisyona göre hedef yönelimi ortalama değerleri en yüksek görev yönelimi (3.79 ± 0.59), en düşük ise ego yönelimi (3.25 ± 0.89) alt boyutlarında iken; düşük algılanan fiziksel kondisyona göre en yüksek ortalama değer görev yönelimi (3.55 ± 0.64), en düşük değer ego yönelimi (3.37 ± 0.66) alt boyutu olarak belirlenmiştir. Yüksek algılanan fiziksel kondisyona göre kadın sporcuların algılanan güdüsel iklim ortalama değerleri en yüksek ustalık iklimi (43.95 ± 0.76), en düşük ise performans iklimi (3.31 ± 0.75) alt boyutlarında iken; düşük algılanan fiziksel kondisyona göre en yüksek ortalama değer ustalık iklimi (3.94 ± 0.56), en düşük değer performans iklimi (3.47 ± 0.67) alt boyutu olarak belirlenmiştir. Yüksek algılanan fiziksel kondisyona göre erkek sporcuların algılanan güdüsel iklim ortalama değerleri en yüksek ustalık iklimi (3.78 ± 0.97), en düşük ise performans iklimi (3.24 ± 0.71) alt boyutlarında iken; düşük algılanan fiziksel kondisyona göre en yüksek ortalama değer ustalık iklimi (3.74 ± 0.56), en düşük değer performans iklimi (3.21 ± 0.65) alt boyutu olarak belirlenmiştir.

Çizelge 3.12’de sporcuların hedef yöneliminin ve algılanan güdüsel iklimin algılanan fiziksel kondisyona göre karşılaştırılmasına yönelik MANOVA sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.12: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Fiziksel Kondisyona Göre Karşılaştırılmasına Yönelik MANOVA Sonuçları

Hotelling’s Trace		Değer	F	Hipotez SD	Hata SD	Anlamlılık
Hedef Yönelimi	Kadın	0.019	0.94	2.00	99.00	0.39
	Erkek	0.078	6.25	2.00	160.00	0.00*
Algılanan Güdüsel İklim	Kadın	0.014	0.63	2.00	88.00	0.54
	Erkek	0.002	0.13	2.00	149.00	0.88

* $p < 0.05$

Sporcuların hedef yönelimlerini ve algılanan güdüsel iklimi algılanan fiziksel kondisyona göre test etmek amacıyla yapılan MANOVA sonuçları; kadın sporcuların algılanan fiziksel kondisyona göre hedef yönelimi puanları arasında istatistiksel anlamlı bir fark olmadığını gösterirken (Hotelling’s $T^2 = 0.019$; $F_{(2, 99)} = 0.94$; $p > 0.05$), erkek sporcuların hedef yönelimleri arasında istatistiksel olarak fark olduğunu göstermiştir (Hotelling’s $T^2 = 0.078$; $F_{(2, 160)} = 6.25$; $p < 0.05$). Kadın ve erkek sporcuların algılanan fiziksel kondisyona göre algılanan güdüsel iklim puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur (Hotelling’s $T^2 = 0.014$; $F_{(2, 88)} = 0.63$; $p > 0.05$; (Hotelling’s $T^2 = 0.002$; $F_{(2, 149)} = 0.13$; $p > 0.05$).

Çizelge 3.13'te sporcuların hedef yönelimlerinin ve algılanan güdüsel iklimin algılanan fiziksel kondisyona göre karşılaştırılmasına yönelik ANOVA sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.13: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Algılanan Fiziksel Kondisyona Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Algılanan Fiziksel Kondisyon	Değişkenler	Toplam Kare	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Anlam	η^2
Kadın	Ego Yönelimi	0.73	1	0.73	1.17	0.28	0.01
	Görev Yönelimi	0.03	1	0.03	0.07	0.79	0.00
	Uсталık İklimi	0.00	1	0.00	0.01	0.92	0.00
	Performans İklimi	0.55	1	0.55	1.11	0.30	0.01
Erkek	Ego Yönelimi	0.63	1	0.63	1.23	0.27	0.01
	Görev Yönelimi	2.23	1	2.23	5.75	0.02*	0.03
	Uсталık İklimi	0.08	1	0.08	0.21	0.65	0.00
	Performans İklimi	0.03	1	0.03	0.07	0.79	0.00

* $p < 0.05$

Takiben yapılan ANOVA Analiz sonuçları; algılanan fiziksel kondisyon yeterliği yüksek olan erkek sporcuların görev yönelimi puanlarının, algılanan fiziksel kondisyonu düşük olan erkek sporcuların puanlarından daha yüksek olduğunu ($F_{(1, 163)} = 5.75$; $p < 0.05$), kadın sporcuların ise algılanan fiziksel kondisyona göre hedef yönelimleri arasında bir fark olmadığını göstermektedir ($F_{(1, 102)} = 1.17$; 0.07 ; $p > 0.05$). Yapılan analizler, ayrıca, algılanan fiziksel kondisyon yeterliği yüksek olan erkek sporcuların ego yönelimi puanları ile algılanan fiziksel kondisyonu düşük olan erkek sporcuların ego yönelim puanları arasında fark olmadığını göstermiştir ($F_{(1, 163)} = 1.23$; $p > 0.05$). Kadın ve erkek sporcuların algılanan güdüsel iklim puanları arasında algılanan fiziksel kondisyona göre bir fark olmaması ise çalışmanın bir diğer sonucudur ($F_{(1, 91)} = 0.01$; 1.11 ; $p > 0.05$; $F_{(1, 152)} = 0.21$; 0.07 ; $p > 0.05$).

3.6. Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan GÜdüsel İklimlerinin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılması

Çizelge 3.14’de sporcuların spor deneyimine göre hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim ortalama ve standart sapma değerleri sunulmuştur.

Çizelge 3.14: Sporcuların Spor Deneyimine Göre Hedef Yönelimi ve Algılanan GÜdüsel İklim Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		1-3 Yıl Arası Spor Yapanlar		3-6 Yıl Arası Spor Yapanlar		6 Yıl ve Daha Fazla Spor Yapanlar	
		\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS
Hedef Yönelimi	KADIN						
	Ego Yönelimi	3.31	0.80	3.64	0.78	3.61	0.78
	Görev Yönelimi	3.95	0.66	3.90	0.66	3.75	0.67
	ERKEK						
	Ego Yönelimi	3.12	0.61	3.36	0.74	3.39	0.76
	Görev Yönelimi	3.59	0.60	3.63	0.69	3.71	0.57
Algılanan GÜdüsel İklim	KADIN						
	Uсталık İklimi	3.86	0.50	4.04	0.69	3.79	0.65
	Performans İklimi	3.36	0.64	3.51	0.74	3.20	0.68
	ERKEK						
Uсталık İklimi	3.75	0.57	3.71	0.71	3.82	0.50	

Performans	3.04	0.74	3.32	0.72	3.25	0.58
İklimi						

Yapılan tanımlayıcı analizlere göre, kadın sporcuların spor deneyimine göre hedef yönelimi ortalama değerleri ego yönelimi alt boyutunda en yüksek 3-6 yıl arası spor yapanlara (3.64 ± 0.78) ait iken; en düşük ortalama değere 1-3 yıl arası spor yapanlar (3.31 ± 0.80) sahiptir. Bunun yanı sıra, görev yönelimi alt boyutunda en yüksek ortalama değeri 1-3 yıl arası spor yapanlar (3.95 ± 0.66) elde ederken, en düşük ortalama değeri 6 yıl ve daha fazla spor yapanlar (3.75 ± 0.67) elde etmişlerdir. Ego yönelimi alt boyutunda en yüksek ortalama değeri 6 yıl ve daha fazla spor yapan erkek sporcular (3.39 ± 0.76) elde ederken, en düşük ortalama değeri 1-3 yıl arası spor yapan erkek sporcular (3.12 ± 0.61) elde etmiştir. Görev yönelimi alt boyutunda ise en yüksek ortalama değerlere 6 yıl ve daha fazla spor yapan erkek sporcular, en düşük ortalama değere ise 1-3 yıl arası spor yapan erkek sporcular sahiptir. Kadın katılımcıların spor deneyimine göre algılanan güdüsel iklim ortalama değerleri ustalık iklimi alt boyutunda en yüksek 3-6 yıl arası spor yapanlarda (4.04 ± 0.69) iken; en düşük ortalama değer 6 yıl ve daha fazla spor yapanlarda (3.79 ± 0.65) görülmüştür. Performans iklimi alt boyutunda ise en yüksek ortalama değeri 3-6 yıl arası spor yapanlar (3.51 ± 0.74) elde ederken; en düşük ortalama değeri 6 yıl ve daha fazla spor yapanlar (3.20 ± 0.68) elde etmiştir. Spor deneyimine göre ustalık iklimi alt boyutunda en yüksek ortalama değere erkek sporculardan 6 yıl ve daha fazla spor yapanlar (3.82 ± 0.50) sahipken, en düşük ortalama değere 3-6 yıl arası spor yapanlar (3.71 ± 0.71) sahiptir. Performans ikliminde ise en yüksek ortalama değer 3-6 yıl arası spor yapanların (3.32 ± 0.72), en düşük ortalama değer ise 1-3 yıl arası spor yapanların (3.04 ± 0.74) elde ettiği bulunmuştur.

Çizelge 3.15’de sporcuların hedef yönelimlerinin ve algılanan güdüsel iklimin spor deneyimine göre karşılaştırılmasına yönelik çok yönlü varyans analiz (MANOVA) sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.15: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik MANOVA Sonuçları

Hotelling’s Trace		Değer	F	Hipotez SD	Hata SD	Anlamlılık
Hedef Yönelimi	Kadın	0.086	2.05	4.00	192.00	0.09
	Erkek	0.025	0.98	4.00	314.00	0.42
Algılanan Güdüsel İklim	Kadın	0.046	0.98	4.00	170.00	0.42
	Erkek	0.034	1.27	4.00	302.00	0.28

Sporcuların hedef yönelimlerini spor deneyimine göre test etmek amacıyla yapılan MANOVA sonuçları; kadın ve erkek sporcuların spor deneyimine göre hedef yönelim puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur (Hotelling’s $T^2 = 0.086$; $F_{(4, 192)} = 2.05$; $p > 0.05$; Hotelling’s $T^2 = 0.025$; $F_{(4, 314)} = 0.98$; $p > 0.05$). Benzer bir şekilde yapılan analizler, kadın ve erkek sporcuların spor deneyimine göre algılanan güdüsel iklim puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir (Hotelling’s $T^2 = 0.046$; $F_{(4, 170)} = 0.98$; $p > 0.05$; Hotelling’s $T^2 = 0.034$; $F_{(4, 302)} = 1.27$; $p > 0.05$).

Çizelge 3.16'da sporcuların hedef yönelimlerinin ve algılanan güdüsel iklimin spor deneyimine göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü ANOVA sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.16: Sporcuların Hedef Yönelimlerinin ve Algılanan Güdüsel İklimin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Spor Deneyimi	Değişkenler	Toplam Kare	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Anlam	η^2
Kadın	Ego Yönelimi	2.39	2	1.19	1.93	0.15	0.04
	Görev Yönelimi	0.58	2	0.29	0.66	0.52	0.01
	Ustalık İklimi	0.94	2	0.47	1.12	0.33	0.02
	Performans İklimi	1.34	2	0.67	1.37	0.26	0.03
Erkek	Ego Yönelimi	1.83	2	0.92	1.75	0.18	0.02
	Görev Yönelimi	0.35	2	0.18	0.45	0.64	0.01
	Ustalık İklimi	0.41	2	0.20	0.56	0.57	0.01
	Performans İklimi	1.76	2	0.88	1.92	0.15	0.03

Takiben yapılan ANOVA Analiz sonucunda, kadın ve erkek sporcuların spor deneyimine göre hedef yönelim puanları ($F_{(1, 101)} = 1.93$; 0.66 ; $p > 0.05$; $F_{(1, 162)} = 1.75$; 0.45 ; $p > 0.05$) arasında bir fark olmadığı bulunmuştur. Benzer bir şekilde kadın ve erkek sporcuların spor deneyimine göre algılanan güdüsel iklim puanları arasında da bir fark olmadığı bulunmuştur ($F_{(2, 90)} = 1.12$; 1.37 ; $p > 0.05$; $F_{(2, 153)} = 0.56$; 1.92 ; $p > 0.05$).

3.7. Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılması

Çizelge 3.17’de sporcuların spor deneyimine göre algılanan fiziksel yeterlik ortalama ve standart sapma değerleri sunulmuştur.

Çizelge 3.17: Sporcuların Spor Deneyimine Göre Algılanan Fiziksel Yeterlik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

		1-3 Yıl Arası Spor Yapanlar		3-6 Yıl Arası Spor Yapanlar		6 Yıl ve Daha Fazla Spor Yapanlar	
Algılanan Fiziksel Yeterlik		\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS
KADIN	Sportif Yeterlik	3.06	0.55	3.24	0.51	3.15	0.59
	Fiziksel Kondisyon	3.01	0.50	3.26	0.47	3.23	0.64
	Algılanan Kuvvet	2.89	0.69	3.17	0.49	3.23	0.57
ERKEK	Sportif Yeterlik	3.03	0.45	3.24	0.44	3.15	0.56
	Fiziksel Kondisyon	2.96	0.56	3.14	0.47	3.17	0.49
	Algılanan Kuvvet	2.83	0.58	2.94	0.52	3.11	0.55

Yapılan analizlere göre, kadın sporcuların algılanan fiziksel yeterlik ortalama değerleri sportif yeterlik alt boyutunda en yüksek 3-6 yıl arası spor yapan grupta (3.24 ± 0.51) iken, en düşük ortalama değerler 1-3 yıl arası spor yapan gruptadır (3.06 ± 0.55). Fiziksel kondisyon alt boyutunda en yüksek ortalama değer 3-6 yıl arası spor yapan gruba (3.26 ± 0.47) aitken, en düşük ortalama değer 1-3 yıl arası spor

yapan gruba (3.01 ± 0.50) aittir. Algılanan fiziksel yeterliğin kuvvet alt boyutunda ise en yüksek ortalama değer 6 yıl ve daha fazla spor yapan sporcularda (3.23 ± 0.57) görülürken, en düşük ortalama değer 1-3 yıl arası spor yapan sporcularda (2.89 ± 0.69) görülmektedir. Erkek sporcuların algılanan fiziksel yeterlik ortalama değerleri sportif yeterlik alt boyutunda en yüksek 3-6 yıl arası spor yapan grupta (3.24 ± 0.44) iken, en düşük ortalama değer 1-3 yıl arası spor yapan gruptadır (3.03 ± 0.45). Fiziksel kondisyon alt boyutunda en yüksek ortalama değer 6 yıl ve daha fazla spor yapan gruba (3.17 ± 0.479) aitken, en düşük ortalama değer 1-3 yıl arası spor yapan gruba (2.96 ± 0.56) aittir. Algılanan fiziksel yeterliğin kuvvet alt boyutunda ise en yüksek ortalama değer 6 yıl ve daha fazla spor yapan sporcularda (3.11 ± 0.55) görülürken, en düşük ortalama değer 1-3 yıl arası spor yapan sporcularda (2.83 ± 0.58) görülmektedir.

Çizelge 3.18’de sporcuların algılanan fiziksel yeterliklerinin spor deneyimine göre karşılaştırılmasına yönelik MANOVA sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.18: Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik MANOVA Sonuçları

Spor Deneyimi	Hotelling’s Trace	Değer	F	Hipotez SD	Hata SD	Anlamlılık
Algılanan Fiziksel Yeterlik	Kadın	0.093	1.393	6.00	180.00	0.22
	Erkek	0.077	2.05	6.00	318.00	0.06

Sporcuların algılanan fiziksel yeterliklerini spor deneyimine göre test etmek amacıyla yapılan MANOVA sonuçları; kadın ve erkek sporcuların spor deneyimine göre algılanan fiziksel yeterlik puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur (Hotelling’s $T^2 = 0.093$; $F_{(6, 180)} = 1.39$; $p > 0.05$; Hotelling’s $T^2 = 0.077$; $F_{(6, 318)} = 2.05$; $p > 0.05$).

Çizelge 3.19’da sporcuların algılanan fiziksel yeterliklerinin spor deneyimine göre karşılaştırılmasına yönelik tek yönlü ANOVA sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.19: Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Spor Deneyimi	Değişkenler	Toplam Kare	Serbestlik Derecesi	Ortalama Kare	F	Anlam	η^2
Kadın	Sportif Yeterlik	0.59	2	0.29	0.99	0.37	0.21
	Fiziksel Kondisyon	1.16	2	0.58	2.16	0.12	0.04
	Algılanan Kuvvet	1.89	2	0.95	2.86	0.06	0.06
Erkek	Sportif Yeterlik	0.96	2	0.48	1.96	0.15	0.02
	Fiziksel Kondisyon	1.16	2	0.58	2.31	0.10	0.03
	Algılanan Kuvvet	1.99	2	0.99	3.38	0.04*	0.04

* $p < 0.05$

Takiben yapılan ANOVA Analiz sonucunda, kadın sporcuların spor deneyimine göre algılanan fiziksel yeterlik puanları arasında bir fark olmadığı bulunmuştur ($F_{(2, 96)} = 0.99; 2.16; 2.86; p > 0.05$). Elde edilen diğer bir bulgu da erkek sporcuların spor deneyimine göre algılanan fiziksel yeterlik puanları arasında sadece algılanan kuvvet alt boyutunda fark olduğu ($F_{(2, 165)} = 3.38; p < 0.05$), diğer alt boyutlarda ise anlamlı bir fark olmadığı göstermiştir ($F_{(2, 165)} = 1.96; 2.31; p > 0.05$).

Çizelge 3.20’de erkek sporcuların algılanan fiziksel yeterliklerinin spor deneyimine göre karşılaştırılmasına yönelik Çok Yönlü Karşılaştırma sonuçları sunulmuştur.

Çizelge 3.20: Erkek Sporcuların Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Spor Deneyimine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Çok Yönlü Karşılaştırma Analiz Sonuçları

Değişken	Spor Deneyimi		Toplam Fark	Standart Hata	Anlam
Algılanan Kuvvet	1	2	-10	0.11	0.36
		3	-27	0.11	0.02*
LSD	2	1	0.10	0.11	0.06
		3	-17	0.09	0.08
Bonferroni	3	1	0.27	0.11	0.02*
		2	0.17	0.09	0.08
Algılanan Kuvvet	1	2	-10	0.11	1.00
		3	-27	0.11	0.04*
Bonferroni	2	1	0.10	0.11	1.00
		3	-17	0.09	0.24
Bonferroni	3	1	0.27	0.11	0.04*
		2	0.17	0.09	0.24

* p<0.05

Yapılan analiz sonuçları, spor deneyimine göre 6 yıl ve daha fazla spor yapan erkek sporcuların algılanan kuvvet puanlarının, 1-3 yıl spor yapan erkek sporcuların puanlarından yüksek olduğunu ortaya koymuştur (p<0.05).

4. TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı sporcuların hedef yönelimleri, algılanan güdüsel iklim ve algılanan fiziksel yeterliklerinin cinsiyete ve spor deneyimine göre karşılaştırılmasıdır. Bu amaç doğrultusunda elde edilen bulgular aşağıda ele alınmıştır.

Yapılan tanımlayıcı analizler sonucunda, sporcuların görev yönelimi puanları ego yönelimi puanlarından, ustalık iklimi puanları performans iklimi puanlarından ve sportif yeterlik puanları ise diğer fiziksel yeterlik alt boyut (algılanan kuvvet, algılanan fiziksel yeterlik) puanlarından yüksek bulunmuştur. Sporcuların hem görev hem de ustalık iklimi puanlarının yüksek olması literatürde yer alan pek çok çalışma ile paralellik göstermektedir (Cresswell, Hodge ve Kidman, 2003; Murcia, Gimeno ve Coll, 2008). Örneğin, Roberts ve Ommundsen, (1996) yapmış oldukları çalışma sonucunda, yüksek görev yönelimli sporcuların güdüsel iklim olarak ustalık iklimini algıladıklarını ve görev yönelimli hedeflere sahip sporcuların ustalık iklimine sahip ortamlarda daha başarılı olduklarını ortaya koymuşlardır. Başka bir çalışmada ise, Gano-Overway, Guivernau, Magyar, Waldron ve Ewing (2002) 202 kadın voleybolcu ile bireysel spor yapan kadın sporcuların hedef yönelimleri, algılanan güdüsel iklim ve sportmenlikleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışma sonucunda, görev yönelimli voleybolcuların rakibe daha çok saygı duyduğunu ve takım ortamında da güdüsel iklim olarak ustalık iklimini algılandıklarını bulmuşlardır. Murcia, Gimeno ve Coll, (2008) algılanan güdüsel iklim, hedef yönelimi ve optimal performans duygu durumu arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışma sonucunda, ustalık iklimi ile görev yönelimi, performans iklimi ile ego yönelimi arasında pozitif ilişki bulmuşlardır. Meganck, Lintunen, Ojala, Välimaa, Tynjälä, Vanden Auweele ve Kannas (2003), takım sporlarında yer alan sporcular ile bireysel sporlarda yer alan sporcuların hedef yönelimlerini karşılaştırmışlardır. Bu çalışma sonucunda da, takım sporlarında yer alan sporcuların görev yönelimi puanlarının bireysel sporlarda yer alan sporcuların puanlarından daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Başka bir

çalışmada da, Digelidis, Della ve Papaioannou (2005), 674 öğrencinin algılanan güdüsel iklim, hedef yönelimleri, fiziksel yeterlikleri ve egzersize katılma sıklıkları arasındaki ilişkiyi incelemişler ve haftada iki günden fazla egzersize katılanların sportif yeterlik, görev yönelimi ve ustalık iklimi puanlarının diğerlerinden daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Bu sonuca ek olarak Digelidis ve arkadaşları (2005), görev yönelimi ile ustalık iklimi arasında pozitif ilişki ortaya koymuşlardır. Shafizadeh (2007), 163 öğrenci üzerinde yapmış olduğu çalışmada, görev yönelimi, ustalık iklimi ve içsel güdülenme arasında pozitif ilişki olduğunu tespit etmiştir. Spray, Wang, Biddle ve Chatzisarantis (2006), yapmış oldukları deneysel çalışmada golf toplarını 1 metrelik mesafede bulunan deliklere atma görevini verdikleri katılımcıları iki gruba ayırarak test etmişlerdir. 1 hafta öncesinden yapılan hedef yönelimi anketi sonucuna göre katılımcılar görev ve ego yönelimli olmak üzere iki gruba ayrılmışlardır. Çalışma sonucunda görev yönelimli hedeflere sahip katılımcıların performanslarının ego yönelimlilere göre daha iyi olduğu bulunmuştur.

Genel olarak elde edilen bulgular ve diğer çalışma sonuçları değerlendirildiğinde, görev yöneliminde, beceri öğrenimi, yeni beceri öğrenme, görevde ustalığı gösterme, benlik gelişimi ve sıkı çalışma (Moran, 2004), ustalık ikliminde de benzer bir şekilde sporcunun kendi gelişimi, beceri artırımı ve ortaya konulan çaba gibi kavramlar yer almaktadır. Kendi değerlerini kullanmaya eğilimli olan görev yönelimi yüksek bir bireyin kriteri, gelişme ve başarıdır. Bu kişinin en büyük odak noktası yeni şeyler öğrenmek, başarıda kişisel gelişim ve görevin gereklerini karşılamaktır (White, Kavussanu, Tank ve Wingate, 2004). Bu nedenle, görev yönelimi puanları yüksek olan sporcuların algıladıkları güdüsel iklimi ustalık iklimi olarak algıladıklarını söyleyebiliriz. Bununla birlikte, bireysel olarak sahip olunan hedef yöneliminin, algılanan güdüsel iklimin de etkisiyle güçlendiğini, zayıfladığını veya bazen de tersine dönebildiğini gözlemleyebiliriz (Toros, 2002). Hein ve Müür (2004)'ün çalışmasında, bireylerin fiziksel aktivitelerindeki, davranışların, duyguların, algılamaların, ısrarın ve hatta çabanın dahi iklimleri etkileyebileceği belirtilmiştir. Aynı çalışmada, ego yöneliminde, bireyin kendi amaçları için bir görevle meşgul olmadaki isteklilikte azalma olasıyken, yüksek görev yöneliminde içsel motivasyonun daha yüksek olduğu da belirtilmiştir.

Sporcuların sportif yeterlik puanlarının yüksek olmasını ise sporcuların takım sporlarında görev almaları, müsabaka döneminde yer almaları ve bu nedenle de genel olarak sportif anlamda kendilerini yeterli algılamaları ile açıklayabiliriz. Williams ve Gill (1995), yaptıkları çalışma sonucunda, görev yönelimi puanları yüksek olan sporcuların algılanan fiziksel yeterlik puanlarının da yüksek olduğunu ve görev yöneliminin özellikle kadın sporcular için eforun kuvvetli bir belirleyicisi olduğunu bulmuşlardır.

Yapılan analizler, kadın sporcuların hem ego yönelim hem de görev yönelim puanlarının erkek sporcuların hedef yönelimi puanlarından daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Literatürde yer alan pek çok çalışmanın sonucu, erkeklerin daha çok ego yönelimli, kadınların ise görev yönelimli olduğu yönündedir (Duda, 1989; Duda ve Hom, 1993; Li, Harmer ve Acock, 1996; Keller ve Bless, 2008). Elde edilen bu bulgu, kadın sporcuların hem beceri öğrenimi, yeni beceri öğrenme, görevde ustalığı gösterme, sıkı çalışma hem de başarıya üstün yeteneği kanıtlayarak ve rakiplerini mağlup ederek ulaşılacağı inancı üzerine odaklandıklarını göstermektedir. Başka bir deyişle, bu iki hedef yöneliminin aynı sürekliliğin iki kutbu olmaktan çok ortogonal olduğu, belirli derecelerde her sporcuda bulunduğu (Jagacinski ve Nicholls, 1984; Kavussanu ve Ntoumanis, 2003) ve bu iki bağımsız başarı düşüncesinin kombinasyonunun sporcuyu betimlediği söylenebilir (Nicholls, Cobb, Yackel, Wood ve Wheatley, 1990). Buna göre, bu iki hedef yönelimin her ikisi de yüksek yada düşük; ikisinden biri düşük diğeri yüksek olabilmektedir (Duda, 1998). Kadın sporcuların her iki hedef yönelimi puanlarının erkek sporcuların puanlarından yüksek olmasını, yapılan spor branşlarının farklı olmasına bağlayabiliriz. Kadın sporcuların yer aldığı branşların özellikle Türk toplumunda kadın sporu olarak adlandırılan ve kadınların daha fazla ilgi gösterdikleri, kendilerini daha başarılı hissettikleri hentbol ve voleybol branşlarının olması elde edilen bulgunun bir nedeni olarak gösterilebilir. Bu sonuca paralel olarak, Chie-der, Chen, Hung-yu ve Li-Kang (2003), basketbol oyuncularının algıladıkları güdüsel iklimi, hedef yönelimlerini, fiziksel yeterliklerini ve güven duygularını cinsiyete göre karşılaştırdıkları çalışma sonucunda, kadın sporcuların hem görev yönelimi hem de ustalık iklimi puanlarının erkek sporcuların puanlarından yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Bununla

birlikte, yazılı kaynaklarda bu sonucu desteklemeyen bazı çalışmalar da yer almaktadır. Örneğin, Byoung ve Gill (1997) tarafından yapılan çalışmada, görev ve ego yönelim düzeylerinin cinsiyetler açısından farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Elde edilen bir diğer bulgu da, kadın sporcuların ustalık iklimi puanlarının erkek sporcuların ustalık iklimi puanlarından daha yüksek olduğu ancak kadın sporcular ile erkek sporcuların performans iklimi puanları arasında fark olmamasıdır. Literatürde yer alan bazı çalışmalar elde edilen bulguları destekler nitelikte iken bazı çalışma sonuçları ise desteklememektedir. Papaioannou (1998), 310 öğrenciyle yaptığı bir çalışmada, kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi sınıf ortamını nasıl algıladıklarını ölçmüştür. Çalışma sonucunda Papaioannou (1998), öğrencilerin algıladıkları güdüsel iklimin ustalık iklimi olduğu ve bu iklimin öğrencilerin güdülenmesini arttırdığını ortaya koymuştur. Toplumlar ve kültürler arası farklılıklardan kaynaklanan bu farklı sonuçlar aynı zamanda branşlara göre de farklılıklar gösterebilmektedir. Örneğin, Vosloo, Ostrow ve Watson (2009), yüzücüler üzerinde yaptıkları çalışma sonucunda, kadın sporcuların hem görev yönelimi hem de ustalık iklimi puanlarının erkek sporculardan yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Benzer bir şekilde, Murcia ve arkadaşları (2008) da algılanan güdüsel iklim, hedef yönelimi ve optimal performans duygu durumu arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışma sonucunda, erkek katılımcıların ego yönelimi ve performans iklimi puanlarını kadın katılımcıların puanlarından yüksek, kadın katılımcıların da görev yönelimi ve ustalık iklimi puanlarını erkek katılımcıların puanlarından daha yüksek bulmuşlardır. Başka bir çalışmada ise, White, Kavussanu ve Guest (1998), bireye anlam ifade eden başka insanlar tarafından (koç, anne, baba) oluşturulan güdüsel iklimlerin algılanması ve hedef yönelimleri arasındaki ilişkileri araştırmışlardır. Çalışma sonuçları, hedef yönelimleri, bireye anlam ifade eden diğerleri tarafından yaratılan güdüsel iklim ile farklı şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir. Görev yönelimi, koç ve anne, baba tarafından yaratılan, algılanan güdüsel iklimle ilişkili bulunmuştur. Diğer taraftan ego yönelimli iklim algılanması, baba tarafından yaratılan, efor sarf etmeden başarı kazanımı iklimi ve anne-baba tarafından yaratılan, endişe yansıtan iklimle ilişkili bulunmuştur. Özellikle elde edilen bulguları cinsiyet açısından ele aldığımızda, kadın sporcuların hem görev hem

ego yönelim puanlarının erkek sporcuların puanlarından yüksek olmasında son zamanlarda kadınların spora katılımının artması ve hem antrenörlerin hem de ebeveynlerin kız çocuklarını spora katılım anlamında daha fazla desteklemelerinin de büyük etkisi olduğunu söyleyebiliriz.

Algılanan fiziksel yeterliğe göre yapılan analizler, kadın ve erkek sporcuların algılanan fiziksel yeterlik puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur. Ancak, kadın ve erkek sporcuların hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim puanları ayrı ayrı algılanan fiziksel yeterlik alt boyutlarına göre ele alındığında bazı farklılıklar tespit edilmiştir. Algılanan sportif yeterliği yüksek olan kadın ve erkek sporcuların görev yönelimi puanları, algılanan sportif yeterliği düşük olan kadın ve erkek sporcuların puanlarından daha yüksek bulunurken, yüksek algılanan sportif yeterliğe sahip kadın ve erkek sporcular ile düşük algılanan sportif yeterliğe sahip kadın ve erkek sporcuların ego yönelim puanları arasında fark bulunamamıştır. Bu sonuca paralel olarak, Spray ve Wang (2001), 511 İngiliz öğrenci üzerinde yaptıkları çalışma sonrasında, algılanan fiziksel yeterliği yüksek olan katılımcıların görev ve ego yönelim puanlarının da yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Diğer bir bulgu da, algılanan kuvvet yeterliği yüksek olan kadın sporcuların ego yönelimi puanlarının, algılanan kuvvet yeterliği düşük olan kadın sporcuların puanlarından daha yüksek olduğudur. Chie-der ve arkadaşlarının (2003) yaptığı çalışma sonucunda, kadın sporcuların ego yönelim puanları ile yeteneğini sergileme ve fiziksel performans alt boyut puanları arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bununla birlikte, algılanan kuvvet yeterliği yüksek olan kadın sporcuların görev yönelimi puanları ile algılanan kuvvet yeterliği düşük olan kadın sporcuların görev yönelimi puanları arasında fark olmadığı bulunmuştur. Yüksek algılanan kuvvet yeterliğine sahip kadın sporcuların, ego yönelim puanlarının yüksek olması sosyal karşılaştırma çerçevesinde ele alınan ve diğerlerinden üstün olma ilkesine dayanan ego yönelimi ile örtüşmektedir. Bu anlamda, algılanan kuvvet yeterliği yüksek olan kadın sporcular için daha az çaba ile rakiplerini yenme ve diğerlerinden daha iyi performans gösterme düşüncesi içerisinde oldukları söylenebilir. Fiziksel olarak kendilerini kuvvetli algılayan bu sporcular, spor ortamında da, takım arkadaşlarını ve

rakiplerini kendi yeteneği için bir standart olarak kullanarak diğerlerinden üstün ve zirvede oldukça performanslarından memnun olmaktadır.

Yapılan analizler sonucunda ortaya çıkan bir diğer bulgu da, algılanan kuvvet ve algılanan fiziksel kondisyon yeterliği yüksek olan erkek sporcuların ise görev yönelimi puanlarının, algılanan kuvvet ve fiziksel kondisyon yeterliği düşük olan erkek sporcuların görev yönelimi puanlarından daha yüksek olduğunu, ancak ego yönelimi puanları arasında fark olmadığını ortaya koymuştur. Kadın sporculardan farklı olarak erkek sporcularda algılanan kuvvet ve algılanan fiziksel kondisyon yeterliği yüksek olanların görev yönelimli olmalarını, erkek sporcuların kendi yeterliklerine karar vermede kişisel performanslarını temel almaları, kadınların ise yeterliklerine karar vermede kendi performanslarının yanı sıra rakiplerinin performansları ile ilgili algılarına da yer vermeleri ile açıklayabiliriz. Bunun yanı sıra, elde edilen bulgular, kadın sporcuların algılanan fiziksel kondisyona göre hedef yönelimi puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir

Kadın ve erkek sporcuların algılanan sportif yeterliğe, algılanan kuvvet yeterliğine ve algılanan fiziksel kondisyona göre algılanan güdüsel iklim puanları arasında bir fark bulunamamıştır. Sporcuların algılanan fiziksel yeterliğe göre güdüsel iklim tercihlerinin kadın ve erkek sporcular için farklılık göstermemesini, sporcuların algılanan fiziksel yeterlik alt boyutlarının tümünde benzer puanlara sahip olmaları ve her iki güdüsel iklimde de algılanan fiziksel yeterliğin bir etkisinin bulunmaması ile açıklayabiliriz.

Kadın ve erkek sporcuların hedef yönelim, algılanan güdüsel iklim ve algılanan fiziksel yeterlik puanları spor deneyimine göre karşılaştırıldığında da bu değişkenler arasında bir fark olmadığı ortaya konulmuştur. Ancak, takiben yapılan analizler spor deneyimine göre 6 yıl ve daha fazla spor yapan erkek sporcuların algılanan kuvvet puanlarının, 1-3 yıl spor yapan erkek sporcuların puanlarından yüksek olduğunu göstermiştir. 6 yıl ve daha fazla spor yapan grubun kendilerini diğer gruba göre daha kuvvetli hissetmelerini spor deneyimlerine, daha fazla antrenman yapmalarına ve daha fazla müsabakalara katılmalarına bağlayabiliriz. 1-3

yıl arasında spor deneyimine sahip sporculara göre 6 yıl ve daha fazla spor deneyimi olan sporcular fiziksel anlamda kendilerini daha yeterli ve daha kuvvetli hissedebilmektedirler.

Araştırmacıların, görev yöneliminin mi yoksa ego yöneliminin mi daha iyi olduğunu tartışmalarına rağmen, literatürün çoğunluğu görev yöneliminin, başarı durumlarında olumlu davranış geliştirmede daha etkili olduğunu ortaya koymuştur. Gerek bu çalışmanın bulguları gerekse diğer çalışmaların bulguları (Duda, 1989; Duda ve Hom, 1993; Erpic, Boben, Skof, Zabukovec ve Baric, 2004; Hein ve Müür, 2004; Li, Harmer ve Acock, 1996; Keller ve Bless, 2008; Papaioannou, 1994) değerlendirildiğinde, spor ortamında hedef yöneliminin görev yönelimi, algılanan güdüsel iklimin ise ustalık iklimi olmasının, bireysel gelişmede, güdüsel unsurların benimsenmesinde ve sporcuların güdülenmesinin sağlanmasında daha önemli olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra, güdülenme ile yakından ilişkili olan algılanan fiziksel yeterlik de spora başlama, devam ettirme ve hatta sporu bırakmada dahi önemli bir role sahiptir. Sporcu eğer kendini fiziksel anlamda yeterli hissediyorsa o spor branşında başarıya ulaşmak adına diğerlerinden daha fazla güdülenmektedir. Özellikle bu çalışma sonucunda sportif yeterlik ve algılanan fiziksel kondisyon puanı yüksek olan sporcuların görev yönelimli olmalarını bu sporcuların sporda algılanan başarıyı, beceri gelişimine, görevde ustalaşmaya, sıkı çalışmaya ve etkinlik üzerinde yoğun ilgiye bağlamaları ile ilişkilendirebiliriz.

5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

5.1. SONUÇLAR

Sporcuların hedef yönelimleri, algılanan güdüsel iklim ve algılanan fiziksel yeterliklerinin cinsiyete ve spor deneyimine göre karşılaştırılması amacı ile yapılan bu çalışmanın sonuçları aşağıda maddeler halinde sunulmuştur:

1. Sporcuların görev yönelimi puanları (3.75 ± 0.64), ego yönelimi puanlarından (3.40 ± 0.74) yüksek bulunmuştur.
2. Sporcuların ustalık iklimi puanlarının (3.81 ± 0.62) performans iklimi puanlarından (3.27 ± 0.69) yüksek olduğu ortaya konmuştur.
3. Sporcuların sportif yeterlik puanları (3.15 ± 0.51) diğer fiziksel yeterlik alt boyut (algılanan kuvvet, algılanan fiziksel yeterlik) puanlarından yüksek bulunmuştur.
4. Kadın sporcuların hem ego yönelim (3.54 ± 0.79) hem de görev yönelim puanları (3.90 ± 0.66) erkek sporcuların hedef yönelimi puanlarından daha yüksek bulunmuştur.
5. Kadın sporcuların ustalık iklimi puanları (3.94 ± 0.65) erkek sporcuların ustalık iklimi puanlarından (3.77 ± 0.60) daha yüksektir.
6. Kadın sporcular ile erkek sporcuların performans iklimi puanları arasında fark bulunamamıştır ($p>0.05$).
7. Kadın ve erkek sporcuların algılanan fiziksel yeterlik puanları arasında fark bulunamamıştır ($p>0.05$).
8. Algılanan sportif yeterliği yüksek olan kadın ve erkek sporcuların görev yönelimi puanları, algılanan sportif yeterliği düşük olan kadın ve erkek sporcuların puanlarından daha yüksek bulunmuştur ($p<0.05$).
9. Algılanan kuvvet yeterliği yüksek olan kadın sporcuların ego yönelimi puanlarının, algılanan kuvvet yeterliği düşük olan kadın sporcuların puanlarından daha yüksek olduğu ortaya konmuştur ($p<0.05$).

10. Algılanan kuvvet yeterliği yüksek olan erkek sporcuların ise görev yönelimi puanları, algılanan kuvvet yeterliği düşük olan erkek sporcuların görev yönelimi puanlarından daha yüksek olarak belirlenmiştir ($p<0.05$).
11. Algılanan fiziksel kondisyon yeterliği yüksek olan erkek sporcuların görev yönelimi puanları, algılanan fiziksel kondisyonu düşük olan erkek sporcuların puanlarından daha yüksektir ($p<0.05$).
12. Kadın sporcuların spor deneyimine göre hedef yönelim puanları arasında bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).
13. Erkek sporcuların spor deneyimine göre hedef yönelim puanları arasında bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).
14. Kadın sporcuların spor deneyimine göre algılanan güdüsel iklim puanları arasında da bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).
15. Erkek sporcuların spor deneyimine göre algılanan güdüsel iklim puanları arasında da bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).
16. Kadın sporcuların spor deneyimine göre algılanan fiziksel yeterlik puanları arasında bir fark olmadığı ortaya konmuştur ($p>0.05$).
17. Erkek sporcuların spor deneyimine göre algılanan fiziksel yeterlik puanları arasında sadece algılanan kuvvet alt boyutunda fark varken ($p<0.05$).; diğer alt boyutlarda ise anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).

5. 2. ÖNERİLER

Bu çalışmada, sporcuların hedef yönelimleri, algılanan güdüsel iklim ve algılanan fiziksel yeterliklerinin cinsiyete ve spor deneyimine göre karşılaştırılması amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular ışığında çalışmanın sınırlılıkları da göz önünde bulundurularak antrenörlere, bilim insanlarına, eğitmenlere ve ileride yapılacak çalışmalara yardımcı olması amacıyla aşağıdaki öneriler sunulmuştur:

Hem rekabet hem de dayanışmanın en yoğun olarak yaşandığı ortamlardan birisi de spor ortamıdır. Spor, içeriği gereği bu özelliklerin ortaya çıkmasını sağlar. Rekabet ve dayanışma davranışlarının ortaya çıkmasını sağlayan tek özellik sporcular arasındaki ilişkiler değil, aynı zamanda, antrenörün öğrenme için oluşturduğu spor ortamıdır. Bu bağlamda, antrenörlerin sporcular için yarattığı algılanan güdüsel iklim büyük önem taşımaktadır. Özellikle bu çalışma sonucunda elde edilen bulgular ele alındığında;

Antrenörler tarafından sporcuların algıladıkları güdüsel iklimin ne olduğunun öğrenilmesi ile onların algılamalarının hangi yönde değiştirileceği yada antrenörlerin spor ortamını hangi yönde geliştirmesi gerekeceği ortaya konabilir. Örneğin, beceri öğrenimi, teknik gelişimi, iş birliği, sıkı çalışma gibi kavramların temel olduğu bir antrenman programı ile sporculara ustalık iklimi yaratılabilirken, rekabetin yoğun olduğu, sporcuları birbirleri ile kıyaslama içeren, daha az çaba ile rakibini yenmeye yönelik antrenman programları ile performans iklimi oluşturulabilir. Ustalık ikliminde antrenörler sporcuların kendi geçmiş performanslarını bir ölçü olarak alırlarken, performans ikliminde rakiplerinin performanslarını bir ölçü olarak belirlerler. Buna bağlı olarak, yüksek performans için istenilen durum her iki güdüsel iklimin de yeterli seviyede kullanılmasıdır.

Sporcuların başarıyı ve başarısızlığı nasıl algıladıkları ortaya konarak hangi özel hedeflerin belirlenmesi gerektiği ortaya konabilir. Sporcu eğer görev yönelimli

ise antrenman yapmayı, yeni beceriler öğrenmeyi, fazla çaba sarfetmeyi, iş birliğini ve bir önceki performansından daha iyisini yapmayı istemektedir. Ego yönelimli bir sporcu ise çok zor görevlerden kaçmakta, sürekli diğerlerinin performansı ile kendi performansını karşılaştırmakta ve daha az çaba ile rakibini yenmeyi istemektedir. Bu bağlamda, antrenörler antrenman programlarını hazırlarlarken sporcuların hangi hedef yönelimini tercih ettiklerini göz önünde bulundurmalarıdır.

Kadın sporcuların gerek spora katılımlarını arttırmak gerekse yüksek performans elde edebilmek için hem görev hem de ego yönelim hedefleri dikkate alınmalıdır. Buna ek olarak, kadın sporcular için yaratılan güdüsel iklimin ustalık iklimi olması da gerek performans gerekse spora katılım bağlamında etkili olabilmektedir. Özellikle Türk toplumunda kadınların spora katılımının artması ile birlikte sportif anlamda kadınların kendilerini yeterli hissetmeleri ve gerek ego gerekse görev yönelim puanlarının erkek sporculara göre daha yüksek olması antrenman programlarının düzenlenmesinde dikkate alınmalıdır.

Algılanan fiziksel yeterliğin düşük ya da yüksek olması hedef yönelimlerinde büyük etkiye sahiptir. Örneğin, algılanan kuvvetin yüksek olması beraberinde yüksek ego yönelim puanları getirirken, algılanan sportif yeterlik daha çok görev yönelimi ile ilişkili olabilmektedir. Bu bağlamda, antrenörlerin fiziksel performansı arttırmaya yönelik hazırladıkları her antrenman sporcuların hedef yönelimlerine de doğrudan etkide bulunmaktadır. Sporcuların algılanan yeterlikleri ne kadar yüksek olursa hedef yönelimleri o kadar yüksek olmaktadır. Bu nedenle, sporcuların fiziksel olarak kendilerini nasıl algıladıkları da spor ortamında önemli bir yer tutmaktadır.

Daha sonra yapılacak çalışmalarda örneklem sayısı çoğaltılarak, farklı branşlarda yer alan sporcular katılımcı grubu olarak ele alınabilir.

Farklı yaş gruplarından olan katılımcı grubu ile çalışmalar yapılabilir. Bununla birlikte, bu yaş gruplarının elde ettikleri puanlar arasındaki farklar değerlendirmeye alınabilir.

Algılanan fiziksel yeterlik kavramı kağıt kalem testi yerine daha somut ölçümler (kuvvet testi, dayanıklılık testi) yapılarak değerlendirilebilir.

Hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim kavramları ile farklı değişkenler ve farklı kavramlar (benlik algısı, optimal performans duygu durumu) ele alınabilir.

Bu çalışma takım sporlarında yer alan katılımcı grubu üzerinde yapılmıştır. Diğer çalışmalarda, bireysel sporlarda yer alan sporcular örneklem grubunu oluşturabilir ve farklı istatistiksel yöntemler kullanılarak takım sporları ile bireysel sporlar arasındaki farklılıklar ortaya konulabilir.

ÖZET

Sporcuların Hedef Yönelimleri, Algılanan Güdüsel İklimleri ve Algılanan Fiziksel Yeterliklerinin Cinsiyete ve Deneyim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Bu çalışmanın amacı, sporcuların hedef yönelimleri, güdüsel iklimleri ve algılanan fiziksel yeterliklerinin cinsiyete ve deneyim düzeyine göre karşılaştırılmasıdır. Bu amaç doğrultusunda çalışmaya, farklı branşlarda yer alan (futbol, voleybol, basketbol, buz hokeyi, hentbol) 181'i erkek (17.65 ± 2.83), 106'sı kadın (17.39 ± 2.23) olmak üzere toplamda 287 sporcu (17.55 ± 2.62) gönüllü olarak katılmıştır. Sporcuların hedef yönelimlerini belirlemek için Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği (Task and Ego Orientation in Sport- TEOSQ), algılanan güdüsel iklim düzeylerini belirlemek için Sporda Algılanan Güdüsel İklim Ölçeği (Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-PMCSQ), algılanan fiziksel yeterliklerini belirlemek için ise Kendini Fiziksel Algılama Envanteri (Physical Self Perception Profile, PSPP) kullanılmıştır. Bununla birlikte, sporcuların yaş, cinsiyet gibi demografik bilgilerinin yanı sıra ne kadar süredir bu spor dalı ile uğraştıkları araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu ile ölçülmüştür.

Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiksel teknikler, Tek Yönlü Varyans Analiz (ANOVA) ve Çok Yönlü Varyans Analiz (MANOVA) tekniği kullanılmıştır. Sporcuları düşük algılanan fiziksel yeterlik ve yüksek algılanan fiziksel yeterlik grubuna ayırmak için "Kendini Fiziksel Algılama" envanterinden elde edilen değerlerin kadın ve erkek sporcular için ayrı ayrı medyan değerleri hesaplanmıştır. Medyan değerinin altı düşük algılanan fiziksel yeterlik, medyan değerinin üstü ise yüksek algılanan fiziksel yeterlik grubu olarak sınıflandırılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda, kadın sporcuların hem görev hem de ego yönelim puanları erkek sporcuların hedef yönelimi puanlarından yüksek bulunmuştur ($p < 0.05$). Benzer bir şekilde, kadın sporcuların ustalık iklimi puanları erkek sporcuların ustalık iklimi puanlarından yüksek iken ($p < 0.05$), kadın ve erkek sporcuların performans iklimi puanları arasında fark bulunamamıştır ($p > 0.05$). Bunun yanı sıra, elde edilen bulgular kadın ve erkek sporcuların algılanan fiziksel yeterlik puanları arasında da bir fark olmadığını göstermektedir ($p > 0.05$). Spor deneyimine göre yapılan analizler ise kadın ve erkek sporcuların hem hedef yönelimi hem de algılanan güdüsel iklim puanları arasında bir fark olmadığını ortaya koymuştur ($p > 0.05$). Sonuç olarak, kadın sporcuların hem beceri öğrenimi, görevde ustalığı gösterme, sıkı çalışma kavramları hem de başarıya üstün yeteneği kanıtlayarak ve rakiplerini mağlup ederek ulaşılacağı inancı üzerine odaklandıkları söylenebilir. Buna ek olarak, spor deneyiminin hem kadın hem de erkek sporcular için hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim üzerinde etkili olmadığını söyleyebiliriz.

Anahtar Kelimeler: Algılanan Fiziksel Yeterlik, Algılanan Güdüsel İklim, Hedef Yönelimi

SUMMARY

Comparing Goal Orientations, Perceived Motivational Climate and Perceived Physical Competence of Athletes with Regard to Gender and Experience Level

The purpose of this study was to compare the perceived motivational climate, goal orientations and perceived physical competence of athletes with regard to gender and sport experiences. For this aim, 181 male (17.65 ± 2.83), 106 female (17.39 ± 2.23) totally 287 athletes (17.55 ± 2.62) who involved in different sports (soccer, volleyball, basketball, ice hokey, handball) voluntarily participated in this study. "Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire" was used to determine goal orientations of athletes, "Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire" was used to determine perceived motivational climate of athletes and "Physical Self Perception Profile" was used to determine physical competence of athletes. In addition, a demographic questionnaire was used to obtain information about their age, gender and also length of sport participation.

Descriptive statistics, One Way Analysis of Variance (ANOVA) and Multiple Way Analysis of Variance (MANOVA) technics were used to analyse data. Median variables were calculated to classify into two groups male and female athletes with respect to high perceived physical competence and low perceived physical competence by "Physical Self Perception Profile". Below the median variable were classified as low perceived physical competence, above the median variable were classified as high perceived physical competence.

Results of analysis showed that, both task and ego orientation scores of female athletes were higher than male athletes' scores ($p < 0.05$). Similarly, while mastery climate scores of female athletes were higher than mastery climate scores of male athletes ($p < 0.05$), there was no significant differences in performance climate scores between male and female athletes ($p > 0.05$). Besides this, findings showed no differences in perceived physical competence between female and male athletes' scores ($p > 0.05$). According to sport experience revealed differences in both goal orientations and perceived motivational climate scores between male and female athletes ($p > 0.05$). In conclusion, it can be said that, female athletes focused on both learning skills, demonstrate proficiency in task, hard work concepts and belief that reach to success defeated their opponents and proven ability. In addition to that, we could say, sport experiences hadn't effective on goal orientation and perceived motivational climate for both female and male athletes.

Key words: Goal Orientations, Perceived Motivational Climate, Perceived Physical Competence

KAYNAKLAR

- ABELE, A. E., ALFERMANN, D. (2001). Sport and exercise psychology: Overview. In N. J. Smelser & P. B. Baltes (Editors-in-Chief), *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, Amsterdam: Elsevier, p. 14909-14913.
- AMES, C., ARCHER, J. (1988). Achievement goals in the classroom: Students' learning strategies and motivation processes. *Journal of Educational Psychology*, **80**, 260-267.
- AMES, C. (1992). Achievement goals motivational climate, and motivational processes. In Roberts, G. C. (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise* (pp. 161-176) . Champaign, Illinois: Human Kinetics
- ANSHEL, M. H. (1997). *Sport Psychology: From Theory To Practice*. 3. Ed. Scottsdale, Arizona: Gorsuch Scarisbrick, p. 115-151.
- ARIBURUN, B., AŞÇI, F. H. (2005). Amerikan futbolu oyuncularında hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim. *Sportmetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, **3**: 3, 111-114.
- AŞÇI, F. H. (2004). Fiziksel benlik algısının cinsiyete ve fiziksel aktivite düzeyine göre karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, **15**, 39-48.
- AŞÇI, F. H., AŞÇI, A., ZORBA, E. (1999). Cross-cultural validity and reliability of physical self-perception profile. *International Journal of Sport Psychology*, **30**, 399-406.
- BARON, R. A. (1983). *Behaviour in Organisations*. New York: Allyn & Bacon, Inc.
- BAYSAL, A. C., TEKARSLAN, E. (1998). *Davranış Bilimleri*. İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Yayın No:275, Dönence Basım ve Yayın Hizmetleri, İstanbul.
- BIDDLE, S. J. H., FOX, K. R., BOUTCHER, S. H. (2000). *Physical Activity and Psychological Well-being*. London: Routledge.
- BRUIN, A. P. DE, BAKKER, F. C., OUDEJANS, R. R. D. (2009). Achievement goal theory and disordered eating: Relationships between female gymnasts' goal orientations, perceived motivational climate and disordered eating correlates. *Psychology of Sport and Exercise*, **10**, 72-79.
- BRUNSTEIN, J. C. (1993). Personal goals and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, **65**, 1061-1070.
- BYOUNG, J. K., GILL, D. L. (1997). A cross-cultural extension of goal perspective theory to Korean youth sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, **19**, 142-155.
- CARRON, A. V. (1984). *Motivation: Implications for Coaching and Teaching*. London: Sports Dynamics.

- CHIE-DER, D., CHEN, S., HUNG-YU, C., LI-KANG, C. (2003). Male and female basketball players' goal orientation, perceived motivational climate, perceived ability and the sources of sport confidence. *The Sport Journal*, **6**, 3.
- COX, R. H. (1998). *Sport Psychology: Concepts and Applications*. 4 Ed. The McGraw-Hill, p. 236-271.
- CRESSWELL, S., HODGE, K., KIDMAN, L. (2003). Intrinsic motivation in youth sport: Goal orientations and motivational climate. *Journal of Physical Education New Zealand*, **36**: 1, 15-26.
- CULES-REED, S. N., GYURCSIK, N. C., BRAWLEY, L. R. (2001). Using theories of motivated behavior to understand physical activity. In R. N. Singer, H. A. Hausenblas, C. M. Janelle (Ed.) *Handbook of Sport Psychology*, Joney Wiley & Sons, Inc.
- CURY, F., BIDDLE, S., SARRAZIN, P., FAMOSE, J. P. (1997). Achievement goals and perceived ability predict investment in learning a sport task. *British Journal of Educational Psychology*, **67**: 3, 293-309.
- DECI, E. L., RYAN, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Selfdetermination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.
- DUDA, J. L., (1989). Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **11**, 318-335.
- DUDA, J. L. (1992). Motivation in sport setting: A goal perspective approach. In Roberts, G. C. (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise*, Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- DUDA, J. L. (1993). Goals: A social-cognitive approach to the study of achievement motivation in sport. In R.N. Singer, M. Murphey & L. K. Tennant (Ed.), *Handbook on Research on Sport Psychology*, New York: Macmillan, p. 421-436.
- DUDA, J. L. (1998). *Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement: Sport Motivation and Perceived Competence*. Morgantown: Fitness International Technology.
- DUDA, J. L., FOX, K. R., BIDDLE, S. J. H., ARMSTRONG, N. (1992). Children's achievement goals and beliefs about success in sport. *British Journal of Educational Psychology*, **62**, 313-323.
- DUDA, J. L., HALL, H. (2001). Achievement goal theory in sport. *Handbook of Sport Psychology*, **2**; 417-443
- DUDA, J. L., HOM, H. L. (1993). Interdependencies between the perceived and self-reported goal orientations of young athletes and their parents. *Pediatric Exercise Science*, **5**, 234-241.

- DUDA, J. L., NICHOLLS, J. G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, **84**, 290-299.
- DUDA, J. L., OLSON, L., TEMPLIN, T. J. (1991). The relationship of task and ego orientation to sportsmanship attitudes and the perceived legitimacy of injurious acts. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **51**, 79-87.
- DUDA, J. L., WHITEHEAD, J. (1998). Measurement of goal perspectives in the physical domain. In J. L. Duda (Ed.), *Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement*, Morgantown.
- DUDA, J. L., WHITE, S. A. (1992). Goal orientations and beliefs about the cause of sport success among elite skiers. *The Sport Psychologist*, **6**, 334-343.
- DWECK, C. S. (1986). Motivational processes affecting learning. *The American Psychologist*, **41**, 1040-1048.
- DWECK, C. S., LEGGETT, E. L. (1988). A social cognitive approach to motivation and personality. *Psychology Review*, **95**, 256-273.
- DWECK, C. S., ELLIOT, E. (1983). Achievement motivation. In M. Hetherington (Ed.), *Handbook of child psychology: 4: Socialization, Personality and Social Development*. New York: Wiley, p. 643-691.
- ELLIOT, E. S., DWECK, C. S. (1988). Goals: An approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, **54**, 5-12
- ERPIC, S. C, BOBEN, D., SKOF, B., ZABUKOVECV, BARIC, R. (2004). Psychometric properties of the motivational climate inventory in physical education: A confirmatory analysis. *Scientific Journal on Sport*, **10**: 2, 16-25.
- ESHEL, Y., KLEIN, Z. (1981). Development of academic self concept of lower class and middle class primary school children. *Journal of Educational Psychology*, **73**, 287-293.
- FELTZ, D. L., PETLICHKOFF, L. (1983). Perceived competence among interscholastic sport participants and dropouts. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, **8**, 231-255.
- FERRER-CAJA, E., WEISS, M. R. (2000). Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **71**, 267-279.
- FESTINGER, I. (1954). *A Theory of Social Comparison Processes*. Human Relations. **7**, 117-140.

- FIGUEIREDO, A. J., GONCALVES, C. E., SILVA, M. J. C. E., MALINA, R. M. (2009). Youth soccer players, 11-14 years: Maturity, size, function, skill and goal orientation. *Annals of Human Biology*, **36**: 1, 60-73.
- FLORES, J., SALGUERO, A., MARQUEZ, S. (2008). Goal orientations and perceptions of the motivational climate in physical education classes among Colombian students. *Teaching and Teacher Education*, **24**, 1441-1449.
- FOX, K. R., CORBIN, C. B. (1989). The physical self perception profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **11**, 408-430.
- FOX, K. R. (1990). *The Physical Self-Perception Profile*. Manual, Northern Illinois University.
- FOX, K., GOUDAS, M., BIDDLE, S., DUDA, J. L., ARMSTRONG, N. (1994). Children's task and ego profiles in sport. *British Journal of Educational Psychology*, **64**, 253-261.
- GANO OVERWAY, L. A. EWING, M. E. (2004). A longitudinal perspective of the relationship between perceived motivational climate, goal orientations, and strategy use. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **75**: 3, 315-325.
- GANO-OVERWAY, L. A., GUIVERNAU, M., MAGYAR, T. M., WALDRON, J. J., EWING, M. E. (2005). Achievement goal perspectives, perceptions of the motivational climate, and sportspersonship: Individual and team effects. *Psychology of Sport and Exercise*, **6**, 215-232
- GILL, D. L. (1986). *Psychological Dynamics of Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics, p. 55-56, 156.
- GOULD, D., DIEFFENBACH, K., MOFFETT, A. (2002). Psychological characteristics and their development of Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, **14**, 172-204.
- GUEST, S. M., WHITE, S. A. (2001). A Cross- situational investigation of goal orientations and perceived motivational climate in a physical education class and organized sport setting. *International Journal of Sport Psychology*, **1**, 101-116
- HAGGER, M. S., CHATZISARANTIS, N. L. D. (2007). *Intrinsic Motivation and Self Determination in Exercise and Sport*. Human Kinetics.
- HANRAHAN, S., CERIN, E. (2009). Gender level of participation and type of sport: Differences in achievement goal orientation and attributional style. *Journal of Science and Medicine in Sport*. **12**, 508-512.
- HARDY, L., JONES, G., GOULD, D. (1997). *Understanding Psychological Preparation for Sport: Theory and Practice of Elite Performance*, Chishester; John Wiley & Sons.

- HARTER, S. (1982). The perceived competence scale for children. *Child Development*, **53**, 87-97.
- HARTER, S. (1987). The determinants and mediational role of self esteem in children. In Eisenberg N. (Ed.), *Contemporary Topics in Developmental Psychology*. New York: John Wiley & Sons, p. 219-242.
- HARTER, S. (1999). *The Construction of The Self: A Developmental Perspective*. New York: Guilford Press.
- HARWOOD, C. G., SWAIN, A. B. J. (1998). Antecedents of pre-competition achievement goals in elite junior tennis players. *Journal of Sports Sciences*, **16**, 357-371.
- HEIN, V., MUUR. M. (2004). The mediating role of cognitive variables between Learning oriented climate and physical activity intention. *International Journal of Sport Psychology*, **35**, 60-76.
- HORN, T., HARSBROOK, C. A. (1987). Psychological characteristics and the criteria children use for self-evaluation. *Journal of Sport Psychology*, **9**, 208- 221.
- İKİZLER, H. C., KARAGÖZOĞLU, C. (1996). *Sporda Başarının Psikolojisi*. Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul.
- JAGACINSKI, C. M., NICHOLLS, J. G. (1984). Conceptions of ability and related affects in task involvement and ego involvement. *Journal of Educational Psychology*, **5**, 909-919.
- KAVUSSANU, M., NTOUMANIS, N. (2003). Participation in sport and moral functioning: Does ego orientation mediate their relationship? *Journal of Sport & Exercise Psychology*, **25**: 4, 501-518.
- KAVUSSANU, M., ROBERTS, G. C. (1996). Motivation and physical activity contexts: the relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and self-efficacy. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **18**, 264-280.
- KAZAK, Z. (2004). Sporda Güdülenme Ölçeği -SGÖ-nin Türk sporcuları için güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, **15**: 4, 191-206.
- KELLER, J., BLESS, H. (2008). Flow and regulatory compatibility: An experimental approach to the flow model of intrinsic motivation. *Society for Personality and Social Psychology*, **34**, 196-209.
- LEMYRE, P., ROBERTS, G. C., OMMUNDSEN, Y. (2002). Achievement goal orientations, perceived ability, and sportspersonship in youth soccer. *Journal of Applied Sport Psychology*, **14**, 120-136.

- LI, F., HARMER, P., ACOCK, A. (1996). The task and ego orientation in sport questionnaire: construct equivalence and mean differences across gender. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **68**, 228-238.
- LOCHBAUM, M. R., ROBERTS, G. C. (1993). Goal orientations and perceptions of the sport experience. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **15**, 160-171.
- MAEHR, M. L., NICHOLLS, J. G. (1980). Culture and achievement motivation: A second look. In N. Warren (Ed.), *Studies in Cross-cultural Psychology*. New York: Academic Press.
- MAEHR, M. L., BRASKAMP, L. A. (1986). *The motivation factor: A theory of personal investment*. Lexington, MA: Lexington Books
- MAGYAR, T. M., FELTZ, D. L. (2003). The influence of dispositional and situational tendencies on adolescent girls' sport confidence sources. *Psychology of Sport and Exercise*, **4**, 175-190.
- MEGANCK, J., LINTUNEN, T., OJALA, K., VÄLIMAA, R., TYNJÄLÄ, J., VANDEN AUWEELE, Y., KANNAS, L. (2003). Differences in motivational orientation, exercise activity, self-perceived physical fitness, and self-esteem between participants in different sport events among Finnish 11- to 15-year old students. *European congress of sport psychology edition: 11th location: Copenhagen, Denmark, 22-27, July*.
- MORAN, A. (2004). *Sport and Exercise Psychology. A Critical Introduction*. New York: Roudledge.
- MORGAN, C. T. (1993). *Psikolojiye Giriş*. (Ed. Sirel Karakaş), Ankara :Meteksan
- MORGAN, K., SPROUBLE, J. WEIGAND, D, CARPENTER, P. (2005). A computer based observational assessment of the teaching behaviours that influence motivational climate in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, **10**, 83-105
- MURCIA, J. A. M., GIMENO, E. C., COLL, D. G. C. (2008). Relationships among goal orientations, motivational climate and flow in adolescent athletes: Differences by gender. *The Spanish Journal of Psychology*, **11**: 1, 181-191.
- NEWTON, M., DUDA, J. L. (1999). The interaction of motivational climate, dispositional goal orientations and perceived ability in predicting indices of motivation. *International Journal of Sport Psychology*, **30**, 63–82.
- NICHOLLS, J. G., COBB, P. C, YACKEL, E., WOOD, T., WHEATLEY, G. (1990). Students' theories about mathematics and their mathematical knowledge: Multiple dimensions of assessment. In G. Kulm (Ed.) *Journal for Research in Mathematics Education*, **21**, 109-122.

- NICHOLLS, J. G. (1984). Achievement motivation: Concepts of ability, subjective experience, task choice and performance. *Psychological Review*, **91**, 329-346.
- NICHOLLS, J. G. (1992). The general and the specific in the development and expression of achievement motivation. In G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise*, Champaign, IL: Human Kinetics, p. 31-56.
- NICHOLLS, J. G., MILLER, A. T. (1983). The differentiation of the concepts of difficulty and ability. *Child Development*, **54**, 951-959.
- NICHOLLS, J. G., CHEUNG, P. C., LAUER, J., PASTASHNICK, M. (1989). Individual differences in academic motivation: Perceived ability, goals, beliefs, and values. *Learning and Individual Differences*, **1**, 63-84.
- NICHOLLS, J. G., PATASHNICK, M., NOLEN, S. B. (1985). Adolescents' theories of education. *Journal of Educational Psychology*, **77**, 683-692.
- DIGELIDIS, N., DELLA, V., PAPAIOANNOU, A. (2005). Students' exercise frequency, perceived athletic ability, perceived physical attractiveness, goal orientations and perceived motivational climate in physical education classes. *Italy Journal of Sport Science*, **12**: 155-159
- NTOUMANIS, N., BIDDLE, S. J. H. (1999). A review of motivational climate in physical activity. *Journal of Sport Sciences*, **17**, 643-665.
- ÖZKALP, E. (1997). *Anadolu Üniversitesi Yayınları, Davranış Bilimlerine Giriş*, Yayın No: 1027, Eskişehir, s. 332.
- PAPAIOANNOU, A. (1998). Student Perceptions of the physical education class environment for boys and girls the perceived motivational climate. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **69**: 3, 267-275
- PAPAIOANNOU, A. (1994). Development of a questionnaire to measure achievement orientations in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **65**: 1, 11-20
- PARISH, L. E., TREASURE, D. C. (2003). Physical activity and situational motivation in physical education: Influence of the motivational climate and perceived ability. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **74**, 173-182.
- REINBOTH, M., DUDA, J. L. (2006). Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, **7**, 269-286.
- ROBERTS, G. C., TREASURE, D. C., CONROY, D. E. (2007). Understanding the dynamics of motivation in sport and physical activity: An achievement goal

- interpretation. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Ed.), *Handbook of Sport Psychology*, Third Edition, John Wiley & Sons, p. 3-10.
- ROBERTS, C. G. (2001). *Advances in Motivation in Sport and Exercise*. Illinois:H.K.
- ROBERTS, G. (1993). Motivation in sport: Understanding and enhancing the motivation and achievement of children. In R.N. Singer, M. Murphey & L.K. Tennant (Ed.), *Handbook on Research on Sport Psychology*, New York: Macmillan, p. 405-420.
- ROBERTS, G. C, OMMUNDSEN, Y. (1996). Effect of goal orientation on achievement beliefs, cognition and strategies in team sport. *Scandinavian Journal of Medicine Science and Sport*, **6**, 46-56.
- ROBERTS, G. C., TREASURE, D. C., BALAGUE, G. (1998). Achievement goals in sport: The development and validation of the Perception of Success Questionnaire. *Journal of Sports Sciences*, **16**, 337-347.
- RYCKMAN, R. M., HAMEL, J. (1993). Perceived physical ability differences in the sport participation motives of young athletes. *International Journal of Sport Psychology*, **24**, 270-283.
- SAGE, G. H. (1984). *Introduction to Motor Behavior*. 3. Ed. Reading. 29, 723-735.
- SALGUERO, A., GONZALEZ-BOTO, R., TUERO, C., MARQUEZ, S. (2004). Relationship between perceived physical ability and sport participation motives in young competitive swimmers. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, **44**: 3, 294-299.
- SEIFRIZ, J. J., DUDA, J. L., CHI, L. (1992). The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **14**, 375-391.
- SHAFIZADEH, M. (2007). Relationship goal orientation, motivational climate and perceived ability with intrinsic motivation and performance in physical education university students. *Journal of Applied Sciences*, **7**: 19, 2866-2870.
- SHAW, D. F., GORELY, P. J., CORBAN, R. M. (2005). *Instant Notes in Sport and Exercise Psychology*. Bios Publishers.
- SOLMON, M. A., BOONE, J. (1993). The impact of student goal orientation in physical education classes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **64**, 418-424.
- SONSTROEM, R. J., POTTS, S. A. (1996). Life adjustment correlates of physical self-concepts. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, **21**, 329-337.
- SPRAY, C. M., WANG, C. K. J. (2001). Goal orientations, self-determination and pupils' discipline in physical education. *Journal of Sports Sciences*, **19**, 903-913.

- SPRAY, C. M., WANG, C. K., BIDDLE, S. J., CHATZISARANTIS, N. L. (2006). Understanding motivation in sport: An experimental test of achievement goal and self determination theories. *European Journal of Sport Science*, **6**, 43-51
- SPROULE, J., WANG, C. K. J., MORGAN, K., MCNEILL, M., MCMORRIS, T. (2007). Effects of motivational climate in Singaporean physical education lessons on intrinsic motivation and physical activity intention. *Personality and Individual Differences*, **43**, 1037-1049.
- STIPEK, D. S., TANNAT, L. M. (1984). Children Judgments of Their own and Their Peers Academic Competence. *Journal of Educational Psychology*, **76**: 1, 75-84.
- STUNTZ, C., P., WEISS, M. R. (2008). Achievement goal orientations and motivational outcomes in youth sport: The role of social orientations. *Psychology of Sport and Exercise*, **10**; 2, 255-262.
- SULS, J., WILLS, T. A. (1991). *Social Comparison: Contemporary Theory Andresearch*. Hillsdale, NJ: Lawrence-Erlbaum
- ŞAHİN, A. (2004). Yönetim kuramları ve motivasyon ilişkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, **11**, 523-547.
- THOMAS, A. M. S. (2005). Achievement-Goal Profiles Among Elite Baseball Players. *A Thesis Submitted to the Faculty of The Graduate School at The University of North Carolina at Greensboro in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Master of Science*.
- TİRYAKİ, Ş. (2000). *Spor Psikolojisi: Kavramlar, Kuramlar ve Uygulama*. Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi.
- TOROS, T. (2002). Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel (motivasyonel) iklim ve yaşam doyumu. *H.Ü. Spor Bilimleri Dergisi*, **13**: 3, 24-36.
- TOROS, T. (2005). Genç basketbolcuların oyunda kalma süreleri ile hedef perspektif yaklaşımı, yaşam doyumu ve algılanan motivasyonel iklim arasındaki ilişki. *H.Ü. Spor Bilimleri Dergisi*, **16**: 2, 50-63.
- TOROS, T., PENSE, M. (2002). Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda, hedef yönelimi ve güdüsel iklimin, yaşam doyumuna etkisinde deneyim süresinin rolü. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, **1**: 2, 10-19.
- TOROS, T. (2001). Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel iklim ve hedeflerin özgünlük güçlük derecesi özelliklerinin yaşam doyumuna etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Mersin Üniversitesi Sağlık bilimleri Enstitüsü.

- TOROS, T., YETİM, Ü. (2000). Sporda algılanan motivasyonel (güdüsel) iklim ölçeğinin Türk sporcuları için uyarlama ön çalışması. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*. 11-13 Mayıs, İstanbul.
- TREASURE, D. C., ROBERTS, G. C. (1994). Cognitive and affective concomitants of task and ego goal orientations during the middle school years. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **16**, 15-28.
- VALLERAND, R. J. (2001). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. In G.C. Roberts (Ed.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise*, Champaign, IL: Human Kinetics, p. 263-319.
- VAZOU, S., NTOUMANS, N., DUDA, J. L. (2006). Predicting young athletes motivational indices as a function of their perceptions of the coach- and peer-created climate. *Psychology of Sport & Exercise*, **7**, 215-233.
- VOSLOO, J., OSTROW, A., WATSON, J. C. (2009). The relationships between motivational climate, goal orientations, anxiety, and self-confidence among swimmers. *Journal of Sport Behavior*, **32**: 3, 376-393.
- WALLING, M. D., DUDA, J. L., CHI, L. (1993). The perceived motivational climate in sport questionnaire: Construct and predicative validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **15**, 172-183.
- WANG, C. K. J., BIDDLE, S. J. H., ELLIOT, A. J. (2007). The 2x2 achievement goal framework in a physical education context. *Psychology of Sport and Exercise*, **8**, 147-168.
- WEINBERG, R. S., GOULD, D. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign JL: Human Kinetics. 59-72, 137-160.
- WEISS, M. R., EBBECK, V., HORN, T. S. (1997). Children's self-perceptions and sources of physical competence information: a cluster analysis. *Journal of Sports and Exercise Psychology*, **19**, 52-70.
- WHITE, S. A., KAVUSSANU, M., TANK KARI, M., WINGATE, J. M. (2004). Perceived parental beliefs about the causes of success in sport: relationship to athletes' achievement goals and personal beliefs. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sport*, **14**, 57-66
- WHITE, S. A., KAVUSSANU, M., GUEST, S. M. (1998). Goal orientations and perceptions of the motivational climate created by significant others. *European Journal of Physical Education*, **3**, 212-219
- WILLIAMS, L., GILL, D. L. (1995). The role of perceived competence in the motivation of physical activity. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, **17**: 4, 363 - 378.

YELTEPE, H. (2007). *Spor ve Egzersiz Psikolojisi*. Epsilon Yayıncılık.

YETİM, Ü. (2000). *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri*. Bağlam Yayınları.

ÖZGEÇMİŞ

I. Bireysel Bilgiler

Adı: Atahan

Soyadı: Altıntaş

Doğum yeri ve tarihi: Ankara-26.02.1982

Uyruğu: Türkiye Cumhuriyeti

Medeni durumu: Evli

Askerlik durumu: Tecilli

İletişim adresi ve telefonu: Başkent Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü Eskişehir Yolu 25. Km Bağlıca Kampusu Etimesgut/Ankara 0312 234 10 10 / 1596

II. Eğitimi

Yüksek Lisans (2006-): Ankara Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Anabilim Dalı, Sporda Psiko-sosyal Alanlar Programı

Lisans (2001-2006): Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü

Lise (1996-1999): Kurtuluş Lisesi

Ortaokul (1993-1996): Kurtuluş Ortaokulu

İlkokul (1988-1993): Kurtuluş İlkokulu

Yabancı dili: İngilizce

III. Unvanları

Araştırma Görevlisi (2006-): Başkent Üniversitesi Spor Bilimleri Bölümü

IV. Mesleki Deneyimi

Araştırma Görevlisi

Spor Psikoloğu

V. Üye Olduğu Bilimsel Kuruluşlar

Spor Bilimleri Derneği

VI. Bilimsel İlgi Alanları (Yayınlar)

YÖK tarafından doçentlik başvuruları için temel alanlar ile ilgili olarak kabul edilen indeksler tarafından taranan dergilerde yayımlanmış veya yayım hakkı için kabul edilmiş tam makaleler:

Altıntaş, A., Aşçı, F. H. (2008). Physical self-esteem of adolescents with regard to physical activity and pubertal status. **Pediatric & Exercise Science**. 142-156.

Kin İşler, A., Aşçı, F. H., Altıntaş, A., Güven Karahan, B. (2009). Physical Activity Levels and Patterns of 11-14 year old Turkish Adolescents. **Adolescence**. 44; 176, 1005-1015.

YÖK tarafından doçentlik başvuruları için temel alanlar ile ilgili olarak kabul edilen indeksler tarafından taranan dergilerde yayımlanmış veya yayım için kabul edilmiş diğer çalışmalar (vaka takdimi, teknik not, editöre mektup, özet, derleme, karar tahlili):

Gürbüz, B., Altıntaş, A., Aşçı, F. H. (2007). Participation motives of 9-15 years old Turkish soccer players. **Journal of Sport Science & Medicine**. 6, (10) 89-90.

Uluslararası kongre, sempozyum, çalıştay gibi bilimsel toplantılarda sözlü sunumu yapılarak tam metin olarak yayımlanmış bildiriler:

Aşçı, F. H., Çağlar, E., Altıntaş, A., Karahan, B., Uygurtaş, M. (2008). Çocuklar ve gençler için fiziksel benlik algısı envanterinin yapı ve kriter geçerliği. **10th International Sport Sciences Congress**, October, 23-25, Bolu, Turkey.

Çağlar, E., Altıntaş, A., Aşçı, F. H. (2008). Yarışma benlik sunumu ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. **10th International Sport Sciences Congress**, October, 23-25, Bolu, Turkey.

Uluslararası kongre, sempozyum, çalıştay gibi bilimsel toplantılarda sözlü sunumu yapılarak özet metin olarak yayımlanmış bildiriler:

Aşçı, F. H., Çağlar, E., Altıntaş, A. (2009). Dispositional Flow State in Physical Activity Settings: Differences in Terms of Sex and Physical Activity Behaviors. **12th ISSP World Congress of Sport Psychology**. 17-21, June, Marrakech, Morocco.

Altıntaş, A., Aşçı, F. H., Özenir, B. T. (2007). An examination of self presentation in exercise contexts with regard to gender and exercise behavior variables. **12th Annual Congress of the European College of Sport Science Abstract Book**, 11-14 July, Jyvaskyla: 251-252, Finland.

Altıntaş, A., Aşçı, F. H. (2006). İlköğretim II. kademedeki okuyan öğrencilerin fiziksel benlik algısının cinsiyete ve fiziksel aktivite düzeyine göre incelenmesi. **9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı**, 03-05 Kasım, Muğla: 1352-1353, Türkiye.

Uluslararası kongre, sempozyum, çalıştay gibi bilimsel toplantılarda poster sunumu yapılarak tam metin olarak yayımlanmış bildiriler:

Altıntaş, A., Hacıoğlu, O., Sağtürk, B., Belman, C., Aşçı, F. H. (2008). Genç futbol oyuncularının spora katılım güdeleri ve başarı algıları arasındaki ilişki. **10th International Sport Sciences Congress**, October, 23-25, Bolu, Turkey.

Uluslararası kongre, sempozyum, çalıştay gibi bilimsel toplantılarda poster sunumu yapılarak özet metin olarak yayımlanmış bildiriler:

Altıntaş, A., Akşirin, D. T., Aşçı, F. H. (2004). Motivational orientation of Professional and amateur soccer players. **10th ICHPER-SD Europe Congress & The TSSA 8th International Sport Science Congress Abstracts Book**, 17-20 November, Antalya: 80, Türkiye.

Ulusal kongre, sempozyum, çalıştay gibi bilimsel toplantılarda sözlü sunumu yapılarak özet metin olarak yayımlanmış bildiriler:

Esatbeyoğlu, F., Balmumcu, O., Özdamar, E., Altıntaş, A., Aşçı F. H.(2009).Spor yapan bedensel engellilerin güdüsel yönelimleri. Fiziksel Aktivite, Beslenme ve Sağlık Kongresi. 20-22 Kasım, Ankara.

Edepli, N., Aşçı, F. H., Altıntaş, A. (2009). Egzersiz katılımcılarının kişilik özellikleri egzersiz davranışlarının belirleyicisi midir? Fiziksel Aktivite, Beslenme ve Sağlık Kongresi. 20-22 Kasım, Ankara.

Ulusal hakemli dergilerde yayımlanmış veya yayım için kabul edilmiş tam makaleler:

Altıntaş, A., Çağlar, E., Aşçı, F. H., Güven Karahan, B., Uygurtaş, M. (2009). Çocuklar ve gençler için fiziksel benlik algısı envanteri'nin yapı ve ölçüt bağıntılı geçerliğinin test edilmesi. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. XIV, 2; 3-12.

Çağlar, E., Altıntaş, A., Aşçı, F. H. (2009). Yarışma benlik sunumu envanteri türkçe versiyonu'nun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. XIV, 1, 3-10.

Aşçı, F. H., Çağlar, E., Eklund, R. C., Altıntaş, A., Jackson, S. (2007). Durumluk ve sürekli optimal performans duygu durum ölçekleri'nin uyarlama çalışması. **Spor Bilimleri Dergisi.** 18: 4, 182-196.

Altıntaş, A., Akalan, C. (2008). Zihinsel antrenman ve yüksek performans. **SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi.** 6:1, 39-43.

Altıntaş, A., Aşçı, F. H., Özenir, B. T. (2007). Benlik sunumunun cinsiyete ve egzersiz davranışı parametrelerine göre incelenmesi. **Spor Bilimleri Dergisi.** 18: 2, 91-98.

Altıntaş, A., Aşçı, F. H. (2005). Fitnes uzmanlarının bedenlerine yönelik algıları. **SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi.** 3: 101-104.

VII. Bilimsel Etkinlikleri

Ödüller

Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü birinciliği, 2006.

Bolu’da yapılan 10. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde, “Genç Futbol Oyuncularının Spora Katılım Güduları ve Başarı Algıları Arasındaki İlişki” adlı bildiri ile **En İyi Poster Bildiri Ödülü**, 23-25 Ekim, 2008.

Projeler

İlköğretim II. kademedeki okuyan öğrencilerin fiziksel benlik algısının cinsiyete ve fiziksel aktivite düzeyine göre incelenmesi. **Lisans Bitirme Tezi**, 2006.

Türkiye’de Özürlü Birey Olma: Temel Sosyolojik Özellikleri konulu proje kapsamında proje saha araştırma ekibi yardımcısı, 2004-2006.

VIII. Diğer Bilgiler

Herkes İçin Spor Federasyonu’nun düzenlediği “Uluslararası Herkes İçin Spor ve Spor Turizmi Kongresi”nde Bilgi İşlem sorumlusu, 2009.

Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesinden, Spor Bilimleri ve Beslenme ve Diyetetik Bölümlerinin ortaklaşa düzenlediği “**Fiziksel Aktivite, Beslenme ve Sağlık Kongresi**”nde Bilgi İşlem sorumlusu, 2009.

Belgeler

Futbol Antrenörlüğü B Lisans

Masörlük Belgesi

Cankurtaranlık Belgesi

Bilgisayar İşletmenliği Sertifikası

Asiste Edilen Dersler

BTU 110 Bilgi Teknolojileri ve Uygulamaları

SBB 304 Spor ve Egzersiz Psikolojisi

SBB 205 İstatistik ve Araştırma Teknikleri

SBB 353 Motor Gelişim ve Öğrenme

SBB 354 Rekreasyon ve Program Geliştirme

SBB 219 Spor ve Serbest Zaman Sosyolojisi

SBB 242 Masaj

SBB 314 Yaz Stajı