



T.C.
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SPORCULARIN TEMEL PSİKOLOJİK
İHTİYAÇLARI İLE SPOR BAŞARI
MOTİVASYONLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Oğuzhan ERDEM

Danışman: Doç. Dr. Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
ANABİLİM DALI

ERZİNCAN

Haziran 2024

Her Hakkı Saklıdır.

Oğuzhan ERDEM

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI YÜKSEK LİSANS 2024

T.C.
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SPORCULARIN TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARI İLE SPOR
BAŞARI MOTİVASYONLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Oğuzhan ERDEM

Danışman: Doç. Dr. Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
ANABİLİM DALI

ERZİNCAN
Haziran 2024
Her Hakkı Saklıdır.

Bilimsel Etiğe Uygunluk

“Sporcuların Temel Psikolojik İhtiyaçları ile Spor Başarı Motivasyonları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” isimli “Yüksek Lisans” tezim tarafımda intihal tespit programı ile incelenmiştir. Buna göre tezimde bilimsel etik ihlali ve intihal olarak nitelendirilebilecek herhangi bir durum olmadığını taahhüt ederim.

Bu çalışmadaki tüm bilgilerin, akademik ve etik kurallara uygun bir biçimde elde edildiğini; aynı zamanda bu kural ve davranışların gerektirdiği gibi, bu çalışmanın özünde olmayan tüm materyal ve sonuçları tam olarak aktardığımı ve referans gösterdiğimi beyan ederim. 24/06/2024

(İmza)

Oğuzhan ERDEM

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

SPORCULARIN TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARI İLE SPOR BAŞARI MOTİVASYONLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Oğuzhan ERDEM

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Danışman: Doç. Dr. Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN

Amaç: Bu araştırmada; sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları ve spora özgü başarı motivasyon düzeyleri; bunların demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet anne baba durumu, branş...) göre farklılaşp farklılaşmadığı ve temel psikolojik ihtiyaçların spora özgü başarı motivasyonunu yordama durumunun incelenmesi amaçlanmıştır.

Materyal ve Metot: Araştırmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmış ve Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezlerinde (Erzincan, Erzurum, Trabzon ve Samsun) sporcu olan 218'i erkek 182'i kadın toplam 400 kişi araştırma grubunu oluşturmaktadır. Araştırmada Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde SPSS 24.0 istatistiksel veri analiz programı kullanılmıştır. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki anlamlılık düzeylerinin belirlenmesinde t Testi ve ANOVA testi, değişkenler arasındaki farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun tespit edilmesi amacıyla BONFERRONİ testi uygulanmıştır. Bağımlı değişkenin alt boyutları arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Korelasyon ve regresyon analizi yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmada, sporcuların temel psikolojik ihtiyaç düzeylerinin ve sporda başarı motivasyonlarının demografik özellikler açısından değişkenlikler gösterdiği, özellikle yaşı büyük olan sporcuların yeterlik ve güç gösterme güdülerinin yüksek olduğu, takım sporu yapan sporcuların yeterlik, ilişki ihtiyacı, başarıya yaklaşma güdüsü ve sporda başarı motivasyonu toplam puanlarının bireysel sporculardan yüksek olduğu, spor yapma süresinin sporcuların temel psikolojik ihtiyaç düzeylerinde pozitif etki oluşturduğu, ayrıca sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları ile spora özgü başarı motivasyonları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Temel psikolojik ihtiyaçların spora özgü başarı motivasyonun anlamlı bir yordayıcısı olduğu ve toplam varyansın %13.5'ini açıkladığı tespit edilmiştir.

2024, 84 Sayfa

Anahtar Kelimeler: Spor, Spora Özgü Başarı Motivasyonu, Temel Psikolojik İhtiyaç.

ABSTRACT

MSc Thesis

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ATHLETES' BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS AND SPORTS SUCCESS MOTIVATIONS

Oğuzhan ERDEM

Erzincan Binali Yıldırım University
Graduate School of Health Sciences
Department of Physical Education And Sports

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN

Aim: The aim of this study was to investigate the basic psychological needs of athletes and their levels of sport-specific motivation to succeed; whether these differ depending on demographic variables (age, gender, parental status, branch, etc.), and whether the basic psychological needs predict sport-specific motivation to succeed.

Material and Method: The relational screening method was used for the study, and 218 men, 182 women, a total of 400 people who are athletes in Turkish Olympic Preparation Centers (Erzincan, Erzurum, Trabzon and Samsun) form the study group. The Basic Psychological Needs Scale and the Sport-Specific Achievement Motivation Scale were used for the study. The statistical data analysis program SPSS 24.0 was used to analyze the research data. ANOVA test were applied to determine the significance levels between dependent and independent variables, and BONFERRONI test was applied to determine in which groups the differences between the variables lied.

Results: The study found that the basic psychological need levels of the athletes and their motivations for success in sports varied depending on demographic characteristics, specifically that older athletes' motivation to demonstrate competence and strength was higher and that the overall scores of athletes participating in team sports in terms of competence, need for relationships, motivation to approach success and motivation to succeed in sports were higher than those of individual athletes, duration of sports participation had a positive influence on the basic psychological need levels of the athletes, there was also a positive correlation between the basic psychological needs of the athletes and their sport-specific motivation to succeed.

Conclusion: Basic psychological needs were a significant predictor of sport-specific motivation to succeed and that it explained 13.5% of the total variance.

2024, 84 Pages

Key Words: Sports, Sport-Specific Success Motivation, Basic Psychological Need.

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans rotamı çizirken benden hiçbir zaman desteğini esirgemeyen, klasik anlamda zihinlere kazınmış bir hoca sıfatının çok ötesinde bireyi; ailesiyle, değerleriyle, mesleğiyle ve tüm mücadelesi ile hayat hikayesini bir bütün olarak değerlendirebilen empatik duruşundan dolayı, çok kıymetli danışman hocam Doç. Dr. Yasemin Çakmak Yıldızhan'a, süreç boyunca bana anlayışlı bir rehber olduğu için yürekten teşekkür ediyorum.

Bugüne gelmemde üzerimde sonsuz sevgi ve emeği olan sevgili anne babama ve kız kardeşlerime varlıkları ile bana her daim destek oldukları için teşekkür ediyorum. Büyüsek de hiç değişmeyen gönül bağımızdan ötürü, maddi ve manevi üzerimde sonsuz desteği olan abim Onur ERDEM'e bilhassa teşekkür ederim. Tanıştığımız günden bu yana bana ne kadar şanslı bir insan olduğumu hissettiren diğer ailem olan kıymetli ASLAN aileme, hayatımıza verdiğiniz sonsuz destek için çok teşekkür ediyorum, iyi ki varsınız...

Beni dönüştüren, hayatımda yeni pencereler açma sebebim, eşim, kıymetlim, Uzman Klinik Psikolog Ayşe Nur ASLAN ERDEM; hayatıma girdiğin güne seni bana armağan ettiği için çok teşekkür ediyorum. Hayran olduğum vizyonun benim lisansüstü sürece başlamamdaki en büyük kaynağım oldu. Her şeye şifa gülüşünle, sonsuza kadar yanımda ol... Bu hayatı benimle paylaştığın için ve hayatımın en özel varlıkları olan iki meleği dünyaya getirdiğin için sana ayrıca teşekkür ediyorum, yol arkadaşım...Yakışıklı oğlum Mehmet Alp Erdem, güzeller güzeli kızım Asya Erdem, siz benim en değerli varlıklarımınız... Sizi çok seviyorum...

Hepimiz aynı dünyada, farklı yolları yürüyoruz. Ancak bazı yollar daha meşakkatli... Bilimsel çalışmamı, bu yolda tüm zorluklara rağmen yürüyen, kıymetli şehitlerimizin geride bıraktığı tüm koca yürekli şehit çocuklarına armağan ediyorum. Bu vatan, size ve ayrı düşüklerinize minnettar....

Oğuzhan ERDEM
Haziran, 2024

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
Kabul ve Onay	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
Bilimsel Etiğe Uygunluk	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
TEŞEKKÜR	iv
İÇİNDEKİLER	v
TABLolar LİSTESİ	vii
SİMGELER ve KISALTMALAR	viii
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1. Spor	5
2.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar	6
2.2.1. Temel Psikolojik İhtiyaçları Açıklayan Kuramlar	7
2.2.2. Bireylerin Temel Psikolojik İhtiyaçları	16
2.2.3. Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu ve Tatminsizliği	17
2.2.4. Spora Yönelme İhtiyaçları	18
2.3. Motivasyon Kavramı ve Önemi	21
2.3.1. Motivasyon Süreci	22
2.3.2. Motivasyon Türleri	23
2.3.3. Motivasyon Araçları	24
2.3.4. Motivasyonun Etkileri	26
2.4. Spor ve Motivasyon	27
2.4.1. Sporda Motivasyon Çeşitleri	28
2.4.2. Sporda Motivasyon Kuramları	30
3. MATERYAL VE METOT	34
3.1. Araştırmanın Yöntemi	34
3.2. Araştırmanın Yeri ve Zamanı	34
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	34
3.4. Veri Toplama Aracı	35
3.5. Verilerin Toplanması	37
3.6. Verilerin Analizi ve Değerlendirme Teknikleri	37

4. BULGULAR.....	40
5. TARTIŞMA.....	52
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	64
KAYNAKLAR	67
EKLER	79
Ek-1. Veri Toplama Aracı.....	80
Ek-2. Etik Kurul İzni.....	83
Ek-3. Araştırma İzni.....	84
ÖZGEÇMİŞ	85



TABLULAR LİSTESİ

	Sayfa
Tablo 3.1. Sporcuların Demografik Özelliklerinin Dağılımı	35
Tablo 3.2. Güvenirlik Analizi	38
Tablo 3.3. Normallik Analizi	39
Tablo 4.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği Puan Ortalamaları	40
Tablo 4.2. Cinsiyete Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması	41
Tablo 4.3. Yaşa Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması	42
Tablo 4.4. Kardeş Sayısına Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması	43
Tablo 4.5. Aile Ekonomik Durumuna Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması	44
Tablo 4.6. Anne Baba Birlikteliğine Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması	45
Tablo 4.7. Anne Baba Yaşama Durumuna Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması	46
Tablo 4.8. Branşa Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması	47
Tablo 4.9. Spora Başlama Yaşına Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması	48
Tablo 4.10. Spora Yapma Süresine Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması	49
Tablo 4.11. Sporcuların Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Düzeyleri Arasındaki İlişki	50
Tablo 4.12. Sporcuların Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeylerinin ve Spora Özgü Motivasyonu Düzeylerini Yordama Durumu	51

SİMGELER ve KISALTMALAR

Simgeler

%	Yüzde
α	Güvenirlilik Katsayısı
r	Korelasyon Katsayısı
$ss.$	Standart Sapma
\bar{X}	Aritmetik Ortalama

Kısaltmalar

Max.	Maksimum
Min.	Minimum
TPİT	Temel Psikolojik İhtiyaçlar Teorisi
TPİ	Temel Psikolojik İhtiyaçlar

1. GİRİŞ

Spor; insanların düzenli kurallar çerçevesinde yaptığı, mücadele kararlılığını uygulayarak zafer ve başarıya ulaştığı fiziksel aktivitedir (Kuru, 2000). Spor, bir veya daha fazla sporcunun, zaman ve mekan tarafından belirlenen bir ortamda, belirli bir amaç için, gözlemlenebilir çeşitlilikler ve sıralar halinde hareketler gerçekleştirmesini içeren organize insan davranışdır. Spor, farklı derecelerde de olsa, önceden belirlenmiş ve benimsenmiş kurallara uymayı gerektiren, çeşitli amaç ve araçlara sahip, performansı artırıcı fiziksel aktivitelerdir (Mathey, 1969). Farklı bir anlatımla spor, insanı bir bütün olarak oluşturan faaliyetlerin tümü olup, insanın fiziksel, zihinsel ve psikolojik niteliklerinin, yaşının ve yeteneğinin gerektirdiği verimliliği elde etmek için yapılan rekabet dışı faaliyetlerdir (İnal, 2000).

Günümüzde spor ortamında mükemmel sonuçlar elde edebilmek için sporcunun fiziksel yeteneklerinin yanı sıra zihinsel yeteneklerinin de önemli olduğu kabul edilen bir gerçektir. Spor psikolojisi, amaçları sporcuların antrenman verimliliğini artırmak, istenen hedeflere ulaşmanın önündeki psikolojik engelleri ortadan kaldırmak ve öğrenme sürecini hızlandırmak olan bir spor bilimi alanıdır. Dünyanın her yerinde, her medeniyet seviyesinde, hem oyuncu hem de seyirci olarak sporla ilgilenen pek çok insan bulunmaktadır. Spor psikolojisi de bu genel faaliyet alanının sorunlarını ele almakta ve özellikle sporcuların gelişimine ve eğitimine katkı sağlayacak bilimsel yöntemlerin geliştirilmesi amacıyla elde edilen deneysel ve teorik sonuçları eğitimcilere sunmaktadır (Alderman, 1974). Spor psikolojisi, psikoloji ve spor bilimlerinin bir alt alanı olarak düşünülmeyle birlikte (Kontos ve Feltz, 2008), temel amacı; psikolojik faktörlerin bir sporcunun performansı ve psikolojik gelişimine nasıl katkı sağladığını anlamaktır (Turkay ve Demir, 2021).

Günümüzde psikolojik faktörlerin sporcu performansı üzerindeki etkisi araştırılırken temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması kavramı son derece önemli hale gelmiştir. Temel Psikolojik İhtiyaçlar (TPI), tüm insanların doğasında bulunan evrensel ihtiyaçlardır. Bu ihtiyaçların karşılanması bireyin sağlıklı büyümesi ve gelişmesi için

önemlidir (Deci ve Ryan, 2000). Temel psikolojik ihtiyaçlar teorisi, self-determinasyon teorisinin altı alt teorisinden biridir. Bu teorinin önerdiği temel psikolojik ihtiyaçlar özerklik, yeterlilik ve ilişkililiktir. Özerklik, kişinin kendi seçimlerinde bağımsızlık duygusunu deneyimleme yeteneğidir; kişinin kendi kaderinin kendisi tarafından belirlendiğini hissetmesidir. Yeterlilik, kişinin sosyal çevresi ve yetenekleri çerçevesinde etkili ve başarılı olma duygusudur. İlişkililik, kişinin çevresindeki sosyal çevre içindeki ilişkilerde kabul edilme ve ait olma hissini ifade etmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Sporcuların seçtikleri sporu yapma konusunda özerkliğe sahip olmaları ve karar alma sürecine ortak olmaları özerklik; antrenman, müsabaka ve takım içerisinde kendilerini güçlü ve başarılı hissetme becerisine sahip olmaları yeterlilik; takım arkadaşları, antrenörler ve takım içindeki diğer kişilerle iyi ilişkiler kurmaları ve kendilerini bir gruba ait hissetmeleri ise ilişkililik boyutuna örnek olarak gösterilebilir.

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı'na göre bireylerin psikolojik ihtiyaçlarının (özerklik, yeterlik ve ilişkili olma) giderilmesi bireylerin motivasyon ve iyi-oluş düzeylerinde artışa sebep olabilmektedir (Kındap, 2011). Kısacası psikolojide istekler ve ihtiyaçlar motivasyonun temel unsurları olarak incelenmektedir.

Motivasyon; hareket etmek, teşvik etmek, harekete geçmek anlamlarına gelen Latince "movere" kelimesinden türetilmiştir (Eren, 1998). Motivasyon; örgütün ve bireyin ihtiyaçlarını karşılayan bir çalışma ortamı yaratarak bireyleri etkileme ve harekete geçmeye motive etme sürecidir. Motivasyon; davranışı başlatan veya geliştiren ve devam eden aktiviteyi belirli bir yöne yönlendiren bir süreçtir. Belirli hedeflere yönelik insan davranışı, ihtiyaçların tatmini ile ilgilidir (Can, 2001).

Bir sporcuyu motive etmek ve onu motive tutmak sanıldığı kadar kolay olmayabilir. İhtiyaçlar kişiden kişiye farklılık gösterebilir. Bir sporcunun motivasyon düzeyini ve başarısını doğrudan etkileyen birçok faktör vardır. Bir sporcunun sosyal bağlantıları (aile ve arkadaş çevreleri), gelir düzeyi, antrenörleri ve takım arkadaşlarıyla olan bağlantıları başarıyı etkileyen faktörlerdir. Yapılan bir araştırmada akademik motivasyon ile spor motivasyonu arasında güçlü bir ilişki olduğu vurgulanmıştır (Türkmen, 2013).

Başarı motivasyonu, bir işi ustalıkla yapmak, bir işi mükemmel bir şekilde tamamlamak, engelleri aşmak ve işleri diğerlerinden daha iyi yapmak olarak tanımlanmaktadır (Gill, 1986). Sporcuların yüksek yoğunluklu antrenmanlara katılabilmeleri ve bunu uzun süre sürdürebilmeleri “başarı motivasyonu teorisi” ile açıklanabilmekte ve motivasyon teorisinde önemli bir yer tutmaktadır. Bu teori, bireylerin neden fiziksel bir aktiviteye giriştiklerini, zor görevleri tamamlamak için neden bu kadar çaba harcadıklarını ve neden uzun süre ısrar ettiklerini açıklamaktadır (Tiryaki, 2000).

Sporun doğasında olan mücadele veya rekabet çoğu zaman başarılı olma motivasyonundan geliştiği genel olarak kabul edilmektedir. Başarı ihtiyacı teorisinin odak noktası, bazı insanların başarıya dayalı faaliyetlerde başarılı olmaktan yüksek derecede tatmin elde etmeleridir. Başarı algısı kişiden kişiye değişiklik göstermektedir. Farklı bir anlatımla her birey kendi başarılı davranışının belirlenmesinden sorumludur. Dolayısıyla performansa dayalı sonuçlar, bireysel çaba ve beceri olarak görüldüğünde başarılı sayılabilir. Ancak performansa dayalı sonuçlar kişinin yetersizliğine veya çaba göstermemesine atfediliyorsa bu da başarısızlık olarak kabul edilmektedir. Bu nedenle bir kişi için başarı sayılan bir şey, bir başkası için başarısızlık olarak değerlendirilebilir (Tiryaki ve Gödelek, 1997).

Bireyin gereksinim duyduğu psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması, kendine olan güvenini yükseltirken aynı zamanda da başarılı olma güdüsünü olumlu yönde etkileyebilmektedir. Bu durumun tersi olarak birey temel psikolojik ihtiyaçları konusunda beklentilerinin olması durumunda yaşamış olduğu duygudurum ile birlikte karşı karşıya kaldığı durumlar ile mücadele gücünün yanında başarı motivasyonunu da kaybedebilecektir. Birey eğilimlerini ve psikolojik ihtiyaçlarını besleyebildiği ölçüde başarılı olmak için istek ve motivasyon kazanması da o kadar kolay olacaktır. Literatür dikkate alındığında sporcuların psikolojik gereksinimleri ile ilgili yapılan çalışmalara rastlanmaktadır, fakat sporcuların psikolojik gereksinimleri ve başarı motivasyonları arasındaki ilişkiyi inceleyen çok fazla çalışmaya rastlanmamıştır. Bu şekilde yapılacak bir araştırmanın sporcuların psikolojik ihtiyaçlarının belirlenmesi ve sporcuların psikolojik gereksinim düzeyinin başarı motivasyonlarına etkisinin ortaya konulması açısından bütüncül bir bakış açısı ortaya koyacağı ve yararlı olacağı

düşünülmektedir. Bu araştırmada; sporcuların psikolojik ihtiyaç durumları ile spor başarı motivasyon düzeylerinin belirlenmesi, psikolojik ihtiyaç ve spor başarı motivasyon düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi ve bu iki değişken arasındaki ilişkinini ortaya konulması amaçlanmıştır.

Bu amaç doğrultusunda;

1. Sporcuların psikolojik ihtiyaçları ile spor başarı motivasyonları ne düzeydedir?
2. Sporcuların psikolojik ihtiyaçları ve spor başarı motivasyonları demografik (yaş, cinsiyet, medeni durum, çocuk sahibi olma) özelliklerine göre anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?
3. Sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları spor başarı motivasyonlarını anlamlı yordamakta mıdır?

alt problemlerine yanıt aranmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Spor

Spor, Latince “dağıtmak, birbirinden ayırmak” anlamına gelen “disportare” ve “desport” kelimelerinden türetilen etimolojik bir kelime olup, 17. yüzyıldan itibaren araştırmacılar tarafından kelimenin ilk harfi çıkarılarak “spor” olarak kullanılmaya başlanmıştır (Kaya ve Öner, 2021).

Spor, bireysel veya toplu olarak yapılan, kendine has kuralları olan, genellikle rekabete dayalı, fiziksel ve zihinsel yeteneklerin gelişimini destekleyen eğitici ve rekreasyonel faaliyetlerdir (Atasoy ve Kuter, 2005). Spor, farklı değer ve alışkanlıklara sahip insanları bir araya getirerek, birbirleriyle daha hoşgörülü ve sevgi dolu yaşamalarını sağlamaktadır. Spor bireyin olağan çevresini beşeri çevre haline getirmekte ve elde ettiği becerileri geliştirmekte, belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, bireysel ya da toplu bir şekilde, boş zamanlarda ya da tam zamanını alacak biçimde meslek haline getirerek yapılan, sosyalleşmeyi, toplumla bütünleşmeyi, ruh ve fiziği geliştiren rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgu olarak ifade edilmektedir (Koçtürk, 1969).

Spor, insanın doğayla mücadelesinde edindiği temel becerilerin, insanla paralel olarak bireysel veya toplu olarak geliştirdiği aletli ve aletsiz mücadele yöntemlerinin kullanılmasına dayanan estetik, teknik, fiziksel, rekabetçi ve sosyal bir aktivitedir (Fişek, 1998).

Sporun insanlara hem kişisel hem de toplumsal açıdan pek çok olumlu faydası vardır. Birey olarak bedeninize ve zihninize fayda sağlayacak aktivitelere ilk adımı atmak çok önemlidir. Bireylerin tutarlı fiziksel aktivitesi, sağlıklı bir vücuda ve sağlıklı bir zihne sahip olmaya aktif olarak katkıda bulunmaktadır (Güney, 2022).

Egzersiz kişinin sadece ruh sağlığını korumasını sağlamakla kalmaz, aynı zamanda fiziksel gelişiminin daha hızlı tamamlanmasını da sağlamaktadır. İnsanlar bu faaliyetlerde neler başarabileceklerini görerek ve bu başarıları sergileyerek kendilerini

keşfetmektedirler. Bu durum çevreyle ilişkiyi de güçlendirmektedir. Spor sayesinde insanlar daha fazla insanla etkileşime girerek, boş zamanlarını daha verimli kullanarak farklı konularda ilerleme kaydedebilmektedir. Spor etkinliklerinde kazanma arzusu rekabetten daha düzenleyici ve kontrol edicidir. Sporda kazanma isteği kötü bir rekabetten ziyade dengeleyici bir yapıdır. Spor, farklı değer ve alışkanlıklara sahip insanları bir araya getirerek, birbirleriyle daha hoşgörülü ve sevgi dolu yaşamalarını sağlamaktadır (Mavi ve Tuncel, 2012).

2.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar

Psikolojide ihtiyaç kavramı, kişinin gelişmesi ve çevresindeki bireylerle uyumlu iletişim kurabilmesi için vazgeçilmez bir koşulun bulunmadığını ifade etmek için kullanılmaktadır (Çoban, 2021). İnsanların hayatta kalabilmek için ihtiyaç duyduğu koşulların karşılanamaması bir ihtiyaç durumu olarak tanımlanmaktadır. İhtiyaç durumları organizmada saldırgan bir duruma neden olur ve bu etkiyi azaltmak için farklı davranışlar sergilemektedir (Cüceloğlu, 2012).

İhtiyaç kavramı daha önce deneysel psikoloji alanında motivasyon araştırmalarını organize etmek için kullanılmış, ihtiyaçların davranışın yönü ve enerjisinin temel temelinin oluşturduğu görülmüştür (Deci ve Ryan, 2000). Psikolojik ihtiyaçlar teorisi psikolojide çok eski bir teoridir. Davranışların en önemli nedeninin temel ihtiyaçlara dayalı deneyimlerdir ve tüm davranışlar belirli bir ihtiyacı gidermek için belirli bir amaca yönelik eylemlerdir (Sarı ve ark., 2011).

Psikolojide “ihtiyaç” kelimesi, kişinin sürekli gelişimi ve çevresindekilerle daha sağlıklı ve uyumlu iletişim kurması için gerekli olan önemli nedenlerin eksikliğini ifade etmek için kullanılmaktadır (Baymur, 1994). Temel Psikolojik İhtiyaçlar Teorisi (TPİT), bu ihtiyaçlar ile insan psikolojisindeki ilgili kavramlar arasındaki ilişkiyi açıklamaya çalışarak bu ihtiyaçları gidermektedir. Talep olgusunun oluşmasını ve oluşmasını etkileyen iki neden, iç faktörler ve çevresel faktörlerdir (Bardak ve Keskin, 2022).

Organizmalar ortaya çıkan ihtiyaçları karşılamak ve bu ihtiyaçlara yanıt vermek için hareket etmektedirler (Ryan, 1995). Bireylerin arzuları, amaçları ve yönelimleri,

mevcut ihtiyaçlarının ortaya çıkmasında geçerli olan en önemli içsel nedenler olarak tanımlanmaktadır. Bir bireyin ihtiyaçları onun fiziksel ve zihinsel durumu açısından önemlidir. Ayrıca temel psikolojik ihtiyaçlar da kişinin mutluluğuyla ilişkilidir (Zeyrekli-Yaş ve Usta-Kara, 2022).

Fizyolojik ihtiyaçlar yaşam süreçlerinin devamlılığını ve varoluş dürtüsünü sağlamaktadır, ğrenilmemektedir ve tüm canlılarda mevcuttur. Fizyolojik ihtiyaçlar; kişisel güvenlik, hukuk, istikrar, mülkiyet güvenliği gibi ihtiyaçlar; arkadaşlık, yakınlık, güven, şefkat ve sevgi gibi sevgi ve ait olma ihtiyaçları; kendine saygı ve itibar gibi; kişisel potansiyelin farkına varılması ve kişisel gelişimin aranması gibi gerçekleştirme ihtiyaçlarıdır (Maslow, 1987). Bu ihtiyaçlar, ilk çocuğun doğduğu andan itibaren başlayıp, çocukluk ve ilk ocuk döneminde temel ihtiyaçlar olarak ortaya çıkmakta, daha sonra karmaşık yaşam döngüsü ve giderek çeşitlenen yapı, sosyal ve psikolojik ihtiyaçların yanı sıra sosyal ve psikolojik ihtiyaçların da artmasına yol açmaktadır. Bu nedenlerden dolayı fizyolojik ihtiyaçlar birincil ihtiyaçlar olarak tanımlanmaktadır (Borg-Laufs, 2013).

Psikolojik ihtiyaçların deneyimle birlikte geliştiği, kişilik yapısı ve davranış kalıplarında, kişiliğin gelişimini teşvik eden ve destekleyen, sosyal çevreyle ilişkide srekliiliği ve gelişimi sağlamada daha etkin rol oynadığı bilinmektedir. Temel olarak genel görüş, psikolojik ihtiyaçların zamanla kazanıldığı, zamanla öğrenildiği ve farklı toplumlar arasında ince farklarla birlikte kişiden kişiyeye değiştii yönündedir (Demirbaş-elik ve İşmen-Gazioğlu, 2017). Fizyolojik ihtiyaçlar aynı zamanda psikolojik ihtiyaçları da beraberinde getirmektedir. Beslenme, sosyalleşmeyle, iş, gelir ve yeni insanlarla iletişim kurma biçimlerinin değişmesiyle değişen fizyolojik ihtiyaçlarımızdan biridir (oban, 2021). Cinsellik ihtiyacı sadece ihtiyacın karşılanması şeklinde kalmaz, zamanla bu ihtiyaç sevme, sevilme, beğenilme kavramlarını da kapsayacak şekilde gelişmektedir (Köknel, 2005).

2.2.1. Temel Psikolojik İhtiyaçları Açıklayan Kuramlar

Temel psikolojik ihtiyaçlar farklı teorilerle açıklanmaktadır. Aşağıda temel psikolojik ihtiyaçları açıklayan kuramlar ayrı ayrı incelenmiştir.

Deci ve Ryan'ın Öz Belirleme Kuramı

İnsanlar, büyük ölçüde içinde geliştikleri ve işlev gördükleri sosyal koşulların bir fonksiyonu olarak proaktif ve ilgili veya alternatif olarak pasif ve yabancılaşmış olabilmektedirler (Ryan ve Deci, 2000).

Öz Belirleme Kuramı'nda psikolojik ihtiyaçlar üç alt boyuttan oluşmaktadır: Bunlar özerklik, ilişkili olma ve yeterlidir (Vansteenkiste ve Ryan, 2013):

- **Özerklik:** İrade ve isteklilik deneyimini ifade etmektedir. Bir kişi tatmin olduğunda, sanki eylemleri, düşünceleri ve duyguları kendi kendine doğrulanıyormuş gibi duygusal bir bütünlük; tatmin olmadığında, kişi genellikle stres ve çatışma duygusu yaşamaktadır. Hoş karşılanmayan bir duruma itilmiş gibi hissetmektedir.
- **İlişkili olma:** Aile, sıcaklık, bağlantı ve bakım deneyimini ifade eder. Bireyler başkalarıyla bağlantı kurmaktan ve onlar için önemli olduklarını hissetmekten memnuniyet duymaktadırlar. Bağlanma ihtiyacı karşılanmadığında hayal kırıklığı, sosyal yabancılaşma, reddedilme ve yalnızlık duygularıyla karşılaşılabilir.
- **Yeterlik:** Etkililik ve ustalık deneyimiyle açıklanmaktadır. Memnuniyet, bir kişi beceri ve uzmanlığı kullanan ve genişleten faaliyetlere ve deneyimlere ustaca katıldığında ortaya çıkmaktadır. Yetenek ihtiyaçları karşılanmadığında insanlar kendilerini etkisiz, hatta başarısız ve çaresiz hissedeceklerdir.

Bu üç psikolojik ihtiyacın karşılanması kişilik gelişiminin yanı sıra bireyin kişilerarası ilişkilerini ve yaşam doyumunu da etkilemektedir. Kalkınma için bu ihtiyaçların yalnızca bir kısmının değil, her birinin bir ölçüde karşılanması gerekmektedir. Bu nedenle çevre koşullarının bireyin gelişimini desteklemesi beklenmektedir (Kasser ve Ryan, 1999).

Maslow İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Maslow'un ihtiyaçlar teorisi, bir ihtiyaçlar hiyerarşisi önerir ve bu ihtiyaçların sıralı olarak karşılanmasını savunmaktadır (Şengöz, 2022). Teori, kalkınma çalışmalarında, kalkınma önceliklerinin belirlenmesinde, politikaların ve sosyal programların

tasarlanmasında ve ekonomik büyümenin merkezi kalkınma aracı olarak oynadığı rolde çok etkili olmuştur (Rojas ve ark., 2023).

Maslow'un teorisi, insan ihtiyaçlarının beş kategorisinin varlığını önermektedir: fizyolojik, güvenlik, sevgi ve ait olma, saygı ve kendini gerçekleştirme ve bu ihtiyaçların hiyerarşik bir şekilde sıralanmasını öne sürmektedir (Maslow, 1943; Maslow, 1954).

Maslow'un teorisi eski ama önemini hala korumaktadır. Ancak Maslow'un piramidi, bugün bile pek çok politika düşüncesini çağrıştıran güçlü bir simgedir; simge akademisyenler, kalkınma uygulayıcıları, politikacılar ve hatta sıradan insanlar tarafından kolayca tanınmaktadır (Rojas ve ark., 2023).

Maslow'un çoklu ve bağımsız motivasyon sistemleri önerisi, kısmen Watson, Skinner, Dollard ve Miller tarafından savunulan etkili davranışçı görüşe alternatif olarak geliştirilmiştir. 20. yüzyılın ortalarında kabul edilen görüş, açlık ve susuzluk gibi yalnızca bir avuç "temel dürtünün" var olduğu yönündedir. Bu birkaç birincil dürtünün yaşamın erken dönemlerinde mevcut olduğu ve basit koşullanma ilkeleri yoluyla öğrenilen daha sonraki "ikincil dürtüler" için temel oluşturduğu varsayılmıştır. Örneğin, bir çocuğun annesi emzirme sırasında her zaman oradadır ve süttten kesildikten sonra bile aralıklı olarak yiyecek ödülleri vermeye devam etmektedir. Yiyecek ve sosyal temas arasındaki sürekli ilişki nedeniyle çocuk diğer insanlarla temas kurmayı arzulamayı öğrenmektedir (Kenrick ve ark., 2010).

Hakim davranışçı görüşün aksine, Maslow (1943) birkaç bağımsız temel insan ihtiyaçları kümesi önermiştir. Fizyoloji, güvenlik, sevgi, saygı ve kendini gerçekleştirmeyle ilgili evrensel bir dizi farklı güdü olduğunu varsaymaktadır. Maslow'un bağımsız güdülere ilişkin fikirleri, lisansüstü danışmanı Harry Harlow'un, izole bir şekilde yetiştirilen al yanaklı maymunların, yalnızca yakındaki bir telden beslenen taşıyıcı anneyle beslenseler bile, yumuşak, sevimli bir taşıyıcı anneyle teması tercih ettiklerini bulan araştırmasına dayanmaktadır (Harlow ve Zimmerman, 1959).

Maslow'un teorisinin en kalıcı yönü, temel motivasyonları bir hiyerarşi içinde organize etme fikridir. Hiyerarşik düzenleme, bazı güdülerin diğerlerinden öncelikli

olduğunu, onların da diğerlerinden öncelikli olduğunu öne sürmüştür. Örneğin bir kişi açlıktan ölüyorsa, yiyecek elde etme arzusu diğer tüm hedeflerin önüne geçecek ve kişinin düşünce süreçlerine hakim olacaktır (Kenrick ve ark., 2010).

Maslow, her insanın içinde beş ihtiyaçtan oluşan bir hiyerarşi olduğunu varsaymaktadır. Bunlar:

1. Fizyolojik İhtiyaçlar: Açlık, susuzluk, barınma, seks gibi fizyolojik ihtiyaçları kapsamaktadır. Fizyolojik ihtiyaçlar insanın hayatta kalması için gerekli olan maddi ihtiyaçlardır. En önemlisi sayılan bu ihtiyaçlar karşılanmadığı takdirde insan vücudu düzgün çalışmamakta veya varlığına devam edememektedir (Osemeke ve Adegboyega, 2017).

2. Güvenlik İhtiyacı: Fiziksel ve duygusal zararın önlenmesi için gerekli ihtiyaçları kapsamaktadır. Bir kişinin fizyolojik ihtiyaçları karşılandıktan sonra güvenlik ihtiyaçları öncelikli hale gelmektedir. Fiziksel güvenliğin eksikliği, travma sonrası kişilerde duygusal sorunlara yol açabilmektedir (Osemeke ve Adegboyega, 2017).

3. Ait Olma ve Sevgi İhtiyacı: İnsanların sevilme, ait olma, kabul edilme ve arkadaş edinme ihtiyaçlarını kapsamaktadır. Fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçları karşılandıktan sonra üçüncü düzey ihtiyaç olan ait olma ve sevgi ihtiyacı ön plana çıkmaktadır. Maslow'un hiyerarşisinin bu seviyesindeki eksiklikler, bireyin arkadaşlık, yakınlık ve aile gibi duygusal açıdan anlamlı ilişkiler kurma ve sürdürme yeteneğini olumsuz yönde etkileyebilmektedir İnsanların, grubun büyüklüğü ne olursa olsun, sosyal gruplar (örneğin iş arkadaşları, spor grupları) içinde ait olma ve kabul edilme duygusuna ihtiyaçları vardır (Maslow, 1943).

4. Değer İhtiyacı: İnsanların öz saygı, özerklik, başarı (iç faktörler) ve statü, tanınma ve ilgi (dış faktörler) gibi ihtiyaçlarını içermektedir. Tüm insanların kendine saygı duyması, değer verilmesi, saygı duyulması ve başkaları tarafından kabul edilmesi gerekmektedir. İnsanlar genellikle tanınmak için profesyonel veya hobi gruplarına katılmaktadırlar. Bu faaliyetler bireyin katkı veya değer duygusunu arttırmaktadır. Bu ihtiyaçların eksikliği öz saygının azalmasına, zayıflığa ve çaresizliğe yol açmaktadır (Maslow, 1954).

5. Kendini Gerçekleştirme: Kişinin olgunluk, potansiyelini gerçekleştirme, kendini gerçekleştirme gibi ihtiyaçlarını kapsamaktadır. Maslow bu seviyeyi, kişinin yapabileceği her şeyi başarma ve yapabileceklerinin ötesine geçme arzusu olarak tanımlamıştır (Maslow, 1954).

Alderfer'in ERG Kuramı

Yaygın olarak ERG olarak bilinen varoluş, direnç ve büyüme teorisi bu literatür incelemesinin konusunu oluşturmaktadır. ERG, bireysel insan davranışına katkıda bulunan faktörlerin anlaşılmasıyla ilgilenen motivasyonel bir yapıdır. Bir kişinin belirli eylemlerde bulunmasına neden olan içsel faktörleri dikkate alan dört içerik yaklaşımından biridir. Böyle bir anlayış, işyerindeki performansı anlamak ve geliştirmek isteyen işletme öğrencileri ve uygulayıcılar için faydalıdır. Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisinin bir uzantısı olan ERG, işyeri sorunlarını, ilişki paradigmalarını ve kişisel gelişim seçimlerini açıklamak ve/veya tahmin etmek için kullanılabilir (Ivancevich ve ark., 2007).

ERG Teorisi, teorisyenin teorisinin ana ilkelerini geliştirmek için verileri ampirik olarak test ettiği ve bilimsel materyal yayınladığı 1961 ile 1978 yılları arasında geliştirilmiştir. Makale, teorisinin nasıl geliştirildiğini açıklarken, yazarı Alderfer'in geçmişini Maslow'la karşılaştırmaktadır. Alderfer, ERG'yi doğrulayan ampirik çalışmanın Easton, Pennsylvania'daki bir fabrikada nasıl yürütüldüğünü ve daha sonra daha büyük bir tesiste ölçümlerin iyileştirilip bir tezde sunulduğu başka bir ampirik çalışmanın inşasıyla nasıl daha da geliştirildiğini açıklamaktadır (Alderfer, 1989).

Wanous ve Zany (1977) ERG kategorilerinin bütünlüğünü destekleyen bir çalışma yürüttüler. İhtiyaç tatmini, önemi ve tatmini arasındaki ilişkiyi değerlendirerek, ihtiyaçların tatmininin tatmin ve önemi düzenlediğini bulmuşlardır. Başka bir deyişle ihtiyacın önemi, onun karşılanma şekline bağlıdır. Ayrıca bu olgunun varoluş, akrabalık ve büyüme kategorileri arasında var olma olasılığı daha yüksektir.

ERG teorisine göre ihtiyaçların üç hiyerarşisi vardır, birden fazla ihtiyaç aynı anda etkin olabilir ve bireyin üstteki ihtiyacı engelleniyorsa alt seviyedeki ihtiyacı arttırmayı düşünmektedir. Ayrıca sosyal bir ihtiyaç karşılanmazsa daha fazla para ve

daha iyi çalışma koşullarına olan isteği artabilmektedir. Üst düzey ihtiyaçların karşılanmaması, bireyin alt düzey ihtiyaçlarının artmasına neden olabilmektedir. İhtiyaçların engellenmesi hayal kırıklığı olarak bilinmektedir. ERG teorisi bu nedenle hayal kırıklığı regresyon boyutunu içermektedir. ERG teorisine göre, daha yüksek düzeydeki ihtiyaçlardaki hayal kırıklığı, daha düşük düzeydeki ihtiyaçlara gerilemeye yol açabilmektedir (Yang ve Ling, 2023).

Eric Fromm'un İhtiyaçlar Kuramı

Erich Fromm (1900-1980), kişiliğin geliştirilmesinde kültürün rolünü vurgulayan, Frankfurt Okulu'na bağlı bir Alman-Amerikalı psikanalisttir. Psikanalizin kültürel sorunları tedavi edecek ve dolayısıyla akıl hastalıklarını azaltacak bir araç olduğunu savunmuştur. Fromm, insandaki karakterin, insanların ihtiyaçlarını karşılamanın bir yolu olarak geliştiğine inanmakta, Freud'un aksine o, karakterin sabit olduğuna inanmamaktadır. Fromm beş temel insan ihtiyacını özetlemiştir Bunlar: İlişki kurma, köklü olma, aşkınlık, kimlik duygusu ve yönelim çerçevesidir. Fromm'a göre bunların yokluğu, yabancılaşma gibi zihinsel ve sosyal sorunlara neden olmaktadır. Fromm, özgürlüğü vurgulayan ve insan ihtiyaçlarını karşılayan ideal toplum ve din versiyonlarını tasavvur etmiştir. Bunu yaparak hümanist sosyalizmin kurucularından biri olmuştur (Nickerson, 2024).

Herzberg'in Çift Etmen Kuramı

Herzberg teorisi, işgörenler arasındaki iş tatminini araştırmak için bir yöntem olarak kullanılmıştır (Lundberg ve ark., 2009). Herzberg'in işyerine uygulanan motivasyon teorisine göre, iki tür motive edici faktör vardır:

1. Tatmin ediciler (motivasyon sağlayıcı araçlar), iş tatmininin ana itici güçleridir ve başarıları, tanınmayı, sorumluluğu ve işte ilerlemeyi içerir,
2. İş tatminsizliğinin ana nedenleri olan tatmin edici olmayanları içerir. Bunlar çalışma koşulları, maaşlar gibi faktörleri içerir, meslektaşlarla ilişkiler, idari politikalar ve denetimdir (Herzberg ve ark., 1959).

Herzberg bu modeli, iş yerindeki bir bireyin aynı anda hem memnun hem de tatminsiz olabileceğini, çünkü bu iki faktör kümesinin ayrı sıralarda işlediğini açıklamak için kullanmıştır. Örneğin hijyen faktörleri (tatmin etmeyenler) memnuniyeti artıramamakta veya azaltamamaktadır; yalnızca memnuniyetsizliğin derecesini etkileyebilir. İşyerinde iş doyumunun sağlanması için tatmin edicilerin (motivasyon unsurlarının) hijyen faktörleriyle uyumlu hale getirilmesi gerekmektedir (Herzberg ve ark., 1959).

Maslow'un motivasyon teorisinde önerilen piramitte alt düzeydeki ihtiyaçların üst düzeydeki ihtiyaçlardan önce karşılanması gereklidir; Bu fikir motivasyon ve hijyen faktörlerine paralel olarak düşünülebilir çünkü motivasyon faktörlerinin ortaya çıkmasına izin vermek ve dolayısıyla iş tatminsizliğini önlemek için hijyen faktörlerinin mevcut olması gerekmektedir (Maslow, 1954). Dolayısıyla Herzberg'in teorisindeki motive edici faktörler, Maslow'un teorisindeki içsel faktörlere (yüksek ihtiyaçlar) benzemektedir. Maslow'un teorisindeki dışsal faktörler, Herzberg'in iki faktör teorisindeki tatmin etmeyen faktörlere benzemektedir (Alrawahi ve ark., 2020).

McClelland'ın Başarı İhtiyacı Kuramı

McClelland, İnsan Motivasyonu teorisinde üç ihtiyacı (güç, bağlılık ve başarı) birbirinden ayırıyor ve insan motivasyonunun duygusal durumlardaki değişikliklere bir yanıt olduğunu savunmaktadır. Spesifik bir durum, otonom sinir sisteminin spesifik olmayan tepkisi yoluyla duygusal durumda bir değişikliğe neden olmaktadır. Bu yanıt, kişiyi farklı bir duygusal duruma ulaşma hedefine doğru motive etmektedir. Duygusal bir durum pozitif ya da negatif olabilir ve motive olmuş davranışın yönünü ya yaklaşmaya yönelik, yani durumu sürdürmeye ya da kaçınmaya yönelik, yani durumdan kaçınmaya ya da sona erdirmeye yönlendirebilmektedir (McClelland ve ark., 1953).

Motivasyon yoğunluğu, uyarının algılanışına ve bireyin uyum yeteneklerine bağlı olarak bireyler arasında farklılık göstermektedir. Dolayısıyla beklenti ile algı arasında bir tutarsızlık olduğunda, kişi bu çelişkiyi ortadan kaldırmaya motive olacaktır (Güss ve ark., 2017).

Adams'ın Eşitlik Kuramı

Eşitlik teorisi, bireylerin adalet algısıyla motive olduklarını belirtmektedir. Başka bir deyişle, başkalarına kıyasla bize adil davranıldığını hissedildiğinde motive olunmaktadır. Birey işinde adil davranılmadığı hissedildiğinde motivasyon düşmektedir. John Stacey Adams teorisini 1960'lerde geliştirmiştir. Adams işyerinde davranış psikoloğu olarak çalışmış ve birçok kişi onu zamanının en etkili psikologlarından biri olarak görmektedir. Algılanan adalet algısı düşük olduğunda motivasyon da düşük olmaktadır. Adalet algısı yüksek olduğunda motivasyon da yüksek olmaktadır. Adam'ın eşitlik teorisi, insanların bir duruma koydukları girdiler ile bu durumdan aldıkları sonuçlar arasında eşitliği korumaya motive olduklarını öne sürmektedir. Girdiler, zaman, enerji ve çaba gibi işe katılan şeylerdir. Çıktılar, maaş, tatil günleri ve tanınma gibi konumdan dolayı elde edilenlerdir (Highrise, 2022).

Hull'un Fizyolojik İhtiyaçlar Kuramı

Hull'a göre davranışın nedeni motivasyondur. Davranışın sonuçları kendisini rahatsız ediyorsa birey davranıştan kaçınacak, davranıştan tatmin edici sonuçlar elde ederse ise davranışı kabul etmekte ve pekiştirmektedir. Hull (1973) yiyecek, barınma ve seks gibi fizyolojik ihtiyaçlara odaklanmıştır. Davranışların nedenlerini bu ihtiyaçların tatminine bağlamıştır (Skinner, 1989).

Transaksiyonel Analiz Kuramı

Bacanlı'nın (2000) belirttiği gibi Eric Byrne ihtiyaçları ifade ederken açlık kavramını tercih etmektedir. Çevresel uyarım ihtiyacı; çevre tarafından tanınma ihtiyacı, tanınma arzusu; yaşamda anlam bulma ihtiyacı, yapı arzusu olarak tanımlanmaktadır (Bacanlı, 2000).

Vroom'un Beklenti Kuramı

Vroom, önerdiği teoride bireylerin kendi beklentilerine göre çaba harcadıklarını vurguladı. Bu çabalardan elde ettikleri sonuçlar, bu sonuçlara verdikleri önemi belirlemektedir. Beklenti teorisi üç alt boyutta incelenebilir: Bunlar beklenti, araçsallık ve değerliktir (Van Eerde ve Thierry, 1996).

- Beklentiler bireysel çaba ve performansın nedenidir. Yüksek beklentiler daha fazla çaba anlamına gelir.
- Araçsallık, sonuçların çabayla elde edilebileceği inancını ifade eder.
- Değerlendirme, bireyin elde edilen sonuçlara verdiği önemdir.

Seçim Teorisi

İnsanlar hayatta kalmak için mücadele ediyorlar ve bu mücadelede biyolojik ihtiyaçlarını karşılamaları gerekmektedir. Fiziksel ihtiyaçların yanı sıra psikolojik ihtiyaçların da karşılanmasını beklemektedir. Bunu yapmak için Glasser ihtiyaçları beş kategoride değerlendirmektedir. Bunlar hayatta kalma, sevgi, aidiyet, güç ve özgürlüğe duyulan ihtiyaçtır (Glasser, 1999; Glasser, 2003):

- Fizyolojik ihtiyaçlar: Hayatta kalma, nefes alma, yeme içme ve barınma,
- Sevme ve sevilme ihtiyaçları: Sevgi, cinsellik, bağlılık, ait olma, değer görme,
- Güç ihtiyacı: İlişkilerde lider olma ve bir işte yeterli hissetme,
- Özgürlük ihtiyacı: Karar alırken özgür davranabilme ve bağımsız olmadır.

Murray'ın Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı

Murray ihtiyaçları bireyin gelişmesini sağlayan davranışlar olarak tanımlamıştır. Bu nedenle ihtiyaçlar yaşam boyunca gelişmeye ve değişmeye devam etmektedir (Meehl, 1992):

Birincil ihtiyaçlar: Yaşamda bireyin devamlılığını sağlayan ihtiyaçlardır,

İkincil ihtiyaçlar: Duygusal iyi olmayı sağlamakta olan ihtiyaçlardır,

Reaktif ihtiyaçlar: Çevreden gelen uyaranlara verilen tepkilerdir,

Proaktif ihtiyaçlar: Çevreden bağımsız olan ihtiyaçlardır,

Açıkça görülen ihtiyaçlar: Motor davranışlarda gözlemlenen ihtiyaçlardır,

Gizil ihtiyaçlar: Bireyin hayal dünyasında var olan ihtiyaçlardır.

2.2.2. Bireylerin Temel Psikolojik İhtiyaçları

Bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları özerklik, yeterlik, ilişkili olma ihtiyaçlarının yanında öznel iyi oluş, öz belirleme ve ilişki doyumdur.

Özerklik İhtiyacı

Özerklik, kişinin kendi faaliyetlerinde kendi özgür iradesine göre hareket edebilmesi ve karar verici olarak kendisinin farkında olması durumudur (Deci ve Ryan, 1991). Özerklik, kişinin kendi belirlediği eylemleri başlatma ve bitirme ve eylemleri kendi istek ve iradesine tam uygun olarak özgürce seçebilme yeteneğidir. Özerk davranış duygular, davranışlar ve değerler bağlamında tanımlanabilmektedir. Duygusal özerklik, kişinin akrabalarıyla birebir ilişkilerinde ne ölçüde kendi düşüncelerine göre yönlendirildiğini; davranışsal özerklik ise kişinin o anda ve daha sonra birçok farklı konuda ve farklı konularda verdiği kararlara odaklanabilmesini içermektedir (Guardia ve Patrick, 2008).

Değerler bağlamında özerklik, kişinin içinde yaşadığı toplumun ve toplumsal çevrenin değerlerini, herhangi bir kişi veya kurumun zorlama veya değiştirme isteği olmaksızın, kendi değerleriyle ilişkilendirmesidir. Kısaca özerklik, kişinin özerk hareket etmek zorunda kalmadan kendi hayatında söz sahibi olması ve bu hakkı değerler çerçevesinde kullanması olarak ifade edilebilmektedir (Ryan ve Lynch, 1989). Kişi herhangi bir durumda seçme hakkını ve seçme duygusunu hissettiğinde özerklik duygusunu yerine getirdiğini fark etmektedir (Deci ve Ryan, 2000).

Yeterlik İhtiyacı

Kendi kaderini tayin teorisi bağlamında yetenek, bir eylemi gerçekleştirmek için gerekli olan bilgi, donanım, potansiyel ve istek gibi kavramların varlığı olarak tanımlanmaktadır. Bireyin beklenen performansı elde etme ve sorumluluklarını yerine getirme becerisine sahip olması gereklidir. Yeterlilik gereksinimlerinin ana yapısını sosyal çevre ile etkileşim oluşturmaktadır. Yetenek, kişinin sosyal çevreyle iletişim ve bağlantı kurabilmesinin temel göstergesidir (Deci ve Ryan, 1985).

Birey istenilen hedeflere ulaşmak ve çevrede karşılaşılan sorunları çözmek için çabalarken yetenekli olduğuna inanmaktadır. Yeterlilik duygusu yaşayan insanlar hedeflerine emin bir hızda ulaşacaklarından emindirler (Williams ve ark., 2002). Levesque ve ark. (2004)'na göre yetkinlik ihtiyaçlarının karşılanması bireyin hedeflerine ulaşma isteğini artırır ve karşılaştığı zorlukların kolaylıkla üstesinden gelmesini sağlamaktadır. Yeterlilik ihtiyacı, bireyin yaşamındaki süreçten keyif almasını sağlayarak, zorluklarla mücadele ederken kendisini en etkin şekilde kullanabilmesi için ihtiyaç duyduğu inanç ve yeteneklere temel sağlamaktadır.

Yeterlilik ihtiyacı diğer temel psikolojik ihtiyaçlardan bağımsız olarak ele alındığında bireyin ruh sağlığını ve dayanıklılığını yeterince ifade etmemektedir. Birey kendini ne kadar özgür hissederse, kendine özgü kararlar alma yeteneği de o kadar artmaktadır. Bireylerin kendilerini rahat ve stressiz hissetmeleri, yetkinlik ihtiyaçlarının daha etkin bir şekilde karşılanmasına olanak sağlayacaktır (Dalgas ve ark., 2024).

İlişkili Olma İhtiyacı

Kendi kaderini tayin teorisi açısından insanların ihtiyaç duyduğu mutluluk, haz gibi bir kavrama ulaşmak için temel psikolojik ihtiyaçların belli bir oranda karşılanması gerekmektedir. Özerklik, yetkinlik ve alaka düzeyi şeklinde temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması, insanların temiz, sakin ve sağlıklı bir psikolojik ruh haline sahip olmaları için önemlidir (Deci ve Ryan, 2000).

İlgili ihtiyaç, bireyin etkileşimde bulunduğu sosyal çevre ile daha etkili iletişim kurma ve iyi ilişkiler geliştirme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Kurulan bu sağlıklı ve kaliteli ilişkinin başarı oranı, insanların psikolojik olarak yüksek motivasyonu ve başarısı ile doğru bir şekilde ilişkilidir (Deci ve Ryan, 2000).

2.2.3. Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu ve Tatminsizliği

Temel psikolojik ihtiyaçlar teorisi, özerklik, yeterlilik ve alaka düzeyi gibi temel ihtiyaçların ırk, cinsiyet veya kültürel geçmişe bakılmaksızın tüm insanlarda var olduğunu ve bir kişinin davranış motivasyonunu nasıl düzenlediğini belirlediğini belirtmektedir (Chen ve ark., 2015; Ryan ve Deci, 2017).

Deci ve Ryan (2000)'a göre özerklik memnuniyeti, bireylerin çevre ile etkileşim sürecinde özgürlüğün tadını çıkarırken eylemlerini kontrol etme ihtiyacını ifade etmektedir. Yetenek memnuniyeti, etkili bir duyu ve yeni beceriler geliştirme ve ustalaşma yeteneğini içermektedir (Chen ve ark., 2015). İlişki doyumu, bir kişinin başkalarıyla duygusal bağlantılar ve duygusal etkileşimler geliştirme ihtiyacını içermektedir (Vansteenkiste ve Ryan, 2013). Teori, bu üç temel psikolojik ihtiyacın doyum ve tatmininin kişinin fiziksel ve zihinsel gelişimine katkıda bulunduğunu vurgulamaktadır (Deci ve Ryan, 2000).

Bir yandan bireyler temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılamanın hayal kırıklığını yaşayabilmektedir. Bu hayal kırıklığı, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmamasından kaynaklanmaktadır. Bu tatminsizlikler:

- Özerklik tatminsizliği: Dış veya gönüllü baskı ile kontrol edilen duyguları içermektedir (Chen ve ark., 2015).
- Yetkinlik tatminsizliği: Bir kişinin verimli hareket etme yeteneği hakkında şüphelerinizi ifade etmektedir (Cordeiro ve ark., 2016).
- İlişkili Olma tatminsizliği: Sosyal dışlanma ve yalnızlık duygularıyla ilişkilidir (Bartholomew ve ark., 2011).

Bireyler temel psikolojik ihtiyaçlarının engellendiğini fark ettiklerinde kendilerini kötü hissederler, bu da mevcut davranışları azaltma veya terk etme olasılığını arttırmaktadır (Edmunds ve ark., 2008).

2.2.4. Spora Yönelme İhtiyaçları

Bireylerin spora yönelmelerinde etkili olan ihtiyaçlar arasında biyolojik, sosyal ve psikolojik ihtiyaçlar bulunmaktadır.

Sosyal İhtiyaçlar

Sosyal motivasyon, insanların toplumla ilişkilerini sürdürebilmeleri için bedenlerine ve sağlıklarına rahatsızlık vermeyecek, çatışmaya yol açmayacak şekilde davranmalarında oldukça etkilidir (Güney, 2022). Belli bir düzende olan spor

faaliyetleri, insanların belli bir disiplinde kalmalarını sağlar, yine kişilerarası sosyal kuralların oluşmasına katkıda bulunmakta, birlikte ve uygun bir şekilde faaliyetlere katılmaktadır. Spor aktivitelerinin bireyin sosyalleşmesi üzerinde büyük etkisi vardır, bazıları şunlardır (Kaşka, 2022):

- Katılımcılar arasında bağlantısız bir dostluk bağı oluşturulması,
- Diğerleri arasında belirli bir saygı duygusu kazanılması,
- Faaliyet ve bunun getirdiği kurallara uyma yükümlülüğü ile birlikte belirli bir düzen alınması,
- Kişisel güvenin artırılması,
- Grup faaliyetlerinde bireye birlikte hareket etme ve uyum sağlama becerisinin öğretilmesi - disiplin unsuru içeren bir yapı kazandırılmasının sağlanması,
- Mücadeleci olmaya ve onu yaşamın her alanında kullanabilmeye katkısının yükseltilmesi,
- Bireylerin bedenlerine daha fazla saygı duymalarını sağlayarak kötü alışkanlıklardan korunmasının sağlanması,
- Saldırganlık gibi olumsuz durumlardan kurtulma ve başkalarına daha fazla saygı duyulmasının sağlanmasıdır.

Biyolojik İhtiyaçlar

Egzersiz sırasında kaslarımızın oksijen ihtiyacı artmakta ve kalp bu oksijen ihtiyacını karşılamak için kan pompalamasını artırarak bu ihtiyacı karşılamaya çalışmaktadır. Düzenli egzersizle damarlar ihtiyaçları karşılayacak şekilde şekil değiştirerek vücutta daha fazla kan taşımalarına olanak tanımaktadır. Vücuda pompalanan kan ihtiyacı karşılayabilecek seviyeye ulaştığında vücuttaki yağ oranı belli oranda azalmakta, yağ yakımı gerçekleşebilmekte, kan basıncındaki olumlu değişikliklerle birlikte kalp hastalıkları riski de azalmaktadır (Müftüoğlu, 2003).

Egzersiz sırasında koroner arterlerden akan kan miktarı, kan damarlarının genişlemesine neden olarak kalbin çeşitli bölgelerine daha fazla kan ulaşmasını sağlamaktadır. Düzenli aerobik antrenmanı orta derecede hipertansiyonu olan kişilerde kan basıncını düşürebilmektedir. Ancak şiddetli hipertansiyonda etkisi daha küçüktür (Demir ve Filiz, 2004).

Faaliyetlerde bulunan insanlar “hareket” ihtiyacını karşılamaktadır. Motor uyarım canlı organizmaları etkileyen en önemli uyarılardan biridir. Bu uyarının eksikliği yetişkin organizmada atrofiye (doku dejenerasyonu), gelişmekte olan organizmada ise çeşitli şekil ve fonksiyon bozukluklarına yol açmaktadır. Yani egzersiz bireyin en önemli ihtiyaçlarından biridir. Bu ihtiyacın belirli kurallara göre düzenli ve sıklıkta yani hareket yoluyla karşılanması durumunda organizmada gözle görülebilen ve çeşitli araçlarla ölçülebilen olumlu değişiklik ve gelişmeler sağlanmaktadır. Bireyin kemikleri kalınlaşmakta, kaslar gelişmekte, kas kuvveti ve dolaşım sisteminin etkinliği ve dayanıklılığı artmakta, hareketler daha yumuşak ve düzgün hale gelmekte ve vücut fonksiyonları iyileşmektedir (Başer, 1998).

Psikolojik İhtiyaçlar

Fiziksel aktiviteler ve katılım, bireyin fiziksel ve sosyal refahına katkı sağladığı gibi, bu aktivitelere katılım bireyin psikolojik gelişimini de desteklemektedir (Salar ve ark., 2012). Bireyler mücadele, kazanma ve kaybetme kavramlarını, başarı ve başarısızlık kavramlarını etkinlikler sırasında öğrenir ve bunu motivasyon olarak kullanmaktadır. Bu açıdan bakıldığında bireyler arasındaki saygı kavramı kendiliğinden oluşmakta ve devam etmektedir. Bu saygı ve hoşgörü kavramları, insanların birlikte hareket etmesini sağlayarak, aralarında işbirlikçi çalışmanın gelişmesini sağlamaktadır. Sevginin kaybıyla ilgili paylaşılan acı, kişilerarası gelişimi teşvik etmektedir. Spor faaliyetlerine katılan bireylerde pek çok gelişme meydana gelir, bunlardan bazıları şunlardır: Bireyin algısal yeteneklerinin artması, belirli sorumlulukların getirdiği karar verme zorunluluğu bu kavramın gelişmesine olanak sağlar, odak kavramının gelişimi nedeniyle sebepleri takip etmek bireyler kendi hedeflerini belirleyip bu hedefe odaklanarak, karşılaşılan sorunlardan kurtulmak için farklı çözümler bulmayı öğrenerek, belirli bir disiplin ve insanlarda olmayan kurallar çerçevesinde faaliyetler yürüterek bu yönü de geliştirmektedirler. Bireyler, karşılaştıkları farklı sorunlarla karşılaştıklarında daha üretken olmakta ve farklı durumlara daha hızlı uyum sağlamakta, bunların tümü de düşünmeyi ve kısa sürede uygulamaya koymayı gerektirmektedir (Şahan, 2007).

2.3. Motivasyon Kavramı ve Önemi

Motivasyon, hedefe yönelik faaliyetlerin başlatıldığı ve sürdürüldüğü süreç olarak tanımlanmaktadır (Cook ve Artino, 2016). Motivasyon, bireylerin bir hedefe ulaşmak için içsel arzularıyla hareket etmeleridir. Etimolojik açıdan bakıldığında, “motivasyon” terimi Latince hareket anlamına gelen “movere” kelimesinden gelmektedir (Dragos, 2014). Kurumsal değerlendirme yapılırsa motivasyon, bireyleri teşvik edilmesi sürecidir. Bireyin ihtiyaçlarını karşılayan bir çalışma ortamı yaratarak harekete geçmesi olarak da düşünmek mümkündür. Motivasyon hem organizasyon hem de personel açısından iyileşmedir. Yönetimin kalitesi çalışanların potansiyel gücünü ortaya çıkarmakta işe yaramaktadır. Motivasyonu sağlam temellere dayanan bir iş gücü için bu gereklidir (Akbolat ve ark., 2013).

Sosyal-bağlamsal faktörler (örneğin, antrenörlerin liderlik tarzı, iklim) ve kişilerarası değişkenler (örneğin, algılanan yeterlilik, algılanan özerklik, öz düzenleme) motivasyon teorilerinde yaygın olarak vurgulanmakta ve sportif davranışta önemli bir rol oynamaktadır (Jöesaar ve ark., 2011). Sporu bırakma genellikle motivasyon ve öz düzenleme becerileri eksikliğine bağlandığından, altta yatan motivasyon süreçlerini anlamak önemlidir (Weiss ve Williams, 2004).

Motivasyon eyleminin ekonomik, sosyal ve sportif alanda sık sık meydana gelen değişimler ve kanıtlanmış önemi, ona hem teorik yaklaşım hem de özellikle pratik yaklaşım olarak özel bir önem kazandırmaktadır. Motivasyon, davranışı tatmine ve dolayısıyla ortadan kaldırılmasına yönlendiren bedenin hazırlık durumudur. Motivasyon, bir hedefe ulaşmaya yönelik ısrarlı bir çabanın ölçüsüdür. Motivasyon, bir tepki davranışını tetikleyen bir gerçek olan, beden üzerinde etkili olan uyaranlardır. Tanımlarda da görüldüğü gibi motivasyon bu nedenle hem bir önkoşul hem de tutumun bir ürünüdür (Dragos, 2014).

Yüksek performans gerektiren spor aktiviteleri alanında motivasyon, yönlendirici işlevlerle daha az, harekete geçirici işlevlerle ise daha fazla ilişkilidir (Gentile, 2009). Sporcuların motivasyon dinamiklerinde aşağıdaki dört aşama öne çıkmaktadır (Heckhausen ve Heckhausen, 2010):

1. Bir çocuğun veya gencin hareket etme ve başarılı olma eğilimiyle motive olduğu genelleme aşaması,
2. Bir spor disiplini seçildiğinde farklılaşma aşaması,
3. Sporcunun çeşitli motivasyon yollarından geçerek seçilen disiplinde performansa ulaştığı özel tercihler aşaması,
4. Motivasyonel içe dönüş aşaması, sporcunun birincil veya ikincil motivasyonların (maddi avantajlar, başarısızlıklar, sakatlıklar, gruptaki uyum eksikliği vb.) etkisi altına girmesi dönemdir.

Spor, çaba göstermeyi ve çoğu zaman anlaşılması zor olan şeylerden vazgeçmeyi gerektirir (biyolojik ve zihinsel dayanma sınırına kadar yapılan aktiviteler, tekrarlanan stresli durumlar, belirli doğal ihtiyaçların karşılanmasından geçici olarak yoksun kalma, vb.). Bu şekilde motivasyonun önemi ortaya çıkmaktadır. İki takım veya iki sporcu arasındaki değer farkının önemli bir ölçütü de motivasyon durumları olmaktadır (Dragos, 2014).

2.3.1. Motivasyon Süreci

Motivasyon süreci, motivasyonun etkisi altında harekete geçme ve belirli bir eylemi gerçekleştirme sürecidir. Bir kişi bir şeye ihtiyaç duyduğunda, bu ihtiyacı gidermek için belirli bir davranış sergileyecektir. Motivasyon sürecinde dört temel aşama bulunmaktadır (Aşıkoğlu, 1996).

- **İhtiyaç:** Kişiyi fiziksel ve psikolojik dengede tutan herhangi bir faktör kaybolduğunda kişinin dengesi de bozulmaktadır. Bu faktör değiştirilmedikçe kişi dengeyi sağlayamamakta ve dengeyi sağlama çabası kişinin gerginliğini arttırmaktadır. Bu yüzden birey kendisini dengede tutacak bir şeye ihtiyacı duymaktadır.
- **Ortam Arama:** İçinde bulunulan zaman, durum veya mekanın belirli istek ve ihtiyaçları karşılamaya uygun olmaması. İnsan ihtiyaçlarını karşılamak için doğru koşulları aramaktadır.

- İstek: Doğru ortam yaratıldığında ihtiyaçlar isteklere dönüşür. Kişinin karşılamak istediği ihtiyaçları çalıştığı kurumla uzlaştırması gereklidir. Gereksinimler, gerçekleşen ihtiyaçlardır.
- Seçenek Arama: Bu aşamada bireyin algısı önemlidir ve kendi isteklerine uygun yöntemler aramaya başlar. Kurum içindeki ortamın uygunluğu da seçenek bulmayı kolaylaştırır.
- Sınama: Bu adımda, istek karşılandığında yapılacak eylemleri test etmektedir.
- Tatmin: Bu motivasyonun son adımudur. Bu aşamada kişi arzularını doğru bir şekilde yerine getirirse doyuma ulaşacak ve içindeki dengesizlik sona ermektedir. Memnun değilse tekrar motive edilmesi gerekmektedir.

İnsanlar hedeflerine göre davranmakta ve ona göre hareket ederler. Amaç insanların karşılanmayan ihtiyaçlarından doğmaktadır. Bir ihtiyaç ortaya çıktığında kişi, bu ihtiyacı gidermeye yönelik davranışları şekillendirmekte ve sergilemektedir. Kişi yaptıklarından memnunsam amacına ulaşmış olmaktadır (Metem, 2023).

2.3.2. Motivasyon Türleri

Motivasyon içsel ve dışsal motivasyon olarak ikiye ayrılmaktadır.

İçsel Motivasyon

İçsel motivasyon kişinin bir davranışı keyif alma, eğlenme, merak duyma gibi sonucunda tatmin sağladığı için, içinden gelen bir motivasyonla yapmasıdır (Mankin, 2019). Kişi dış kaynaklardan bağımsız olarak istek ve emelleri doğrultusunda kendi kendini motive ettiği için dışsal motivasyona nazaran çok daha kalıcıdır. Hafta sonunu maket uçak yaparak geçiren birinin bu davranışını içsel motivasyona örnek olarak verebilmektedir. İç motivasyon inanç, ihtiyaç ve beklentiler doğrultusunda bireyin kendisine koyduğu hedeflere ulaşma isteğidir (Durmuş, 2007).

Dışsal Motivasyon

Dışsal motivasyonda kişi davranışı sonuçlarını göz önünde bulundurarak yerine getirmektedir. Davranışın sonucunda dışarıdan gelen ödül ya da ceza kişinin koşullanmasını sağlamaktadır. Örneğin, başarı gösterdiği takdirde terfi alacağını bilen bireyin amacına ulaşmak için gayret sarf etmesi dışsal motivasyondur. Aynı şekilde işini kaybetmemek için zamanında işe gelip gitmesi, geç kalmaması sonucu cezaya dayalı dışsal motivasyondur. Kişinin davranışlarını bulunduğu çevre etkiliyorsa bu dışsal motivasyondur. Örnek olarak bir öğretmenin mesleğine motivasyonunu öğrenci ve velilerin ilgisi, sevgisi, okul yönetimi ile kurduğu güven ilişkisi, okul personelinin yapıcı davranışları etkilemektedir (Ada ve ark., 2013).

2.3.3. Motivasyon Araçları

Motivasyonel fenomenlerin sınıflandırılmasında iki yönlü bir ayırım vardır. Bu ayırım, motivasyonun nasıl ortaya çıktığına dair teoriler etrafında inşa edilmektedir. Motivasyon olgularına katkıda bulunan ve bunların ortaya çıkmasına ya da artmasına neden olan bir diğer tema ise motivasyon araçlarıdır (Mete, 2023).

Psiko-Sosyal Araçlar

Kişisel motivasyona katkı sağlayan sosyal psikolojik faktörler şu şekildedir: çalışmada bağımsızlık, sosyal katılım, değer ve statü, gelişim ve başarı, çevreye uyum, öneri sistemi, psikolojik güvenlik ve sosyal arayışlardır (Altıntaş, 2020). Bu girişimler bireylerin iç dünyasını tatmin etmeyi, organizasyon içinde uyumlu iletişim yoluyla motivasyonu artırmayı ve işletmeye değer katmayı amaçlamaktadır. İşin çekici hale getirilmesi, bireylere bağımsız çalışma ve kendilerini gerçekleştirme fırsatları sağlanması, işle ilgili iyileştirme önerilerinin kabul edildiği ve dikkate alındığı bir imaj, sosyal aktiviteler vb. diğer spesifik uygulamalar motivasyonu artırmaya yönelik psiko-sosyal araçlar arasındadır (Bingöl, 2003).

Ekonomik Araçlar

Motivasyon araçları; diğer kategori ise kişinin kendi duygu ve düşünce dünyasının dışındaki dış faktörler tarafından belirlenen ekonomik araçlardır; gelir artışı, prim,

fiziki ve nakdi ödüller ve kâr paylaşımı olmak üzere dört başlık altında incelenebilmektedir.

Ücret artışı; insanların sosyo-ekonomik yaşamını olumlu yönde etkileyerek halk ekonomisine katkıda bulunur, insanların sosyal prestijini ve statüsünü değiştirmektedir. Genel anlamda ücret, bir ürünü elde etmek için ödenen finansal bedeldir. Üretilen ürün emek gücü olduğunda kazanılan maddi değere ücret denmektedir. Ücretler, çalışanların çalışmaları karşılığında aldıkları önemli bir değerdir. Ayrıca ücretler, önemli bir değer olmasının yanı sıra, bir kişinin rütbesini ve statüsünü belirleyen ikili işlevsel faktörlerdir. Matematiksel olarak artan yetkinliğe ek olarak, ücretler sosyal yaşam miktarını da belirlemektedir. Ücretler yükseldiğinde, sosyal ve ekonomik gelişmeler daha yüksek özgüvene ve buna bağlı olarak daha yüksek memnuniyete yol açmaktadır. Ek olarak, yapılan işin değerinin ne kadar yüksek olduğu, işin kendisine karşı olumlu veya olumsuz tutumu belirlemektedir (Yıldırım ve Demirel, 2015).

Ücretler bir kişinin maddi değerinden daha fazlasını temsil eder. Çalışanın işyerindeki katkısını, ona verilen değeri ve performansının nasıl değerlendirildiğini yansıtan önemli bir unsurdur. Kısaca bir geri bildirim aracıdır. Özellikle adil ücret felsefesine sahip bir organizasyon, çalışanların motive edilmesinde en önemli kriterleri sağlamaktadır. Ücretin örgüt içerisinde etkili bir motivasyon aracı olabilmesi için kullanım şekli ve zamanlaması gibi kriterler önemlidir. Bir seviyeden sonra ücretler teşvik aracı olma rolünü kaybedebilmektedir (Zencirkıran, 2012).

Diğer mali teşvik araçları gibi aynı yardımlar da çalışanlara kurum tarafından değer verildiği duygusunu yaratmaktadır. Bu sayede örgüte bağlılık da artmaktadır. Aynı yardımlara örnek olarak; hizmet ve yemek ihtiyaçları, bireysel emeklilik sistemleri, sağlık sigortası ve hatta rahat bir masa veya sandalye verilebilir (Zencirkıran, 2012).

Kâr Paylaşımı; bir işletme şirketinde oluşturulan, şirketin işleyişinde yer alan kişilerin, emekleri veya sermayeleri karşılığında elde ettikleri kârları, sermaye katkıları oranında dağıttıkları sistemdir. Bazı durumlarda bir şirket veya kuruluşun çalışanları da üstün performanslarına göre bu yöntemle ödüllendirilebilmektedir. Elbette bu, çabalarının ödüllendirileceğini hisseden örgüt üyeleri için gelişmiş bir motivasyon

aracıdır. Bir çalışan kendisini çalıştığı departman veya benzer yeteneklere sahip çalışanlarla karşılaştırıp aralarında bir eşitsizlik olduğu sonucuna varırsa motivasyonu tamamen olumsuz etkilenecek ve verimliliği düşülebilmektedir (Uygun, 2015).

Örgütsel Araçlar

Örgütlerde motivasyon uygulamalarının temel amacı, bireylerin hedeflerini örgütün hedefleri ile uyumlu hale getirmek, böylece çalışanların örgütsel amaçlara uygun faaliyetler yürütmeye devam ederken hem kendilerine hem de örgüte fayda sağlayabilmelerini sağlamaktır (Örücü ve Kanbur, 2008). Örgütsel motivasyon araçları, çalışanların hedefleri ile örgütsel hedefler arasında bir denge oluşturmaktadır. Kurumsal amaç ve hedeflere ulaşırken çalışanların performansını ve motivasyonunu artırma çabasıyla gerçekçi olmayan hedefler konulması çalışanların kendilerine dürüst davranılmadığını hissetmelerine neden olabilmektedir (Bingöl, 2003).

2.3.4. Motivasyonun Etkileri

Motivasyon insan davranışını etkileyen en önemli faktörlerden biridir. Motivasyon sadece algı ve öğrenme gibi diğer bilişsel faktörleri etkilememekte, aynı zamanda bireyin organizasyon ortamındaki toplam performansını etkilemektedir. Yöneticilerin örgütte motivasyona büyük önem vermesinin nedeni budur (Prasad, 2005). Motivasyon, bireyleri örgütte tutmanın ve verimliliği artırmanın önemli araçlarından biridir. Organizasyonlar, bireylerin en etkili şekilde performans göstermesini teşvik etmek ve potansiyel adayları çekmek için motivasyon sistemleri tasarlamaktadırlar. Bireyleri motive etmenin birçok yolundan biri, iyi performans için ödüller ve teşvikler vermektir (Mammott ve Growers, 2002).

Herhangi bir örgüt üyesinin veya çalışanın örgütte daha etkin çalışabilmesi için motivasyonunun belirlenmesi, onların motivasyonunu artırmak için önemli bir araçtır. Motivasyon, bireylerin bireysel ihtiyaçlarının anlaşılması ve onların daha özverili çalışmayı istemelerini sağlayacak çalışma koşullarının yaratılmasıyla sağlanabilmektedir. Motivasyonlu insanlarla çalışmak şu faydaları sağlayabilmektedir (Özer ve ark., 2019);

- Çalışmaların belirlenen standartlarda ve belirli zaman aralıklarında yapılması gerekmektedir.
- Çalışanlar işlerinden keyif aldıklarında kendilerini değerli hissederler.
- Hedef görevlerde daha fazlası yapılmaktadır.
- Çalışanın başarısı yönetici gözüyle izleneceği için fazla denetime gerek yoktur.
- Motivasyonu yüksek çalışanlar ideal bir çalışma ortamı yaratmaktadır.

İçsel ve dışsal motive edici faktörlere sahip memnun çalışanlar iş başarısını garanti emektedir. Yönetimin işyerinde uygun çalışma ortamı sağlamasına rağmen çalışan sorun yaşamaya devam ediyorsa çalışanın karakter özellikleri sorgulanmalıdır. Kendini ve çevresini tam olarak anlayan bir çalışan, hangi iç faktörlerin motivasyonunu ve performansını artıracığını bilmekte ve işine uyum sağlamaktadır. Bu içsel faktörlerin yaratılması, çalışanı işine daha fazla odaklanmaya motive etmektedir (Özer ve ark., 2019).

2.4. Spor ve Motivasyon

Spor yaparken fiziksel aktivitelere katılan bireylerin amaç ve düşüncelerinin incelenmesi spor psikolojisi alanına girmektedir. Bireyin belli bir amacı olmalıdır. Bireyler bu hedeflere ulaşmak için çeşitli çabalar göstermekte ve bu hedeflere ulaştıklarında hedeflerine ulaşmış olmaktadır (Tunçer, 2013). Bir kişiyi spora katılmaya neyin motive ettiğini anlamak, bir oyunda veya antrenmanda iyi performans gösterebilmesi açısından önemlidir. Burada karşımıza çıkan motivasyon kavramını anlamak önemlidir. Çünkü sporcudan sorumlu antrenör veya sporla uğraşan birey bu kavramı iyi analiz ederse sonuçlar artacak ve başarı da aynı doğrultuda artarak onların güvenle ilerlemesine olanak sağlamaktadır (Terzioğlu, 1992).

Sporcular, antrenörler, spor faaliyetlerine meraklı tüm spor bilimcileri, farklı kişi ve kurumlar, spor faaliyetlerine bir şeyler katmaya, spor faaliyetlerini geliştirmeye ve başarıya ulaşmaya çalışırlar. Hemen hemen aynı vücut tipine ve farklı koşullara sahip sporcular farklı performans gösterir ancak çok azı başarılı olmaktadır. Ancak bu farklılıkların en büyük nedeni kişinin uyarılması, özellikle de zihinsel durumudur (Yaşar-Sönmez, 2018).

Bir sporcunun yarışma ve antrenmanlardaki performansı ile fiziksel kondisyonu arasında pozitif bir ilişki vardır. Rekabetçi sporcuların çoğu benzer özelliklere sahiptir ve iş ortamında aynı fırsatlara sahip olmalarına rağmen çok azı başarılı olmaktadır. Bunun pek çok nedeni vardır ve bunlardan biri de motivasyondur (Can ve ark., 2009). Motivasyonun iki temel özelliği, fiziksel veya zihinsel aktivite gerektirmesidir. Kişinin çabası, ısrarı ve diğer gözlemlenebilir faaliyetleri fiziksel aktivitelerde meydana gelirken, planlama, organize etme, gözden geçirme, karar verme ve problem çözme gibi bilişsel aktiviteler zihinsel aktivitelerde meydana gelmektedir (Öğülmüş, 2002). Sporcuların motivasyon durumlarını anlamak ve yönetmek karmaşık bir süreci içermektedir. Bu nedenle antrenörlerin sporcuların motivasyon durumlarını anlaması ve müsabaka ve antrenmanlarda motivasyonu artırmanın yollarını belirlemesi önemlidir (Schneider ve Baker, 2006).

İnsanların önemli ihtiyacı da egzersizdir. Bu ihtiyaç, fiziksel aktivite ve organizmanın aktif gelişimi yoluyla karşılanabilmektedir. Spor yeniden sosyal ve ekonomik nitelikler kazanarak geniş kitlelere hitap etmeye başlamıştır. Spor sosyal bir kurum haline gelmiş ve insanların spora ilgisi her geçen gün artmaktadır. Bu durum psikolojik boyutunun yanı sıra sosyal ve biyolojik etkiler de kazanan sporda motivasyonu da etkilemektedir (Başer, 1985).

Motivasyonun en basit tanımı, kişinin çabalarının yönü ve yoğunluğudur. Bu haliyle motivasyon, hareketin veya eylemin ortaya çıkmasının ardındaki güç olarak düşünülebilmektedir. Sporcular daha az motive olduklarında birçok sorun ortaya çıkabilmektedir. Yüksek düzeyde motivasyonun öğrenme ve performans üzerinde olumlu etkisi vardır (Rea, 2009).

2.4.1. Sporda Motivasyon Çeşitleri

Sporda motivasyon çeşitleri nitelik ve nicelik açısından ayrılmaktadır. Nitel motivasyon genel ve özel spor motivasyonu ifade ederken, nicel spor motivasyonu yeterli, aşırı ve yetersiz motivasyonu ifade etmektedir (Oran, 2021).

Genel Spor Motivasyonu

Genel spor motivasyonu bize motivasyonun temelinde yer alan kişisel ve sosyal ihtiyaçları göstermektedir. Düşüncelerini ifade edebilme, toplum tarafından kabul görme, yeni insanlarla tanışma ve iyi ilişkiler kurma isteği, beceri ve güçlü yönlerini ortaya koyarak yaşama arzusu gibi ihtiyaçlar kişisel ve toplumsal ihtiyaçlar olarak söylenebilmektedir. Bu ihtiyaçların sayısı ve türü (bireysel farklılıklar dahil) farklılık gösterebilmektedir. Dolayısıyla herkesin kişisel becerilerinin yanı sıra sosyal çevresi, büyüdüğü çevre, aile ilişkileri, spora bakış açısı da farklıdır (Başer, 1998).

Özel Spor Motivasyonu

Egzersize yönelik özel motivasyonlar tamamen biyolojiktir ve egzersiz, oyun, egzersiz rahatlaması, yüksek koordinasyon, güçlü sağlık vb. nedenlerden kaynaklanmaktadır. Özel spor motivasyonunun amacı yarışma sporları, kondisyon raporları ve performans sporları gibi gereklilikleri içermektedir (Başer, 1998).

Yeterli Motivasyon

İnsanların belirli bir hedefe yönelik hazır olma durumuna yeterli motivasyon denir. Verilebilecek bir örnek, yarışmacıların yarışmaya hazırlanmasıdır. Yarışmacı sporcuların antrenman öncesi veya müsabaka sırasında mevcut performanslarını ortaya koymaları ve kazanmaya yetecek kadar motive olmaları önemli olmaktadır (Günel, 2019).

Aşırı Motivasyon

Aşırı motivasyon, kampanyaların başarısız olmasının bir başka nedenidir. Her profesyonel oyunun, özellikle rekabetçi sporların, büyük sosyal ve ekonomik önemi vardır. Bu yarışmalar sırasında sporcularda genellikle tek bir duygu hakim olmaktadır. Bu duygu “Ya kazanamazsam?” kaygısıdır. İnsanlar bu kaygı nedeniyle kaygı ve güvensizlik durumuna düşme eğiliminde olmaktadır. Bu nedenle sporcuların motivasyonları yüksektir ve bu da maç öncesi “başlama heveslerine” yansımaktadır. Bu aynı zamanda insanların genel olarak egzersize yönelik motivasyon düzeylerinin de yüksek olduğunu göstermektedir (Başer, 1998).

Yetersiz Motivasyon

Kişi motivasyondan uzaklaştığında sergilediği davranış isteksiz görünür ve sonuçta aktivite anlamını yitirmektedir (Ryan, 1995). Birey motivasyon eksikliği yaşadığında kendini yetersiz ve eylemleri üzerinde çok az kontrol sahibi olduğunu veya hiç kontrol sahibi olmadığını hissetmektedirler. Bir süre sonra motivasyonsuz davranışlar sergilemeyi bırakmaya başlamaktadır (Aslan ve Doğan, 2020).

Motivasyonun yetersiz olması durumunda birey herhangi bir kazanım veya sonuç elde edemediğinden eyleme geçmek zorlaşmaktadır. Örneğin öğrencilerde motivasyon eksikliği onların daha az başarılı olmalarına, sıkılmalarına ya da okula gitmek istememelerine neden olabilmektedir. Derse ilgi eksikliği yaşanabilir. Zamanla motivasyonsuz kişilerin özgüvenleri zedelenir ve hayatta karşılaştıkları hiçbir aktivite üzerinde hiçbir etkilerinin olmadığını hissederler. Aidiyet duygusu da kaybolmaktadır (Vallerand ve ark., 1952).

2.4.2. Sporda Motivasyon Kuramları

Sporda motivasyon konusunu inceleyen kuramlar arasında başarı motivasyonu kuramı, başarı gereksinimi kuramı, hedefi gerçekleştirme kuramı, yüklenme kuramı bulunmaktadır.

Başarı Motivasyonu

Başarı motivasyonu Murray tarafından ortaya atılan bir kavramdır. Kavram, bir işi en iyi şekilde yapmak, ortaya çıkan sorunları ustalıkla aşmak ve o işi diğerlerinden daha iyi yapmak olarak tanımlanmaktadır. Gill (1986), başarı motivasyonunu başarısızlığa direnmek ve başarılması gerekeni başarmak için çok çalışmak olarak tanımlamıştır (Fişek, 1998).

Başarı motivasyonu, ulaşılmaması zor hedefler belirlemek ve bunlara ulaşmak için büyük çaba göstermeyi içerir; güç motivasyonu ise statü kazanma ve çevreye hakim olma eğilimi gibi davranışları ifade etmektedir (Sarı ve Sağ, 2021).

Rekabetçilik sporun doğasında vardır ve başarıya ulaşma motivasyonunun sonucudur. Başarı motivasyonunun temeli, kişinin başarıya ulaşırken dahil olduğu faaliyetlerden

ne kadar keyif aldığıdır. Ancak bireysel zevk kişiden kişiye değişmektedir (Tiryaki ve Gödelek, 1997). Başarı motivasyonu, insanların neden fiziksel aktivitelere katıldıklarını ve sorunları çözmek için neden bu kadar çaba harcadıklarını açıklamaktadır. Başarı motivasyonu bireyin duygu, düşünce ve davranışlarını etkilemektedir. Bu etkiler aşağıda listelenmiştir (Aktop, 2002):

- Hangi etkinliğin düzenleneceğini belirlemek (antrenman sırasında karşılaşılan yarışmacıların seviyesini belirlemek),
- Hedeflere ulaşmak için gereken çabayı belirlemek (hedeflere ulaşmak için antrenman sıklık durumu),
- Hedeflere ulaşmak için gereken çaba düzeyini belirlemek (eğitim sırasındaki istek ve istek düzeyi),
- Büyük sorunlara veya başarısızlıklara dayanma yeteneği (her şey ters gittiğinde, sorunun üstesinden gelmek için ekstra çaba gösterilmesi)

Başarı motivasyonu sporcunun hedefleriyle tutarlıdır. Bir hedefe ulaşıldığında duyulan tatmin ve sevinç duygusu, sporcuları bir sonraki hedefe ulaşma konusunda motive etmektedir. Sporcuların bu motivasyonuna başarı motivasyonu ya da başarı motivasyonu adı verilmektedir. Ancak sporcuların başarıya yönelik motivasyon geliştirme yetenekleri farklılık gösterebilmektedir (Aktop, 2002).

Başarı motivasyonu sporcunun hedefleriyle tutarlıdır. Bir hedefe ulaşıldığında duyulan tatmin ve sevinç duygusu, sporcuları bir sonraki hedefe ulaşma konusunda motive etmektedir (Susuz, 2022).

Başarı Gereksinim Kuramı

Bu teoriye göre başarılı olma motivasyonu, başarısızlıktan kaçınma motivasyonundan daha yüksektir, kişi rekabete ne kadar çok katılırsa tam tersi rekabetten uzak durmaktadır (Sarı ve Sağ, 2021). Başarı ihtiyacı yüksek olan kişilerin, zor ve performans gerektiren durumlarda başarıyı aradıkları bilinmektedir. Başarı ihtiyacı düşük olan kişiler başarı veya başarısızlık şansının 50/50 olduğu durumlardan bile kaçınmakta, kaçınılmaz durumlarda kendilerine kolay ve basit sorumluluklar seçmektedirler (Tiryaki, 2000).

Spor motivasyonunda güç ve başarı arasındaki ilişki önemlidir. Başarı motivasyonunu bir hedef seviyesine ulaşma ve o seviyeyi aşma çabası olarak açıklanmaktadır. Çok çalışarak beklenen seviyeye ulaşıldığında tatmin, mutluluk ve gurur durumu ortaya çıkacak, ancak beklenen hedefe ulaşılamadığında öfke, şaşkınlık ve kendine karşı tatminsizlik durumu ortaya çıkmaktadır. Hedeflere ulaşmak, olumlu duygulara ulaşmak veya olumsuz duygulardan kaçınmakla ilgilidir (İkizler ve Karagözoğlu, 1997).

Hedefi Gerçekleştirme Kuramı

Bu teori, sporcunun başarısının değerlendirilmesi için temel başarı hedeflerinin belirlenmesinin önemini vurgulamaktadır (Doğan, 2005). Bu teoriyi ilk öneren ve uygulayan kişi Nichols'dur. Başarı hedefinin iki türü vardır: Bunlar kendine odaklı ve görev odaklıdır (Tiryaki, 2000). Kendine odaklı başarı hedeflerinde sporcular kendi yeteneklerini yarışmadaki rakiplerinkilerle karşılaştırırlar. Başarılı olursa kendini "yetenekli", başarısız olursa "beceriksiz" olarak değerlendirmektedir. Ancak kazanmanın doğrudan yetenekle mi yoksa çabayla mı ilgili olduğu belli değildir (Doğan, 2005).

Görev yönelimi, bir sporcunun mevcut performansına göre ihtiyaçlarını belirlemesidir. Bu yöneimde sporcular kendilerini diğer sporcularla karşılaştırmamakta, tamamen kendi performanslarına odaklanmakta ve mevcut performanslarını önceki maçlardaki performanslarıyla karşılaştırmaktadırlar. Mevcut performansları önceki performanslarından daha iyiyse bunu başarı olarak kabul etmektedirler. Diğer yarışmacıların kim olduğu veya performans durumlarıyla ilgilenmemektedirler (Doğan, 2005).

Hatayla ilgili yaygın anlayış, kazanırsanız başarılı, kaybederseniz başarısız olarak değerlendirilmenizdir (Tiryaki, 2000). Görev odaklı başarı hedeflerinde sporcular hedeflerini performanslarına göre belirlemektedirler. Bu eğilime sahip sporcular kendilerini diğer sporcularla karşılaştırmamaktadırlar. Önemli olan sizin kendi performans seviyenizdir; sporcu mevcut performans seviyesini önceki oyunlardaki performans seviyesiyle karşılaştırmaktadır. Mevcut performans daha iyiyse başarılı

sayılmaktadır. Rakibin kim olduğu veya rakibin seviyesi önemli değildir (Doğan, 2005).

Yükleme Kuramı

Hyde atıf teorisini ortaya çıkardı ve Wiener geliştirmiştir. Motivasyonun bilişsel teorisi olarak da bilinmektedir. Başarı ve başarısızlığa ilişkin atıflar üç kategoriye ayrılmaktadır. Bu sınıflandırma; iç-dış, tutarlı-tutarsız, kontrol edilebilir-kontrol edilemeyen yüklerdir (Susuz, 2022).

Bu teoriye göre sporcular başarı veya başarısızlıklarını çeşitli nedenlere bağlamaktadırlar. Bu nedenler kazananlar ve kaybedenler arasında farklılık gösterebilmektedir. Kazanan sporcular zaferlerini sıkı çalışma veya şansla açıklarlar; kaybeden sporcular ise başarısızlıklarının sorumluluğunu kötü şansa bağlama eğilimindedirler (Tiryaki, 2000).

3. MATERYAL VE METOT

3.1. Araştırmanın Yöntemi

Sporcuların psikolojik ihtiyaçları ile spor başarı motivasyon düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılmış olan bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmiş veya şimdiki durumu tanımlayan ve öğrenmenin gerçekleştirilmesine ve bireyin istenen davranışının geliştirilmesine uygulanan bir dizi süreçtir. İlişkisel tarama modelinde iki veya daha fazla değişken arasındaki farklılığın varlığını belirlemeyi amaçlamaktadır. İlişkisel tarama modelinde, değişkenlerin birlikte değişip değişmediğini belirlemeye çalışılmaktadır (Karasar, 2011).

3.2. Araştırmanın Yeri ve Zamanı

Araştırma Şubat 2024 ve Nisan 2024 tarihleri arasında Erzincan, Erzurum, Trabzon ve Samsun illerinin Olimpik Hazırlık Merkezleri'nde yapılmıştır.

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırma grubu, seçkisiz olmayan örnekleme yöntemleri içerisinde yer alan amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Ölçüt örnekleme bir araştırmada gözlem birimleri belli niteliklere sahip kişiler, olaylar, nesnelere ya da durumlardan oluşturularak araştırmanın yürütüldüğü örnekleme yöntemidir (Büyüköztürk ve ark., 2023). Bu araştırmada ölçüt olarak (a) Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezlerinde sporcu olmak, (b) verileri daha sağlıklı toplayabilmek için yakın ve ulaşılabilir konumda yer almak belirlenmiştir. Bu amaca yönelik olarak da Erzincan, Erzurum, Trabzon ve Samsun illerinde Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezlerinde sporcu olan 400 (218 erkek 182 kadın) kişi araştırma grubunu oluşturmaktadır.

Tablo 3.1. Sporcuların Demografik Özelliklerinin Dağılımı

		n	%
Cinsiyet	Erkek	218	54.5
	Kadın	182	45.5
Yaş	11-14	121	30.3
	15-19	138	34.5
	20-24	141	35.3
Kardeş sayısı	Kardeşi yok	54	13.5
	1	123	30.8
	2	102	25.5
	3 ve üzeri	121	30.3
Aile ekonomik durumu	Düşük	85	21.3
	Orta	244	61.0
	Yüksek	71	17.8
Anne baba birlikteliği	Birlikte	343	85.5
	Boşandı	57	14.3
Anne baba yaşama durumu	Her ikisi de yaşıyor	282	70.5
	Baba vefat etti	58	14.5
	Anne vefat etti	41	10.3
	Her ikisi de vefat etti	19	4.8
Branş	Takım sporları	212	53.0
	Bireysel sporlar	188	47.0
Spora başlama yaşı	8 ve altı	183	45.6
	9-12	146	36.5
	13 ve üzeri	71	17.8
Spor yapma süresi	3 yıldan az	161	40.3
	3-5 yıl	132	33.0
	6 yıl ve daha fazla	107	26.8
Toplam		400	100.0

Tablo 3.1.'de yer alan verilere göre araştırmaya katılan sporcuların %54.5'inin erkek, %45.5'inin kadın; 64.8'inin 11-19 yaş aralığında olduğu; %30.8'inin 1, % 25.5'inin 2, %30.3'ünün üç ve daha fazla kardeşi olduğu; %61'inin ailesinin ekonomik düzeyinin orta olduğu; %85.5'inin anne ve babasının birlikte olduğu; %70.5'inin anne ve babasının yaşadığı; %53'ünün branşının takım sporu ve %47'sinin branşının bireysel spor olduğu; %45.6'sının spora başlama yaşının 8 ve altı olduğu; %40.3'ünün spor yapma süresinin 3 yıldan az olduğu görülmektedir.

3.4. Veri Toplama Aracı

Sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları ile spor başarı motivasyonları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmış olan bu araştırmada veri toplama aracı olarak

“Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği” ve “Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği” kullanılmıştır.

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği

Kesici ve ark. (2003) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmış olan temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilmiştir. Deci ve Ryan (2000) tarafından yedili likert tipinde olan ölçek Kesici ve ark. (2023) tarafından yapılan Türkçe uyarlaması çalışmasında beşli likert tipine dönüştürülmüştür. Toplam 21 maddeden oluşan ölçeğin özerklik ihtiyacı, yeterlik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Özerklik ihtiyacı 7 maddeden (1, 4, 8, 11, 14, 17, 20), Yeterlik ihtiyacı 6 maddeden (3, 5, 10, 13, 15, 19), İlişki ihtiyacı 8 maddeden (2, 6, 7, 9, 12, 16, 18, 21) oluşmakta, ölçekte bulunan 9 maddenin (3, 4, 7, 11, 15, 16, 18, 19, 20) olumsuz ifadelerden oluştuğu ve ters puanlandığı ifade edilmiştir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe temel psikolojik ihtiyaçların da daha yüksek düzeyde doyurulmaktadır. Ölçeğin güvenirliğini belirten iç tutarlık katsayıları özerklik ihtiyacı için 0.73, yeterlik ihtiyacı için 0.61 ve ilişkili olma ihtiyacı için 0.73'dür. Ölçeğin toplam güvenirlik katsayısı 0.76 bulunmuştur (Deci ve Ryan, 2000; Kesici ve ark., 2003). Bu çalışmada da özerklik ihtiyacı için 0.82, yeterlik ihtiyacı için 0.80 ve ilişkili olma ihtiyacı için 0.79 ve ölçeğin toplam güvenirlik katsayısı 0.87 bulunmuştur (Tablo 3.2).

Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği

Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği, Willis (1982) tarafından geliştirilmiş ve başarı motivasyonunu ölçmeyi amaçlamaktadır. Türkçe uyarlama ve geçerlik güvenirlik çalışması ise Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından yapılmıştır. Toplam 40 maddeden oluşan “hiçbir zaman ve her zaman olarak beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçek maddeleri, 1–5 arasında puanlanabilmektedir”. Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; güç gösterme güdüsü (1, 3, 5, 7, 9, 10, 11, 13, 21, 29, 30, 35), başarıya yaklaşma güdüsü (4, 6, 8, 12, 16, 18, 19, 23, 24, 26, 31, 32, 33, 36, 38, 40) ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü (2, 14, 15, 17, 22, 25, 27, 28, 34, 37, 39) şeklindedir (Willis, 1982). Ölçeğin güç gösterme güdüsü ve başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutlarından elde edilen puanların yüksekliği; sporcunun ilgili motivasyon

boyutlarında motivasyonunun yüksek olduğunu, düşük puan ise tam tersi bir durumu göstermektedir. Başarısızlıktan kaçınma güdüsü alt boyutundan alınan yüksek puan ise sporcunun başarısız olma korkusunun ve stresinin daha fazla olduğunu göstermektedir. Tiryaki ve Gödelek tarafından yapılan güvenilirlik analizleri sonucunda alfa güvenilirlik katsayılarını güç gösterme alt ölçeği için 0.81, başarıya yaklaşma alt ölçeği için 0.82 ve başarısızlıktan kaçınma alt ölçeği için 0.80 olarak bulunmuştur (Tiryaki ve Gödelek, 1997). Bu çalışmada da güç gösterme alt ölçeği için 0.79, başarıya yaklaşma alt ölçeği için 0.81 ve başarısızlıktan kaçınma alt ölçeği için 0.80 ölçeğin toplam güvenilirlik katsayısı 0.87 bulunmuştur olarak bulunmuştur (Tablo 3.2).

3.5. Verilerin Toplanması

Araştırmanın veri toplama aracında bulunan kişisel bilgiler formu ve ölçekler Google Form üzerinden hazırlanmıştır. Araştırmanın evreni içerisinde bulunanlara Google Form üzerinden hazırlanan link dijital olarak gönderilmiş, cevaplamaya başlamadan önce kendilerine araştırma konusu ile ilgili kısa bilgi verilmiştir. Anket uygulaması sırasında herhangi bir güçlükle karşılaşılmamıştır. Önceden belirlenen çalışma takvimine göre veriler toplanarak uygulama süreci tamamlanmıştır.

3.6. Verilerin Analizi ve Değerlendirme Teknikleri

Araştırma verilerinin analizinde SPSS 24.0 istatistiksel veri analiz programı kullanılmıştır. Araştırmaya katılan öğretmenlerin demografik özelliklerinin dağılımının belirlenmesinde yüzde (%) ve frekans (n) analizi yapılmıştır. Araştırma verilerinin güvenilirlik durumunun belirlenmesi amacıyla Cronbach Alpha katsayıları hesaplanmıştır (Tablo 3.2). Araştırma verilerinin normallik durumunun belirlenmesi amacıyla Çarpıklık (Skewness) ve Basıklık (Kurtosis) analizi yapılmıştır (Tablo 3.3). Araştırma verilerinin normal dağılımda olması sebebiyle anlamlılık analizlerinde parametrik testler kullanılmıştır. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki anlamlılık düzeylerinin belirlenmesinde t Testi ve ANOVA testi uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit edilmesi amacıyla BONFERRONİ testi uygulanmıştır. Bağımlı değişkenin alt boyutları arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Korelasyon analizi uygulanmıştır. Psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin spora özgü başarı motivasyonunun anlamlı bir

yordayıcısı olup olmadığını belirlemek için de çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Uygulanan testlerin anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin iç tutarlılık katsayılarını tespit etmek amacıyla ölçeklerin alt boyutlarının ve ölçek toplamlarının Cronbach Alpha (α) katsayıları hesaplanmıştır (Tablo 3.2).

Tablo 3.2. Güvenirlilik Analizi

Ölçek	Alt Boyut	Cronbach Alpha
	Özerklik ihtiyacı	0.820
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	Yeterlik ihtiyacı	0.801
	İlişki ihtiyacı	0.783
	Ölçek Toplam	0.872
	Güç Gösterme Güdüsü	0.781
Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	0.795
	Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	0.808
	Ölçek Toplamı	0.869

Tablo 3.1’de yer alan verilere göre temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarından özerklik ihtiyacı Cronbach Alpha katsayısı 0.820’iken, yeterlik ihtiyacının 0.801, ilişki ihtiyacının 0.783, ölçek Toplamının 0.872’dir. Spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutlarından güç gösterme güdüsü Cronbach Alpha katsayısının 0.781, başarıya yaklaşma güdüsünün 0.795, başarısızlıktan kaçınma güdüsünün 0.808 ve ölçek toplamının 0.869 olduğu belirlenmiştir. Farklı bir anlatımla ölçeklerin Cronbach Alpha katsayılarının 0.783 ile 0.869 arasında değişmektedir. Cronbach Alpha katsayılarının 0.600 ile 0.799 arasında olması ölçeğin oldukça güvenilir, 0.800 ile 1.000 arasında olması ise ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğunu göstermektedir (Şimşek, 2007). Buna göre araştırmada kullanılan ölçeklerin oldukça ve yüksek derecede güvenilir olduğunu söylemek mümkündür.

Araştırma verilerinin analizinde kullanılacak istatistiksel testlerin belirlenmesi amacıyla çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) analizi yapılmıştır (Tablo 3.3).

Tablo 3.3. Normallik Analizi

Ölçek	Alt Boyut	Çarpıklık	Basıklık
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik ihtiyacı	0.088	0.137
	Yeterlik ihtiyacı	0.013	-0.748
	İlişki ihtiyacı	0.078	-0.328
	Ölçek Toplam	-0.166	0.303
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Güç Gösterme Güdüsü	-0.038	-0.094
	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	-0.723	1.458
	Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	0.114	-0.290
	Ölçek Toplamı	-0.401	1.697

Tablo 3.3'te yer alan verilere göre temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarından özerklik ihtiyacı alt boyutunun çarpıklık katsayısı 0.088, basıklık katsayısı 0.137, yeterlik ihtiyacı alt boyutunun çarpıklık katsayısı 0.013, basıklık katsayısı -0.748, ilişki ihtiyacı alt boyutunun çarpıklık katsayısı 0.078, basıklık katsayısı -0.328, ölçek toplamının çarpıklık katsayısı -0.166, basıklık katsayısı 0.303 olarak belirlenmiştir. Spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutlarından Güç Gösterme Güdüsü alt boyutu çarpıklık katsayısı 0.038, basıklık katsayısı -0.094, Başarıya Yaklaşma Güdüsü alt boyutu çarpıklık katsayısı -0.723, basıklık katsayısı 1.458, Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü alt boyutu çarpıklık katsayısı 0.114, basıklık katsayısı -0.290, ölçek toplamının çarpıklık katsayısı -0.401, basıklık katsayısı 1.697 olarak hesaplanmıştır. Farklı bir anlatınla araştırmada kullanılan ölçeklerin çarpıklık katsayıları -0.723 ile 0.013 basıklık katsayıları -0.094 ile 1.697 arasında değişmektedir. Çarpıklık ve basıklık katsayılarının -2.000 ile +2.000 arasında olması araştırma verilerinin normal dağılımda olduğunu göstermektedir (George ve Mallery, 2010).

4. BULGULAR

Sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları ile spora özgü başarı motivasyonları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan araştırmada üç alt probleme yanıt aranmıştır. Sporcuların temel psikolojik ihtiyaç ve spora özgü başarı motivasyon düzeyleri araştırmanın birinci alt problemi, sporcuların sosyodemografik özelliklerinin temel psikolojik ihtiyaç ve spora özgü başarı motivasyon düzeylerindeki anlamlılık düzeyleri araştırmanın ikinci alt problemi, sporcuların temel psikolojik ihtiyaç düzeyinin spora özgü başarı motivasyon düzeyini yordama durumu ise araştırmanın üçüncü alt problemini oluşturmaktadır. Bu alt problemler çerçevesinde yapılan analizlerin sonuçları aşağıdaki tablolarda yer almaktadır.

Tablo 4.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği Puan Ortalamaları

Ölçek	Alt Boyut	n	Min.	Max.	\bar{X}	ss.
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik ihtiyacı	400	1.71	5.00	3.55	0.557
	Yeterlik ihtiyacı	400	1.67	5.00	3.58	0.710
	İlişki ihtiyacı	400	1.88	5.00	3.55	0.611
	Ölçek Toplam	400	1.81	5.00	3.56	0.491
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Güç Gösterme Güdüsü	400	1.92	5.00	3.46	0.598
	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	400	1.53	5.00	3.73	0.506
	Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	400	1.09	5.00	3.19	0.704
	Ölçek Toplamı	400	1.60	5.00	3.50	0.449

Tablo 4.1’de yer alan verilere göre sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlarından olan özerklik ihtiyacı ortalaması 3.55’ken, yeterlik ihtiyacı ortalaması 3.58, ilişki ihtiyacı ortalaması 3.55, temel psikolojik ihtiyaçlar genel ortalamasının ise 3.56 olduğu görülmektedir. Spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutlarından olan güç gösterme güdüsü ortalaması 3.46, başarıya yaklaşma güdüsü ortalaması 3.73, başarısızlıktan kaçınma güdüsü ortalaması 3.19, spora özgü başarı motivasyonu toplam puan ortalaması ise 3.50’dir.

Tablo 4.2. Cinsiyete Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması

Cinsiyet		n	\bar{X}	ss.	t	p	
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik ihtiyacı	Erkek	218	3.555	0.519	-0.054	0.957
		Kadın	182	3.558	0.601		
	Yeterlik ihtiyacı	Erkek	218	3.623	0.711	1.275	0.203
		Kadın	182	3.533	0.709		
	İlişki ihtiyacı	Erkek	218	3.606	0.594	1.698	0.090
		Kadın	182	3.502	0.628		
Ölçek Toplamı	Erkek	218	3.594	0.476	1.309	0.191	
	Kadın	182	3.529	0.509			
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Güç Gösterme	Erkek	218	3.455	0.583	-0.288	0.774
	Güdüsü	Kadın	182	3.473	0.618	0.216	0.829
	Başarıya	Erkek	218	3.736	0.472		
	Yaklaşma Güdüsü	Kadın	182	3.725	0.546		
	Başarısızlıktan	Erkek	218	3.191	0.700	-0.055	0.956
	Kaçınma Güdüsü	Kadın	182	3.195	0.711	-0.034	0.973
	Ölçek Toplamı	Erkek	218	3.502	0.426		
		Kadın	182	3.503	0.476		

* $p < 0.05$

Tablo 4.2’de sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları ve alt boyutları ile spora özgü motivasyonları ve alt boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız gruplar t testi sonucunda, bütün alt boyut ve toplam puan ortalamalarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p > 0.05$).

Tablo 4.3. Yaşa Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması

Yaş		n	\bar{X}	ss.	F	p	Fark	
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik ihtiyacı	11-14 (a)	121	3.558	0.521	0.007	0.993	
		15-19 (b)	138	3.551	0.628			
		20-24 (c)	141	3.559	0.516			
	Yeterlik ihtiyacı	11-14 (a)	121	3.469	0.691	4.592	0.011	c>a
		15-19 (b)	138	3.538	0.727			
		20-24 (c)	141	3.722	0.692			
	İlişki ihtiyacı	11-14 (a)	121	3.511	0.577	0.520	0.595	
		15-19 (b)	138	3.580	0.631			
		20-24 (c)	141	3.578	0.621			
Ölçek Toplamı	11-14 (a)	121	3.515	0.467	1.304	0.273		
	15-19 (b)	138	3.559	0.525				
	20-24 (c)	141	3.613	0.476				
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Güç Gösterme Güdüsü	11-14 (a)	121	3.445	0.633	2.992	0.051	c>a
		15-19 (b)	138	3.384	0.561			
		20-24 (c)	141	3.556	0.595			
	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	11-14 (a)	121	3.678	0.522	1.125	0.326	
		15-19 (b)	138	3.734	0.517			
		20-24 (c)	141	3.772	0.481			
	Başarısızlık Kaçınma Güdüsü	11-14 (a)	121	3.129	0.756	0.740	0.478	
		15-19 (b)	138	3.230	0.681			
		20-24 (c)	141	3.211	0.680			
Ölçek Toplamı	11-14 (a)	121	3.457	0.489	1.568	0.210		
	15-19 (b)	138	3.490	0.452				
	20-24 (c)	141	3.553	0.406				

* $p < 0.05$

Tablo 4.3'e göre araştırmaya katılan sporcuların yaşı ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarından yeterlik ihtiyacı arasında anlamlı farklılık bulunurken ($p < 0.05$); özerklik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı ve ölçek toplam puanı arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p > 0.05$). Yeterlik ihtiyacı boyutunda farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden yapılan "bonferroni" testi sonucunda 20-24 yaş grubunda yer alanların ($\bar{X} = 3.722$) 15-19 yaş grubunda yer alanlardan ($\bar{X} = 3.469$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek ortalamaya sahip oldukları belirlenmiştir ($F = 4.592$, $p < 0.05$).

Sporcuların yaşı ile spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutlarından güç gösterme güdüsü arasında anlamlı farklılık bulunurken ($p < 0.05$), diğer alt boyutlar ve ölçek toplam puanı arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p > 0.05$). Güç

gösterme güdüsü alt boyutunda farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden yapılan “bonferroni” testi sonucunda da 20-24 yaş grubunda yer alanların ($\bar{X}=3.556$) 15-19 yaş grubunda yer alanlardan ($\bar{X}=3.445$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek ortalamaya sahip oldukları belirlenmiştir ($F=2.992$, $p<0.05$)

Tablo 4.4. Kardeş Sayısına Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması

Kardeş Sayısı		n	\bar{X}	ss.	F	p	
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik ihtiyacı	Kardeşi yok	54	3.545	0.635	0.283	0.838
		1 kardeş	123	3.554	0.557		
		2 kardeş	102	3.523	0.498		
	Yeterlik ihtiyacı	3 ve daha fazla	121	3.591	0.573	0.469	0.704
		Kardeşi yok	54	3.527	0.754		
		1 kardeş	123	3.584	0.713		
	İlişki ihtiyacı	2 kardeş	102	3.542	0.638	2.209	0.087
		3 ve daha fazla	121	3.639	0.749		
		Kardeşi yok	54	3.583	0.659		
	Ölçek	1 kardeş	123	3.446	0.602	0.918	0.432
		2 kardeş	102	3.585	0.525		
		3 ve daha fazla	121	3.639	0.654		
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Toplamı	Kardeşi yok	54	3.554	0.571	1.108	0.346
		1 kardeş	123	3.521	0.482		
		2 kardeş	102	3.552	0.419		
	Güç Gösterme Güdüsü	3 ve daha fazla	121	3.623	0.520	0.347	0.792
		Kardeşi yok	54	3.427	0.645		
		1 kardeş	123	3.443	0.591		
	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	2 kardeş	102	3.513	0.532	0.201	0.896
		3 ve daha fazla	121	3.458	0.641		
		Kardeşi yok	54	3.627	0.611		
	Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	1 kardeş	123	3.716	0.479	0.541	0.654
		2 kardeş	102	3.760	0.458		
		3 ve daha fazla	121	3.767	0.520		
Ölçek	Kardeşi yok	54	3.202	0.691	0.201	0.896	
	1 kardeş	123	3.163	0.642			
	2 kardeş	102	3.180	0.727			
Toplamı	3 ve daha fazla	121	3.230	0.755	0.541	0.654	
	Kardeşi yok	54	3.450	0.544			
	1 kardeş	123	3.482	0.396			
		2 kardeş	102	3.526	0.425		
		3 ve daha fazla	121	3.527	0.474		

* $p<0.05$

Tablo 4.4'te sporcuların kardeş sayısı ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutları ile toplam ortalaması ve spora özgü başarı motivasyon ölçeği alt boyutları ile toplam ortalamasını kardeş sayısına göre karşılaştırmak amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda, iki ölçeğinde alt boyutlarında da genel ortalamalarında da gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.5. Aile Ekonomik Durumuna Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması

Aile Gelir Durumu		n	\bar{X}	ss.	F	p	Fark	
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik ihtiyacı	Düşük (1)	85	3.521	0.605	0.642	0.527	
		Orta (2)	244	3.550	0.543			
		Yüksek (3)	71	3.619	0.547			
	Yeterlik ihtiyacı	Düşük (1)	85	3.411	0.663	3.438	0.033	2>1
		Orta (2)	244	3.644	0.714			
		Yüksek (3)	71	3.572	0.726			
	İlişki ihtiyacı	Düşük (1)	85	3.486	0.592	0.775	0.461	
		Orta (2)	244	3.573	0.607			
		Yüksek (3)	71	3.593	0.648			
	Ölçek Toplamı	Düşük (1)	85	3.476	0.516	1.746	0.176	
		Orta (2)	244	3.586	0.475			
		Yüksek (3)	71	3.596	0.511			
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Güç Gösterme Güdüsü	Düşük (1)	85	3.369	0.602	2.699	0.069	
		Orta (2)	244	3.518	0.607			
		Yüksek (3)	71	3.386	0.547			
	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Düşük (1)	85	3.669	0.562	1.107	0.331	
		Orta (2)	244	3.759	0.490			
		Yüksek (3)	71	3.705	0.491			
	Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	Düşük (1)	85	3.224	0.742	0.131	0.877	
		Orta (2)	244	3.180	0.703			
		Yüksek (3)	71	3.201	0.667			
	Ölçek Toplamı	Düşük (1)	85	3.457	0.538	1.001	0.368	
		Orta (2)	244	3.528	0.423			
		Yüksek (3)	71	3.470	0.417			

* $p<0.05$

Tablo 4.5'te yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına göre, sporcuların aile gelir durumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarından yeterlik ihtiyacı alt boyutunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunurken ($p<0.05$); özerklik ihtiyacı alt boyutu, ilişki ihtiyacı alt boyutu ve ölçek genel ortalamasında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık

bulunmamaktadır ($p>0.05$). Yeterlik ihtiyacı boyutunda farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden yapılan “bonferroni” testi sonucunda orta düzeyde gelire sahip olanların ($\bar{X}=3.644$) 15-düşük gelire sahip olanlardan ($\bar{X}=3.411$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek ortalamaya sahip oldukları belirlenmiştir ($F=3.438$, $p<0.05$).

Sporcuların aile gelir durumu ile spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutları ve genel ortalamasında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.6. Anne Baba Birlikteliğine Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması

Anne baba birlikteliği		n	\bar{X}	ss.	t	p	
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik ihtiyacı	Birlikte	343	3.552	0.571	-0.365	0.715
		Boşanmış	57	3.581	0.471		
	Yeterlik ihtiyacı	Birlikte	343	3.591	0.712	0.644	0.520
		Boşanmış	57	3.526	0.705		
	İlişki ihtiyacı	Birlikte	343	3.554	0.612	-0.327	0.743
		Boşanmış	57	3.583	0.608		
Ölçek Toplamı	Birlikte	343	3.564	0.493	-0.027	0.978	
	Boşanmış	57	3.566	0.486			
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Güç Gösterme	Birlikte	343	3.458	0.597	-0.456	0.649
	Güdü	Boşanmış	57	3.497	0.614		
	Başarıya	Birlikte	343	3.726	0.500	-0.442	0.659
	Yaklaşma	Boşanmış	57	3.758	0.548		
	Güdü	Birlikte	343	3.190	0.694	-0.219	0.827
	Başarısızlıktan	Boşanmış	57	3.212	0.769		
	Kaçınma Güdü	Birlikte	343	3.498	0.443	0.488	0.625
	Ölçek Toplamı	Boşanmış	57	3.529	0.488		

* $p<0.05$

Tablo 4.6’ya göre araştırmaya katılan sporcuların anne baba birliktelik durumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Benzer şekilde spora özgü motivasyon ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.7. Anne Baba Yaşama Durumuna Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması

Anne baba yaşama durumu		n	\bar{X}	ss.	F	p	Fark	
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik ihtiyacı	İkisi de yaşıyor	282	3.548	0.560	1.787	0.149	
		Baba vefat etti	58	3.692	0.505			
		Anne vefat etti	41	3.442	0.592			
	Yeterlik ihtiyacı	İkisi de vefat etti	19	3.511	0.564	2.851	0.037	2>3
		İkisi de yaşıyor	282	3.577	0.719			
		Baba vefat etti	58	3.750	0.673			
	İlişki ihtiyacı	Anne vefat etti	41	3.337	0.632	2.517	0.058	2>3
		İkisi de vefat etti	19	3.675	0.748			
		İkisi de yaşıyor	282	3.561	0.614			
	Ölçek Toplamı	Baba vefat etti	58	3.694	0.611	3.707	0.012	2>3
		Anne vefat etti	41	3.353	0.567			
		İkisi de vefat etti	19	3.546	0.583			
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Güç Gösterme Güdüsü	İkisi de yaşıyor	282	3.561	0.491	0.849	0.467	
		Baba vefat etti	58	3.709	0.439			
		Anne vefat etti	41	3.378	0.495			
	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	İkisi de vefat etti	19	3.571	0.533	2.096	0.100	
		İkisi de yaşıyor	282	3.466	0.608			
		Baba vefat etti	58	3.862	0.435			
	Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	Anne vefat etti	41	3.614	0.602	0.215	0.886	
		İkisi de vefat etti	19	3.752	0.493			
		İkisi de yaşıyor	282	3.193	0.703			
	Ölçek Toplamı	Baba vefat etti	58	3.221	0.683	1.412	0.239	
		Anne vefat etti	41	3.122	0.760			
		İkisi de vefat etti	19	3.253	0.690			
		İkisi de yaşıyor	282	3.499	0.458			
		Baba vefat etti	58	3.590	0.372			
		Anne vefat etti	41	3.404	0.524			
		İkisi de vefat etti	19	3.503	0.300			

* $p < 0.05$ (1=İkisi de yaşıyor, 2=Baba vefat etti, 3=Anne vefat etti, 4=İkisi de vefat etti)

Tablo 4.7'ye göre araştırmaya katılan sporcuların anne ve babasının yaşama durumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarından yeterlik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı ve ölçek toplam puan ortalamaları arasında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunurken ($p < 0.05$), özerklik ihtiyacında gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p > 0.05$). Anlamlı farklılık tespit edilen alt boyutlar ve ölçek toplam puan ortalamasında farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden yapılan "bonferroni" testi sonucunda, söz konusu tüm

değişkenlerde babası vefat edenlerin annesi vefat edenlerden yüksek ortalamalara sahip olduğu belirlenmiştir.

Sporcuların anne ve babasının yaşama durumu ile spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutları ile ölçek genel ortalamasında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.8. Branşa Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması

Branş		n	\bar{X}	ss.	t	p	
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik	Takım sporları	212	3.588	0.556	1.213	0.226
	ihtiyacı	Bireysel sporlar	188	3.520	0.558		
	Yeterlik	Takım sporları	212	3.665	0.691	2.508	0.013
	ihtiyacı	Bireysel sporlar	188	3.488	0.722		
	İlişki ihtiyacı	Takım sporları	212	3.640	0.634	2.898	0.004
		Bireysel sporlar	188	3.466	0.571		
	Ölçek Toplamı	Takım sporları	212	3.630	0.487	2.864	0.004
		Bireysel sporlar	188	3.490	0.487		
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Güç Gösterme	Takım sporları	212	3.493	0.578	1.056	0.292
	Güdüsü	Bireysel sporlar	188	3.430	0.621		
	Başarıya	Takım sporları	212	3.795	0.482	2.699	0.007
	Yaklaşma	Bireysel sporlar	188	3.658	0.524		
	Güdüsü						
	Başarısızlıktan	Takım sporları	212	3.243	0.724	1.522	0.129
	Kaçınma	Bireysel sporlar	188	3.136	0.678		
	Güdüsü						
	Ölçek Toplamı	Takım sporları	212	3.552	0.428	2.375	0.018
		Bireysel sporlar	188	3.446	0.466		

* $p<0.05$

Tablo 4.8'e göre sporcuların branşı ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarından yeterlik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı ve ölçek toplam puan ortalamalarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark bulunurken ($p<0.05$), özerklik ihtiyacında gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0.05$). Yeterlik ihtiyacı alt boyutunda takım sporları yapanların ($\bar{X}=3.666$) bireysel spor yapanlardan ($\bar{X}=3.489$) yüksek ($t=2.508$, $p<0.05$), ilişki ihtiyacı alt boyutunda takım sporları yapanların ($\bar{X}=3.640$) bireysel spor yapanlardan ($\bar{X}=3.466$) yüksek ($t=2.898$, $p<0.05$) ve ölçek genel ortalamasında da aynı şekilde takım sporları yapanların ($\bar{X}=3.360$) bireysel spor yapanlardan ($\bar{X}=3.490$) yüksek ($t=2.864$, $p<0.05$) ortalamalara sahip olduğu görülmektedir.

Sporcuların branşı ile spora özgü motivasyonu ölçeği alt boyutlarından başarıya yaklaşma güdüsü ve ölçek toplam puan ortalamalarında da benzer şekilde takım sporu yapanlar lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunurken ($p<0.05$), diğer alt boyutlarda gruplar arasında anlamlı farklılık belirlenmemiştir ($p>0.05$). Başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutunda takım sporları yapanların ($\bar{X}=3.795$) bireysel spor yapanlardan ($\bar{X}=3.658$) yüksek ($t=2.699$, $p<0.05$), ölçek genel ortalamasında da aynı şekilde takım sporları yapanların ($\bar{X}=3.552$) bireysel spor yapanlardan ($\bar{X}=3.446$) yüksek ($t=2.375$, $p<0.05$) ortalamalara sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 4.9. Spora Başlama Yaşına Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması

Spora Başlama Yaşı		n	\bar{X}	ss.	F	p	Fark	
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik ihtiyacı	8 ve altı	183	3.590	0.531	2.686	0.069	
		9-12	146	3.474	0.540			
		13 ve üzeri	71	3.637	0.640			
	Yeterlik ihtiyacı	8 ve altı	183	3.538	0.692	1.104	0.332	
		9-12	146	3.587	0.736			
		13 ve üzeri	71	3.685	0.701			
	İlişki ihtiyacı	8 ve altı	183	3.586	0.609	0.406	0.666	
		9-12	146	3.524	0.611			
		13 ve üzeri	71	3.558	0.621			
Ölçek Toplamı	8 ve altı	183	3.573	0.475	0.947	0.389		
	9-12	146	3.526	0.500				
	13 ve üzeri	71	3.621	0.515				
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Güç Gösterme Güdüsü	8 ve altı	183	3.492	0.559	3.512	0.031	2>3
		9-12	146	3.509	0.620			
		13 ve üzeri	71	3.294	0.632			
	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	8 ve altı	183	3.757	0.445	2.007	0.136	
		9-12	146	3.750	0.553			
		13 ve üzeri	71	3.622	0.548			
	Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	8 ve altı	183	3.291	0.701	3.397	0.034	1>2
		9-12	146	3.098	0.738			
		13 ve üzeri	71	3.134	0.611			
Ölçek Toplamı	8 ve altı	183	3.549	0.420	3.291	0.038	1>3	
	9-12	146	3.499	0.463				
	13 ve üzeri	71	3.389	0.476				

* $p<0.05$ (1= 8 ve altı, 2=9-12, 3=13 ve üzeri)

Tablo 4.9'a göre sporcuların spora başlama yaşı ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutları ve ölçek genel puan ortalamasında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0.05$).

Sporcuların spora başlama yaşı ile spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutlarından güç gösterme güdüsü, başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve ölçek toplam ortalamasında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunurken ($p<0.05$), başarıya yaklaşma güdüsünde anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0.05$).

Fark çıkan değişkenlerde farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden yapılan “bonferroni” testi uygulanmıştır. Güç gösterme alt boyutunda 9-12 yıl grubunda yer alanların ($\bar{X}=3.509$) 13 ve üzeri yıl grubunda yer alanlardan ($\bar{X}=3.294$) yüksek ($F=3.512$, $p<0.05$), başarısızlıktan kaçınma alt boyutunda 8 ve altı yıl grubunda yer alanların ($\bar{X}=3.291$) 9-12 yıl grubunda yer alanlardan ($\bar{X}=3.098$) yüksek ($F=3.397$, $p<0.05$), ölçek genel ortalamasında ise 8 ve altı yıl grubunda yer alanların ($\bar{X}=3.549$) 13 ve üzeri yıl grubunda yer alanlardan ($\bar{X}=3.389$) yüksek ($F=3.291$, $p<0.05$) ortalamalara sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 4.10. Spora Yapma Süresine Göre Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Ortalamalarının Karşılaştırılması

Spor Yapma Süresi		n	\bar{X}	ss.	F	p	Fark
Temel Psikolojik İhtiyaçlar	Özerklik	3 yıldan az	161	3.566	0.585	0.362	0.696
	ihtiyacı	3-5 yıl	132	3.523	0.540		
		6 yıl ve daha fazla	107	3.582	0.539		
		Yeterlik	3 yıldan az	161	3.517	0.743	2.075
	ihtiyacı	3-5 yıl	132	3.569	0.698		
		6 yıl ve daha fazla	107	3.696	0.666		
		İlişki ihtiyacı	3 yıldan az	161	3.572	0.621	0.185
		3-5 yıl	132	3.532	0.620		
		6 yıl ve daha fazla	107	3.571	0.589		
Ölçek Toplamı		3 yıldan az	161	3.554	0.525	0.665	0.515
	3-5 yıl	132	3.540	0.476			
	6 yıl ve daha fazla	107	3.610	0.458			
	Güç Gösterme	3 yıldan az	161	3.414	0.624	4.056	0.018
Güdüsü		3-5 yıl	132	3.410	0.573		
		6 yıl ve daha fazla	107	3.603	0.573		
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	Başarıya	3 yıldan az	161	3.669	0.568	1.987	0.138
		3-5 yıl	132	3.769	0.480		
		6 yıl ve daha fazla	107	3.776	0.430		
	Başarısızlıktan	3 yıldan az	161	3.169	0.719	0.545	0.580
		3-5 yıl	132	3.172	0.687		
		6 yıl ve daha fazla	107	3.254	0.705		
	Kaçınma	3 yıldan az	161	3.455	0.501	2.536	0.080
		3-5 yıl	132	3.497	0.418		
		6 yıl ve daha fazla	107	3.580	0.393		

* $p<0.05$ (1=3 yıldan az, 2=3-5 yıl, 3=6 yıl ve daha fazla)

Tablo 4.10'a göre araştırmaya katılan sporcuların spor yapma süreleri ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutları ve genel ortalamasında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0.05$).

Sporcuların spor yapma süreleri ile spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutlarından güç gösterme güdüsünde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunurken ($p<0.05$), diğer alt boyutlar ve ölçek toplamında anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0.05$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden yapılan "bonferroni" testi sonucunda 6 yıl ve üzeri spor yapanların ($\bar{X}=3.603$) 3 yıldan az spor yapanlardan ($\bar{X}=3.414$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek ortalamaya sahip olduğu belirlenmiştir ($F=4.056$, $p<0.05$).

Tablo 4.11. Sporcuların Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Spora Özgü Motivasyonu Düzeyleri Arasındaki İlişki

		Yeterlik ihtiyacı	İlişki ihtiyacı	Ölçek Toplamı	Güç Gösterme Güdüsü	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	Ölçek Toplamı
Özerklik ihtiyacı	r	0.420**	0.486**	0.782**	0.155**	0.256**	0.141**	0.245**
	p	0.000	0.000	0.000	0.002	0.000	0.005	0.000
Yeterlik ihtiyacı	r		0.402**	0.762**	0.240**	0.308**	0.201**	0.330**
	p		0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
İlişki ihtiyacı	r			0.823**	0.131**	0.295**	0.168**	0.267**
	t			0.000	0.009	0.000	0.001	0.000
Ölçek Toplamı	r				0.220**	0.364**	0.216**	0.355**
	t				0.000	0.000	0.000	0.000
Güç Gösterme Güdüsü	r					0.497**	0.211**	0.729**
	t					0.000	0.000	0.000
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	r						0.390**	0.846**
	t						0.000	0.000
Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	r							0.702**
	p							0.000

* $p<0.05$

Tablo 4.11'e göre temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutlarından özerklik ihtiyacı alt boyutu ve ilişki ihtiyacı alt boyutu ile güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü, başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve spora özgü başarı motivasyonu genel arasında pozitif yönlü düşük düzeyde; temel psikolojik ihtiyaçlar yeterlik ihtiyacı alt boyutu ile güç gösterme güdüsü ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü arasında pozitif yönlü düşük düzeyde, başarıya yaklaşma ve spora özgü başarı motivasyonu genel arasında pozitif

yönlü orta düzeyde; temel psikolojik ihtiyaçlar genel ile güç gösterme güdüsü ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü arasında pozitif yönlü düşük düzeyde, başarıya yaklaşma güdüsü ve spora özgü başarı motivasyonu genel arasında ise pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.12. Sporcuların Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeylerinin ve Spora Özgü Motivasyonu Düzeylerini Yordama Durumu

Değişken	B	ss.	β	t	p
Sabit	2,382	0.156		15.304	0.000
Özerklik ihtiyacı	0.064	0.045	0.080	1.428	0.154
Yeterlik ihtiyacı	0.155	0.034	0.245	4.607	0.010
İlişki ihtiyacı	0.095	0.041	0.129	2.341	0.020
R=0.367 R ² = 0.135 F=20.588 p<0.05					

Tablo 4.12’de yer alan veriler incelendiğinde temel psikolojik ihtiyaçların spora özgü başarı motivasyonu düzeyini pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir (R²= 0.134; p<.05). Yeterlik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı spora özgü başarı motivasyonundaki spora özgü başarı motivasyonundaki toplam varyansın %13.5’ini açıklamaktadır. Farklı bir anlatımla spora özgü başarı motivasyonunun %86.5’inin regresyon modeline alınmayan farklı değişkenlerce, %13.5’inin ise temel psikolojik ihtiyaçlardaki bazı boyutlar ile açıklanmaktadır. Özerklik ihtiyacı alt boyutu ise analizde spora özgü başarı motivasyonunu anlamlı bir şekilde yordamamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre, yordayıcı değişkenlerinin spora özgü başarı motivasyon üzerindeki göreceli önem sırası; yeterlik ihtiyacı (β =0.245) ve ilişki ihtiyacıdır (β =0.129).

5. TARTIŞMA

Sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları ile spor başarı motivasyonları arasındaki ilişkinin incelendiği bu araştırmada elde edilen sonuçlar ilgili literatürle karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Araştırmada sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları ve spora özgü motivasyon düzeylerinin tüm alt boyutlar da dahil olacak şekilde orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Güler (2022) spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sporda psikolojik ihtiyaç durumları ile ilgili çalışmasında katılımcıların temel psikolojik ihtiyaç durumlarının orta düzeyde; Kaşka (2022) fitness sporu yapan bireylerin egzersizde temel psikolojik ihtiyaç düzeyleri ile ilgili araştırmasında temel psikolojik ihtiyaç düzeylerinin orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Şahinler ve Ulukan (2020) yaptıkları araştırmada da yüzme sporcularının spora özel başarı ve motivasyon düzeylerinin orta olduğunu tespit edilmiştir. Gültekin (2023)'in araştırmasında yüzme sporu yapan çocukların spora özgü başarı motivasyon düzeyinin orta seviyede olduğu görülmektedir.

Yapılan araştırmada sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyut ve toplam puan ortalamalarının **cinsiyete** göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Davies ve ark. (2016) spor yapan bireyler üzerinde yaptığı çalışmada; Adie ve ark. (2008) erkek ve kadın spor katılımcılarının özerklik desteği ve temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile ilgili yaptığı çalışmada; Gürer ve Kılınç (2019) doğa sporları yapanların temel psikolojik ihtiyaçları ile ilgili yaptığı çalışmada cinsiyet değişkeni ile temel psikolojik ihtiyaç düzeyi arasında anlamlı ilişki olmadığını belirlemişlerdir. Benzer şekilde Öner (2019) egzersiz katılımcılarının temel psikolojik ihtiyaçları ile ilgili çalışmasında; Acun (2018) sporcu üniversite öğrencileri ile ilgili yaptığı çalışmasında; Güler (2022) spor bilimleri öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları ile ilgili yaptığı çalışmasında; Tiryaki ve ark. (2020) spor bilimleri fakültesi öğrencileri ile ilgili yaptığı çalışmasında; Sarı ve ark. (2011) spor yöneticiliği bölümü öğrencileri ile ilgili yaptığı çalışmasında; Arslanoğlu ve ark. (2010) voleybol hakemleri üzerinde yaptığı çalışmasında temel

psikolojik ihtiyaç ile cinsiyet arasında farklılık olmadığını tespit etmişlerdir. Bu araştırma sonuçları temel psikolojik ihtiyaçlar ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık olmadığı yönündeki çalışma bulguları ile örtüşmektedir. Cinsiyet değişkeninin temel psikolojik ihtiyaçla üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

Araştırmada sporcuların spora özgü başarı motivasyonu alt boyutlarının ve toplam puan ortalamalarının **cinsiyete** göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Can ve ark. (2009)'ın, elit taekwondo sporcularında aile-antrenör-kulüp desteği ve başarı motivasyonu arasındaki ilişki üzerine yapmış oldukları araştırmasında cinsiyet ile başarı motivasyonu arasında anlamlı farklılık olmadığı; Chiu ve ark. (2014)'ın, sporcu ve antrenörlerin antrenörlük yetkinliklerini ve sportif başarı motivasyonları ile ilgili araştırmasında cinsiyet değişkenine göre başarı motivasyonlarında anlamlı farklılık olmadığını ve Susuz (2022)'un üniversitelerin spor takımlarında yarışan öğrencilerin spora özgü başarı motivasyon düzeyleri ile ilgili çalışmasında cinsiyet değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonu toplamında ve alt boyutlarının tamamında anlamlı farklılık olmadığını belirlemişlerdir. Benzer şekilde Zorlu ve ark. (2020) tarafından atletizm branşındaki sporcuların kişilik özelliklerinin başarı motivasyonuna etkisi ile ilgili yapılan çalışmada cinsiyet değişkeni ile başarı motivasyonu toplamı ve alt boyutlarında anlamlı farklılık olmadığını ve yine Özgün ve ark. (2017) tarafından hentbolcuların başarı motivasyonları ve mutluluk düzeyleri ile ilgili yapılan çalışmada cinsiyet değişkeni ile başarı motivasyonu arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Yapılan bu araştırmalar bu çalışma sonucu ile paralellik göstermektedir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer sonucuna göre yaş değişkeni ile özerklik ve ilişki ihtiyacı alt boyutları ve ölçek toplam puanı arasında anlamlı farklılık olmadığı, yeterlik ihtiyacı alt boyutunda arasında anlamlı farklılık olduğu, yaşı 20-24 yaş grubunda yer alan sporcuların 15-19 yaş grubunda yer alan sporculara göre yeterlik ihtiyaçları yüksek bulunmuştur. Hocaoğlu (2022) sportif aktivitelere katılan bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarının doyum ile ilgili yaptığı çalışmasında, katılımcıların yaşı arttıkça özerklik tatminsizliği ve ilişkili olma tatminsizliği düzeylerinin düştüğünü, yeterlik doyumunun ise arttığını belirlemiştir. Yeterlik ihtiyacı bireylerin kendilerini verimli ve becerili hissetme ihtiyacını ifade etmekte ve bireyin seçtiği bir spor dalını

veya egzersizi yapabileceğine olan inancı ve kendini bu beceri için yeterli güce sahip hissetmesi olarak tanımlanmaktadır (Ryan ve Deci, 2017). Araştırma sonucunda ise yaşı büyük olan sporcuların kendilerini bu alanda becerikli ve inançlı görmeleri beklenen bir sonuçtur. Araştırmada sadece yeterlik alt boyutunda farklılık olduğu diğer alt boyutlarda ve toplam puanda farklılık olmadığı belirlenmiştir. Literatürde de bu araştırma sonucunu desteklemeyen çalışmalar da mevcuttur. Bayraktar ve Kuru (2007) tarafından milli ve uluslararası güreş hakemleriyle yapılan çalışmada katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları ve yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Benzer şekilde Ekici ve ark. (2016)'ın ve Güler (2022)'in spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin ile ilgili çalışmalarında yaş değişkeni ile temel psikolojik ihtiyaçları arasında anlamlı ilişki belirlenmemiştir.

Araştırmada sporcuların **yaşı** ile spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutlarından başarıya yaklaşma güdüsü, başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve toplam puanı arasında anlamlı farklılık olmadığı, güç gösterme güdüsü arasında anlamlı farklılık olduğu, yaşı 20-24 yaş grubunda yer alan sporcuların 15-19 yaş grubunda yer alan sporculardan güç gösterme güdüsünün yüksek olduğu görülmektedir. Kartal ve ark. (2017) takım sporcularının imgeleme kullanımları ile başarı motivasyonları ile ilgili çalışmasında, yaş ile başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir farka rastlanmamışken, güç gösterme güdüsü alt boyutunda anlamlı farklılık belirlenmiş, yaşı 27-32 arasında olan sporcuların yaşı 15-20 arasında olan sporculara göre güç gösterme güdüsünün yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dirmen (2014) kadın futbolcuların başarı motivasyonu ile ilgili yaptığı çalışmada, 2. lig kadın futbolcuların yaşı ile başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmezken, güç gösterme güdüsü alt boyutunda anlamlı farklılık belirlenmiş, 14-16 yaşındakilerin Güç Gösterme Güdüsü puanları en düşük; 23 yaştan büyüklerin ise güç gösterme güdülerini en yüksek olarak belirlenmiştir. Engür (2002)'ün elit sporcularda başarı motivasyonunun, durumluluk kaygı düzeyleri ile ilgili çalışmasında elit sporcuların yaşları ile başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmezken, güç gösterme güdüsü alt boyutunda anlamlı farklılık görülmüş, yaşı 25 ve üstü olan sporcuların güç gösterme güdüsünün yaşı 17-18 olanlara göre anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir. Koç (2021)

bireysel ve takım sporlarında zihinsel dayanıklılığın umutsuzluk ve başarı motivasyonu ile ilgili yaptığı çalışmasında sporcuların yaşları ile başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir farklılık olmadığı, güç gösterme güdüsü alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu, yaşın ilerlemesi ile başarı motivasyonuna yönelik güç gösterme güdüsünün arttığı belirlenmiştir. Araştırma bulgularına bakıldığında yaşı daha büyük olan sporcuların yaşı daha küçük olan sporculara göre güç gösterme güdüsünün yüksek olduğu görülmektedir. Güç gösterme güdüsü yüksek olan kişiler görev arama yönelimindedirler ve liderlik rolleri yüksektir. Girişken olma özellikleri yüksektir ve arkadaşlık ilişkileri de dahil olmak üzere tüm ilişkilerinde kontrolü elinde tutma özelliği sergilerler. Ayrıca güç gösterme güdülerini doyuma kavuşturabilecek faaliyetlere ve profesyonel alanlara yönelme eğilimleri gösterirler (Aktop, 2002).

Araştırmada sporcuların **kardeş sayısı** ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarında ve genel ortalamalarında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Şirin (2023) lise öğrencilerinin beden eğitiminde temel psikolojik ihtiyaçları ile ilgili yaptığı çalışmasında öğrencilerin kardeş sayısı ile temel psikolojik ihtiyaçları arasında anlamlı farklılık bulunmadığını tespit etmiştir. Benzer şekilde Aydın (2020) spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları ile ilgili yaptığı çalışmasında; Yasul (2016) beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçları ile ilgili yaptığı çalışmasında kardeş sayısı ile temel psikolojik ihtiyaç düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Bu sonuçlarda bu çalışmanın sonuçlarını destekler niteliktedir.

Araştırmada sporcuların spora özgü başarı motivasyonu alt boyutlarının ve toplam puan ortalamalarının **kardeş sayısına** göre farklılaşmadığı görülmektedir. Gençler (2008) yıldızlar kategorisi erkek güreşçilerde benlik saygısı ve başarı ilişkisi ile ilgili yaptığı çalışmada sporcuların sahip olduğu kardeş sayıları ile spor başarı sorumluluk ölçeğinden elde ettikleri ortalama puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Nar (2021) tenis sporcularında algılanan ebeveyn tutumları ile başarı motivasyonu ile ilgili yapmış olduğu çalışmada, kardeş sayısı ile başarısızlıktan kaçma boyutunda anlamlı farklılık olduğu, diğer iki boyutta kardeş sayısına göre farklılık olmadığı, benzer şekilde Böke (2018) elit güreşçi ve futbolcuların başarı motivasyonları ile ilgili yaptığı

çalışmasında kardeş sayısı ile güç gösterme güdüsü arasında anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu araştırmalar da çalışma sonucunu kısmen desteklemektedir.

Araştırmada sporcuların **aile gelir durumu** ile özerklik ihtiyacı ile ilişki ihtiyacı alt boyutu ve ölçek genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı farklılık görülmezken, temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarından yeterlik ihtiyacında anlamlı farklılık görülmüş, orta düzeyde gelire sahip olanların yeterlik ihtiyaçları düşük gelire sahip olanlardan anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Literatürde incelendiğinde gelir durumu ile temel psikolojik ihtiyaç arasında farklı sonuçlara rastlanmaktadır. Yapılan çalışmalarda farklı alt boyutlar ile gelir arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Esenkaya ve ark. (2023) spor lisesi öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları ile ilgili yaptığı çalışmada iyi gelir durumundaki öğrencilerin özerklik, yeterlik, ilişki ihtiyaçları ve toplam temel psikolojik ihtiyaçları orta ve kötü gelir durumundaki öğrencilere göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Dinçer (2019) ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi yatkınlık düzeyleri ile yaptığı çalışmasında tüm alt boyutlarda gelir düzeyi ile anlamlı farklılık olduğu, orta gelir düzeyine sahip öğrencilerin düşük gelir düzeyine sahip öğrencilere göre temel psikolojik ihtiyaçlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Çırak (2017) spor yapan ve yapmayan öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarını araştırdığı çalışmasında aile gelir durumunun öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarında bir değişime sebep olmadığını belirlemiştir. Literatürdeki araştırma sonuçları bu çalışmanın sonuçları ile kısmen benzerlik göstermektedir. Araştırma sonuçlarındaki bu farklılıkların araştırma katılımcılarının farklı yaş gruplarında olmalarından ve yaşadıkları şehrin sosyo-ekonomik şartlarından kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmada sporcuların spora özgü başarı motivasyonu alt boyutlarının ve toplam puan ortalamalarının **aile gelir durumuna** göre farklılaşmadığı görülmektedir. Yetiş ve ark. (2022)'ın Gençler B basketbol turnuvasına katılan kız ve erkek takımlarının spora özgü başarı motivasyon düzeyleri ile ilgili çalışmasında aile gelir düzeyi ile spora özgü motivasyon ölçeği alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirlenmiştir. Benzer şekilde Kılınç ve ark. (2011) takım sporu yapanların motivasyon düzeylerinin ile ilgili çalışmasında; Yılmaz ve ark. (2019) görme engelliler yüzme

şampiyonasına katılan sporcular ile ilgili yaptığı çalışmada; Yiğit (2019) spor yapan üniversite öğrencilerinin spora özgü başarı ve motivasyon düzeyleri ile ilgili çalışmada ve Baş (2023) badmintoncuların sportif karakterlerinin spora özgü başarı motivasyonları üzerine etkisi ile ilgili yaptığı çalışmada gelir düzeyi ile başarı motivasyonu arasında anlamlı farklılık tespit etmemişlerdir. Yapılan tüm bu araştırmalar çalışma sonucunu destekler niteliktedir ve aile gelir düzeyinin spora özgü motivasyon düzeyinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığını göstermektedir.

Yapılan bu araştırmada sporcuların **anne baba birliktelik durumu** ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamında gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Aydın (2020)'ın spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları ile ilgili çalışmada anne baba durumu değişkenini ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmada sporcuların spora özgü başarı motivasyonu alt boyutlarının ve toplam puan ortalamalarının **anne baba birliktelik ve yaşama durumuna** göre farklılaşmadığı görülmektedir. Eri (2018) futbol altyapı sporcularında algılanan ebeveyn tutumları ile başarı motivasyonu ile ilgili çalışmada anne baba birliktelik durumu ile spora özgü başarı motivasyonu toplam puanında ve alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit etmemiştir. Literatürde bu anne baba birliktelik ve yaşama durumu ile spor başarı motivasyonu arasında çok fazla değişkene rastlanmamıştır.

Araştırmada sporcuların **anne ve babasının yaşama durumu** ile özerklik ihtiyacında anlamlı farklılık görülmezken, temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarından yeterlik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı ve ölçek toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık görülmektedir. Babası vefat eden sporcuların temel psikolojik toplam puanlarının, yeterlik ve ilişki ihtiyacı ortalamalarının annesi vefat edenlerden yüksek olduğu belirlenmiştir. Toprak (2014) ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu ile ilgili yaptığı çalışmada, psikolojik ihtiyaç doyumu tüm alt boyutlarıyla birlikte annenin sağ olma durumuna göre farklılık gösterirken, babanın sağ olma durumuna göre hiçbir farklılık göstermemektedir. Annenin kaybının psikolojik ihtiyaç doyumu anlamında büyük bir öneme sahip olduğu söylenebilir. Babanın kaybı sonrasında anne büyük oranda

babanın duygusal boşluğunu doldurmaya çalışmakta, bu da ergenin psikolojik ihtiyaç doyumunu noktasında olağanüstü bir değişiklik yaşamasını engellemektedir.

Araştırmada sporcuların **branşı** ile özerklik ihtiyacında gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmazken, temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutlarından yeterlik ve ilişki ihtiyacı ile ölçek toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılık bulunmuştur. Yeterlik ve ilişki ihtiyacı ile ölçek genel ortalamasında takım sporları yapanların ortalamalarının bireysel spor yapanlardan yüksek olduğu görülmektedir. Sporda yeterlilik, kişinin yaptığı sporda verimli olabilmek için sahip olduğu beceri ve fırsatlar olarak ifade edilmiştir (Hodge ve ark., 2009). Sporcuların performanslarını en üst düzeye taşımak, onların beceri ve yeteneklerini geliştirebilmeleri için gereken imkanları sağlamakla mümkün kılınabilir. Sporculara takım arkadaşlarının ve antrenörlerinin verdiği destek miktarı, yeteneklerini gösterme noktasında özellikle takım sporlarında önemli bir unsurdur (Gümüşay ve Argan, 2020). İlişki kurma ihtiyacı ise kişinin diğer kişilerle kendisini ilişkilendirmesi ve ait olma ihtiyacı tanımlanmaktadır (Deci ve Ryan, 2000). Spor alanında ilişki kurma ihtiyacı kavramı, spor aktivitesi esnasında sporcuların etkileşime girdiği insanların (antrenör, takım arkadaşı, taraftar, aile) onlara olan yakınlığı ile ilgili olan bir kavramdır (Ryan ve Deci, 2002). Buradan hareketle takım sporu yapan bireylerin yeterlik ve ilişki ihtiyaç düzeyinin yüksek olması literatüre paralel bir sonuç olarak görülebilmektedir. Ünlü (2009) beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının psikolojik ihtiyaçları ile ilgili yaptığı çalışmada takım sporları yapan sporcuların bireysel spor branşı yapanlara göre ilişki ihtiyacının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Gezer (2018) bireysel ve takım sporları ile uğraşan üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının belirlenmesi ile ilgili yaptığı çalışmasında üniversite öğrencilerinin yaptıkları spor türü ile özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacı alt boyutlarında anlamlı farklılıklar belirlenmiştir.

Araştırmada sporcuların **branşı** ile güç gösterme güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü arasında anlamlı farklılık bulunmazken, başarıya yaklaşma güdüsü ve ölçek toplam puan ortalamasında anlamlı farklılık bulunmuş, başarıya yaklaşma güdüsü ve ölçek toplam puanında takım sporları yapanların ortalamalarının bireysel spor yapanlardan yüksek olduğu görülmektedir. Ong (2017) tarafından 135 Singapurlu

milli sporcu örneklemini ile yapılan çalışmada, takım sporcularının bireysel sporculara göre daha yüksek motivasyona sahip olduklarını tespit edilmiştir. Literatürde bu çalışma sonucundan farklı sonuçlara da rastlanmaktadır. Aksoy (2021) aktif spor yapan sporcuların kaygı düzeyi ile spora özgü başarı motivasyonları ile ilgili çalışmasında, takım ve bireysel sporları yapan sporcuların güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir farklılık elde edilmiş, bireysel spor yapan sporcuların takım sporu yapan sporculara göre daha yüksek başarı motivasyonuna sahip oldukları bulunmuştur. Benzer şekilde Kirazlı (2022) takım ve bireysel spor ile uğraşan sporcuların spora katılım motivasyonları ile ilgili çalışmasında başarı motivasyonu alt boyutunda takım sporcularının bireysel sporculara göre daha yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmektedir. Ayrıca Aktop (2002) spora özgü başarı motivasyonu ile psikolojik ve yapısal özellikler yaptıkları çalışmasında bireysel sporcular ile takım sporu sporcularının başarı motivasyonları arasında herhangi bir fark tespit etmemiştir. Susuz (2022)'un üniversitelerin spor takımlarında yarışan öğrencilerin spora özgü başarı motivasyonu ile ilgili çalışmasında spora özgü başarı motivasyonu toplam puanında ve alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Zorlu ve ark. (2020) sporcuların başarı motivasyonu düzeylerini kişilik özellikleri açısından incelediği araştırmada sporcuların spor türüne göre sporda başarı motivasyonu düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı sonucuna varılmıştır. Tan (2020) yaz okuluna katılım gösteren sporcular ile gerçekleştirdiği çalışmasında branş değişkenine göre spora katılım motivasyonunun anlamlı şekilde farklılaştığını rapor etmiştir. Basketbol, voleybol, kickboks, taekwondo, yüzme, okçuluk, jimnastik, masa tenisi gibi branşların yer aldığı araştırmada hem takım sporları lehine hem bireysel sporlar lehine anlamlı sonuçlar rapor edilmiştir. Araştırma sonucu ve literatür değerlendirildiğinde bazı çalışmalarda takım sporcuları lehine anlamlı sonuçlar tespit edilmişken bazı araştırmalar da bireysel sporcular lehine anlamlı sonuçlar belirlenmiş ve hatta bazı çalışmalarda da her iki branş arasında anlamlı farklılık görülmemiştir. Araştırmalardaki bu farklılıklar sporcuların yaşları, deneyimleri ve elit düzeyde sporcu olup olmadıklarından kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmaya göre sporcuların **spora başlama yaşı** ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutları ve ölçek genel puan ortalamasında anlamlı farklılık görülmemektedir.

Özlu ve ark. (2022) spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin sporda psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi ile ilgili yaptığı çalışmada spor yaşı ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında anlamlı farklılık olmadığını, benzer şekilde Şeker (2017) yapmış olduğu çalışmada spor yaşı ile temel psikolojik ihtiyaçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını tespit etmişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre spora başlama yaşının temel psikolojik ihtiyaçlar üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı, bireyin spor yapmasının bu farklılığı ortadan kaldırdığı söylenebilir.

Yapılan çalışmada sporcuların **spora başlama yaşı** ile spora özgü başarı motivasyonu ölçüğü alt boyutlarından güç gösterme güdüsü, başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve ölçek toplam ortalamasında anlamlı farklılık bulunurken, başarıya yaklaşma güdüsünde anlamlı farklılık bulunmamakta, yaşı büyük olan sporcuların yaşı küçük olan sporculardan güç gösterme güdüsü, başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve ölçek toplam puan ortalamalarının yüksek olduğu görülmektedir. Balkis (2019) tenisçilerin görev ve ego yönelimi hedeflerinin başarı motivasyonlarına etkisi üzerine yaptığı çalışmada sporcuların güç gösterme güdüsü ve başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu, spor yapma yaşı arttıkça sporda başarı motivasyonunu oluşturan güç gösterme ve başarıya yaklaşma güdülerinin de arttığı belirlenmiştir.

Araştırma sonuçlarına göre sporcuların **spor yapma süreleri** ile temel psikolojik ihtiyaçlar ölçüğü alt boyutları ve genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Gürer ve Kılınç (2019) doğa sporları yapan sporcularla yaptığı çalışmada egzersiz deneyimi ile temel psikolojik ihtiyaçlar ve alt boyutlarında anlamlı bir ilişki olmadığını; Güler (2020) egzersiz yapan bireyler ile ilgili yaptığı çalışmada, egzersizde temel psikolojik ihtiyaçlar ölçüğü yeterlilik ve ilişkililik puan ortalamalarının egzersiz deneyimine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını ancak özerklik puan ortalamalarının egzersiz deneyimine göre anlamlı düzeyde farklılaştığını, benzer şekilde Tiryaki ve ark. (2020) spor bilimleri fakültesi öğrencileri ile ilgili yapmış olduğu çalışmada yalnızca özerklik alt boyutunda anlamlı bir farkın olduğu, yeterlik ve ilişki alt boyutlarında anlamlı farkın olmadığını belirlemişlerdir. Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan olimpik spor merkezlerindeki sporcuların sporla uğraşmaları ve az çok bir deneyime sahip olmaları

ve ayrıca temel psikolojik ihtiyaç düzeylerinin orta düzeyde karışlanmış olduğu düşüncesiyle farklılaşma olmadığı söylenebilir.

Yapılan araştırmada sporcuların **spora yapma süresi** ile spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutlarından güç gösterme güdüsü alt boyutunda anlamlı farklılık bulunurken, diğer alt boyutlar ve ölçek toplamında anlamlı farklılık bulunmamaktadır. 6 yıl ve üzeri spor yapanların 3 yıldan az spor yapanlardan güç gösterme güdüsü ortalamasının yüksek olduğu görülmektedir. Pişkin (2021)'in lise düzeyinde öğrenim gören okul takımı sporcularının spora özgü başarı motivasyon düzeyleri ile ilgili çalışmasında spor yapma yılı ile başarı motivasyon alt boyutlarından güç gösterme güdüsü arasında anlamlı farklılık olduğu, spor yapma yılı yüksek olan sporcuların spor yapma yılı az olan sporculara göre güç gösterme güdülerini yüksek bulunmuştur. Koç (2021)'un bireysel ve takım sporlarında zihinsel dayanıklılığın umutsuzluk ve başarı motivasyonu ile ilgili çalışmasında sporcuların spor yaşı ile güç gösterme güdüsü arasında anlamlı farklılık olduğu, spor yaşı yüksek olan sporcuların spor yaşı düşük olan sporculara göre güç gösterme güdülerini yüksek olduğu belirlenmiştir. Yıldız (2019) tarafından bireysel ve takım sporcularının sportif karakterlerinin ve zekâ boyutlarının sportif başarı motivasyonlarına etkisinin belirlenmesi amacıyla yaptığı çalışmada, başarıya yaklaşma ve başarısızlıktan kaçma güdüsü ile ölçek toplam puanında anlamlı farklılık tespit edilmemiş, güç gösterme güdüsü alt boyutunda arasında anlamlı farklılık tespit edilmiş, spor yılı yüksek olan sporcuların güç gösterme güdülerinin spor yılı düşük olanlardan yüksek olduğu belirlenmiştir. Yapılan bu araştırmalar çalışma sonucu ile paralellik göstermekte, spor yaşı yüksek olan sporcuların güç gösterme güdüsünün spor yaşı az olanlara göre daha baskın olduğunu, spor yaşının artmasına bağlı olarak artan deneyim ve tecrübenin güç gösterme güdülerinde baskınlığı etkilemiş olabileceği şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmada **temel psikolojik ihtiyaçlar ile spora özgü başarı motivasyonu** arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Ayrıca temel psikolojik ihtiyaçlar spora özgü başarı motivasyonun anlamlı bir yordayıcısı olup toplam varyansın %13'ünü anlamlı olarak açıkladığı tespit edilmiştir. De Francisco ve ark. (2020) yaptıkları araştırmada sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları ile spora katılım motivasyon düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu belirlemişlerdir. Susuz

(2022)'un üniversitelerin spor takımlarında yarışan öğrencilerin spora özgü başarı motivasyonları ve genel öz yeterlilik düzeyleri ile ilgili çalışmasında spora özgü başarı motivasyonu toplamı ve alt boyutları ile genel öz yeterlik düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca aynı çalışmada genel öz yeterliğin başarı motivasyonu toplamı, güç gösterme güdüsü alt boyutu ve başarısızlık kaçınma güdüsü alt boyutunu pozitif yönde yordadığı, genel öz yeterliğin başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutu üzerinde anlamlı bir rolü olmadığı sonucuna varılmıştır. Spora özgü başarı motivasyonu ile genel öz yeterlilik düzeyi arasındaki anlamlı ve pozitif ilişki bu çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutlarından yeterlik ihtiyacını destekler niteliktedir. Genel öz yeterlik düzeyleri yüksek olan sporcuların spora özgü başarı motivasyonlarının da yüksek olması beklenmektedir. Karagenç (2021)'in kadın futbolcular psikolojik becerileri ile sporda başarı motivasyonları ile ilgili yaptığı çalışmasında kadın futbolcuların psikolojik becerilerinin sporda başarı motivasyonları üzerinde kısmi ancak anlamlı bir etkiye sahip olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Barkoukis ve ark. (2007) tarafından spor alanında yapılan araştırmada, temel psikolojik ihtiyaçlarla motivasyonel düzenleme türleri arasında anlamlı ilişki belirlenmiştir. Yeşilyurt (2019) bisikletçilerde motivasyon, öznel iyi oluş ve temel psikolojik ihtiyaç ile ilgili çalışmasında temel psikolojik ihtiyaç tatmininin, diğer değişkenlerle birlikte özerk motivasyonu yordadığını, temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılamalarının özerk motivasyonları üzerinde olumlu değişimler yarattığını tespit etmiştir. Öz belirleme kuramına göre temel psikolojik ihtiyaçların alt boyutları olan özerklik, yeterlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının karşılanabilme düzeyi, bireylerin yapmakta oldukları faaliyete olan motivasyonlarını da olumlu yönde etkilemektedir (Deci ve ark., 2001). Öz belirleme kuramı kişilerin bireysel olarak farklı olup olmadıklarını göz önüne almaksızın temel psikolojik ihtiyaçların tüm bireylerde ortak olduğunu, bireylerin en iyi şekilde çalışmalarını ve yüksek düzeyde bir psikolojik sağlık sergilemelerini sağlayabilmek için bu psikolojik ihtiyaçların her birinin sürekli bir şekilde tatmin edilmelerinin gerekliliğini önermiştir (Deci ve Ryan, 2014). Deci ve Ryan (1985)'e göre öz belirleme kuramının temel dayanağı, bireylerin motivasyon seviyelerini yükseltmek, onların fiziksel, bilişsel ve duyuşsal faydaları elde etmek için kendi sosyal ortamlarında özerk, yeterli ve ilişki hissetmeleri gerekliliğidir (Deci ve Ryan, 1985; Sulz ve ark., 2016). Yapılan araştırmalar ve kuram şunu gösteriyor ki

temel psikolojik ihtiyaçların karşılması bireyin motivasyon düzeyini olumlu şekilde etkilemektedir. Bireyin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşlanması motivasyonu, beraberinde başarı motivasyonunu da pozitif yönde artıracaktır. Bulunan araştırma sonucu literatür ve kuram ile uyumluluk göstermiştir denebilir.



6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada;

- Sporcuların temel psikolojik ihtiyaçları ve spora özgü motivasyon düzeylerinin tüm alt boyutlar da dahil olacak şekilde orta düzeyde olduğu,
- Kadın ve erkek sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyut ve toplam puan ortalamalarında farklılık olmadığı,
- Kadın ve erkek sporcuların spora özgü başarı motivasyonu alt boyut ve toplam puan ortalamalarında farklılık olmadığı,
- Yaşı büyük olan sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutu olan yeterlik ihtiyaçlarının, küçük yaşlarda olan sporculardan yüksek olduğu,
- Yaşı büyük olan sporcuların spora özgü başarı motivasyon alt boyutu olan güç gösterme güdülerinin, yaşı küçük olan sporculardan daha yüksek olduğu,
- Kardeş sayısı ile sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutu ve toplam puan ortalamalarında farklılık olmadığı,
- Kardeş sayısı ile spora özgü başarı motivasyonu alt boyutu ve toplam puan ortalamalarında farklılık olmadığı,
- Aile gelir düzeyi orta olan sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeği alt boyutu olan yeterlik ihtiyaçlarının, aile gelir düzeyi düşük olan sporculardan yüksek olduğu,
- Aile gelir düzeyi ile sporcuların spora özgü başarı motivasyon alt boyutu ve toplam puan ortalamalarında farklılık olmadığı,
- Anne baba birliktelik ile sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutu ve toplam puan ortalamalarında farklılık olmadığı,
- Anne baba birliktelik ve yaşama durumu ile sporcuların spora özgü başarı motivasyon alt boyutu ve toplam puan ortalamalarında farklılık olmadığı,
- Babası vefat eden sporcuların temel psikolojik toplam puanlarının, yeterlik ve ilişki ihtiyacı ortalamalarının annesi vefat edenlerden yüksek olduğu,
- Takım sporu yapan sporcuların yeterlik ve ilişki ihtiyacı ile temel psikolojik toplam puanlarının bireysel spor yapanlardan yüksek olduğu,

- Takım sporu yapan sporcuların başarıya yaklaşma güdüsü ve sporda başarı motivasyonu toplam puanlarının bireysel spor yapanlardan yüksek olduğu,
- Spora başlama yaşı ile sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutu ve toplam puan ortalamalarında farklılık olmadığı,
- Spora başlama yaşı büyük olan sporcuların güç gösterme güdüsü, başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve sporda başarı motivasyonu toplam puanlarının spora başlama yaşı küçük olan sporculardan yüksek olduğu,
- Spor yapma süresi ile sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutu ve toplam puan ortalamalarında farklılık olmadığı,
- Spor yapma süresi uzun olan sporcuların güç gösterme güdüsünün spor yapma süresi az olan sporculardan yüksek olduğu,
- Temel psikolojik ihtiyaçlar ile spora özgü başarı motivasyonu arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki olduğu,
- Temel psikolojik ihtiyaçların spora özgü başarı motivasyonunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir.

Sonuç olarak, sporcuların temel psikolojik ihtiyaç düzeylerinin ve sporda başarı motivasyonlarının demografik özellikler açısından değişkenlikler gösterdiği, özellikle yaşı büyük olan sporcuların yeterlik ve güç gösterme güdülerinin yaşı küçük olan sporculardan yüksek olduğu, takım sporu yapan sporcuların yeterlik, ilişki ihtiyacı, başarıya yaklaşma güdüsü ve sporda başarı motivasyonu toplam puanlarının bireysel sporculardan yüksek olduğu, spor yapma süresinin sporcuların temel psikolojik ihtiyaç düzeylerinde pozitif etki oluşturduğu, sporcuların temel psikolojik ihtiyaç düzeylerinin sporda başarı motivasyonlarını artırdığı ve arasında pozitif bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir.

Araştırma sonucunda aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

- Araştırma sonuçlarına göre yaşı büyük olan sporcuların temel psikolojik ihtiyaç düzeyleri küçük olan sporculardan yüksek bulunmuştur. Temel psikolojik ihtiyaç düzeylerini küçük yaşlardan itibaren artırmak için okullarda ve spor kulüplerinde destek eğitimlerinin yapılması önerilmektedir.
- Araştırma sonuçlarına göre takım sporu yapan sporcuların temel psikolojik ihtiyaç düzeyleri bireysel spor yapanlardan daha yüksek bulunmuştur. Özellikle küçük

yaşlarda psikolojik ihtiyaç gereksinimi duyan bireyleri ve sporcuları takım sporlarına yönlendirmenin faydalı olacağı önerilebilir.

- Araştırma sonuçlarına göre spora erken yaşlarda başlayan sporcuların güç gösterme güdüsü, başarısızlıktan kaçınma güdüsü ve sporda başarı motivasyonu toplam puanlarının daha geç yaşlarda başlayanlara göre yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca paralel olarak profesyonel anlamda sporcu olmak isteyen bireyleri daha erken yaşlarda spora yönlendirilmeleri önerilebilir.

- Sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlarının ve spora özgü başarı motivasyonlarının belirlenmesi ve geliştirilmesi amacıyla yapılacak yeni çalışmalarda açık uçlu sorular sorularak bu ihtiyaçların ve yüksek/düşük motivasyon düzeylerinin nedenlerinin daha detaylı ortaya konulması önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Acun, A. (2018). *Sporcu ve Sedanter Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş ve Temel Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Ada, Ş., Akan, D., Ayık, A., Yıldırım, İ. ve Yalçın, S. (2013). Öğretmenlerin Motivasyon Etkenleri. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(3), 151-166.
- Adie, J. W., Duda, J. L. and Ntoumanis, N. (2008). Autonomy Support, Basic Need Satisfaction And The Optimal Functioning Of Adult Male And Female Sport Participants: A Test Of Basic Needs Theory. *Motivation and Emotion*, 32(3), 189-199.
- Akbolat, M., Işık, O. ve Yılmaz, A. (2013). *Dönüşümcü Liderlik Davranışının Motivasyon ve Duygusal Bağlılığa Etkisi*. *Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi*, 6(11), 35-50.
- Aksoy, S. (2021). *Aktif Spor Yapan Sporcuların Pandemi Sürecinde Covid-19 Salgınına Karşı Yakalanma Kaygı Düzeyi ile Spora Özgü Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Tekirdağ İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ.
- Aktop, A. (2002). *Spora Özgü Başarı Motivasyonu ile Psikolojik ve Yapısal Özellikler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Alderfer, C. (1989). Theories Reflecting My Personal Experience and Life Dent. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 25(4), 351-365.
- Alderman, R. B. (1974). *Psychology Behavior in Sports*. Philadelphia: WB Saunders Company.
- Alrawahi, S., Sellgren, S. F., Altouby, S., Alwahaibi, N. and Brommels, M. (2020). The Application of Herzberg's Two-Factor Theory of Motivation to Job Satisfaction in Clinical Laboratories in Omani Hospitals. *Heliyon*, 6(9), e04829, 1-9.
- Altıntaş, M. (2020). Psiko-Sosyal ve Örgütsel-Yönetmel Motivasyon Faktörlerinin İş Tatminine Etkisi: Havayolu Sektöründe Bir Araştırma. *İktisadi İdari ve Siyasal Araştırmalar Dergisi (İKTİSAD)*, 5(13), 217-239.
- Arslanoğlu, E., Tekin, M., Arslanoğlu, C. ve Özmutlu, İ. (2010). Voleybol Hakemlerinin Çeşitli Değişkenlere Göre Kaygı ve Temel Psikolojik İhtiyaç Düzeylerinin İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 985-995.
- Aslan, M. ve Doğan, S. (2020). Dışsal Motivasyon, İçsel Motivasyon ve Performans Etkileşimine Kuramsal Bir Bakış. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 11(26), 291-301.
- Aşkoğlu, M. (1996). *İnsan Kaynaklarını Verimliliğe Yönlendirme Aracı Olarak Motivasyon*. İstanbul: Üniversite Kitabevi.

- Atasoy, B. ve Kuter, F. Ö. (2005). Küreselleşme ve Spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 11-22.
- Aydın, H. (2020). *Spor Yapan ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Temel Psikolojik İhtiyaçları ile Boş Zaman Sıkılma Algılarının Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Kafkas Üniversitesi, Kars.
- Bacanlı, H. (2000). *Gelişim ve Öğrenme*. 3. Baskı. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Balkis, F. (2019). *Elit Seviyedeki Tenisçilerin Görev ve Ego Yönelimi Hedeflerinin Başarı Motivasyonlarına Etkisinin Araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Ağrı.
- Bardak, F. ve Keskin, S. (2022). Temel Psikolojik İhtiyacın Karşıllanması veya Engellenmesinin İş Stresi ve Tükenmişlik Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi: Benlik Saygısının Aracı Rolü. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 20(44), 433-460.
- Barkoukis, V., Thogersen-Ntoumani, C., Ntoumanis, N. and Nikitaras, N. (2007). Achievement Goals in Physical Education: Examining the Predictive Ability of Five Different Dimensions of Motivational Climate. *European Physical Education Review*, 13, 267-285.
- Bartholomew, K., Ntoumanis, N., Ryan, R. and Thogersen-Ntoumani, C. (2011). Psychological Need Thwarting in the Sport Context: Assessing the Darker Side of Athletic Experience. *Journal of Sport ve Exercise Psychology*, 33(1), 75-102.
- Baş, M. (2023). *Badmintoncuların Sportif Karakterlerinin Spora Özgü Başarı Motivasyonları Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Başer, E. (1985). *Uygulamalı Spor Psikolojisi Performans Sporunda Psikolojinin Rolü*. Ankara: T.C. Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü Yayınları.
- Başer, E. (1998). *Uygulamalı Spor Psikolojisi*. Ankara: Sporsal Kuram Dizisi, Bağırhan Yayınevi.
- Baymur, F. (1994). *Genel Psikoloji*. 11. Baskı. Ankara: İnkılap Kitabevi.
- Bayraktar, G. ve Kuru, E. (2007). Güreş Hakemlerinin Psikolojik İhtiyaç Düzeylerinin İncelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-13.
- Bingöl, D. (2003). *İnsan Kaynakları Yönetimi*. İstanbul: Beta Basım Yayın.
- Borg-Laufs, M. (2013). Basic Psychological Needs in Childhood And Adolescence. *Journal of Education and Research*, 3(1), 41-51.
- Böke, S. (2018). *Elit Güreşçi ve Futbolcuların Başarı Motivasyonunun Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş.
- Büyüköztürk, Ş. (2023). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.

- Can, H. (2001). *Kamu ve Özel Kesimde İnsan Kaynakları Yönetimi*. Ankara: Siyasal Kitapevi.
- Can, Y., Güven, H., Soyer, F., Demirel, M., Bayansalduz, M. ve Şahin, K. (2009). Elit Taekwondo Sporcularında Aile-Antrenör-Kulüp Desteği ve Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 240-252.
- Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Van der Kaap-Deeder, J., Duriez, B. Lens, W., Matos, L., Mouratidis, A., Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Soenens, B., Van Petegem, S. and Verstuyf, J. (2015). Basic Psychological Need Satisfaction, Need Frustration, and Need Strength Across Four Cultures. *Motivation and Emotion*, 39(2), 216- 236.
- Chiu, L. K., Mahat, N. I., Marzuki, N. A. and Hua, K. P. (2014). Student-Athletes' Evaluation of Coaches' Coaching Competencies and Their Sport Achievement Motivation. *Review of European Studies*, 6(2), 17-29.
- Cook, D. A. and Artino, A. R. (2016). Motivation to Learn: An Overview of Contemporary Theories. *Medical Education*, 50(10), 997-1014.
- Cordeiro, P., Paixao, P., Lens, W., Lacante, M., and Luyckx, K. (2016). The Portuguese Validation of the Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale: Concurrent and Longitudinal Relations to Well-being and Ill-Being. *Psychologica Belgica*, 56(3), 193-209.
- Cüceloğlu, D. (2012). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çırak, M. F. (2017). *Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Karşılanmasının İncelenmesi (Ağrı ve Konya İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Bartın.
- Çoban, G. S. (2021). Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kendini Gerçekleştirme Basamağında Gizil Yetenekler. *European Journal of Educational and Social Sciences*, 6(1), 111-118.
- Dalgas, W. B., Elmoose-Østerlund, K. and Bredahl, T. V. G. (2024). Exploring Basic Psychological Needs within and Across Domains of Physical Activity. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 19(1), 2308994, 1-19.
- Davies, M. J., Coleman, L. and Babkes Stellino, M. (2016). The Relationship Between Basic Psychological Need Satisfaction, Behavioral Regulation, and Participation in Crossfit. *Journal of Sport Behavior*, 39(3), 239–254.
- De Francisco, C., Sánchez-Romero, E. I., Vilchez Conesa, M. D. P. and Arce, C. (2020). Basic Psychological Needs, Burnout And Engagement in Sport: The Mediating Role of Motivation Regulation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 4941, 1-13.
- Deci, E. and Ryan, R. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L. and Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits. Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*. 11(4), 227-268.

- Deci, E. L. and Ryan, R. M. (2014). *Autonomy and Need Satisfaction in Close Relationships: Relationships Motivation Theory. Human Motivation and Interpersonal Relationships*. New York: Springer.
- Deci, E. L. and Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation: Perspectives on Motivation* in (C. 38, s. 237–288). Lincoln: University Of Nebraska Press.
- Deci, E. L., Gagne, M., Leone, D. R., Usunov, J. and Kornazheva, B. P. (2001). Need Satisfaction, Motivation, and Well-Being in the Work Organizations of a Former Eastern Bloc Country: A Cross-Cultural Study of Self-Determination. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 27(8), 930-942.
- Demir, M. ve Filiz, K. (2004). Spor Egzersizlerinin İnsan Organizması Üzerindeki Etkileri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 109-114.
- Demirbaş-Çelik, N. ve İşmen-Gazioğlu, E. (2017). Üst-Düzye Kişilik Faktörleri ve Yaşamda Anlam: Temel Psikolojik İhtiyaçların Aracı Rolü. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(38), 11-32.
- Dinçer, H. T. (2019). *Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersi Yatkinlık Düzeyleri ile Temel Psikolojik İhtiyaçları Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Aksaray Üniversitesi. Aksaray.
- Dirmen, A. (2014). *Farklı Liglerde Oynayan Kadın Futbol Takımı Oyuncularının Başarı Motivasyon Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Doğan, O. (2005). *Spor Psikolojisi*. Adana: Nobel Kitapevi.
- Dragos, P. F. (2014). Study Regarding The Role of Motivation in the Sport Performance Activities. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 6(1), 48-55.
- Durmuş, H. (2007). Eğitim Yönetiminde Motivasyon ve Ödüllendirme. *Yeni Eğitim Dergisi*, 17, 8-12.
- Edmunds, J., Ntoumanis, N. and Duda, J. (2008). Testing a Self-determination Theory-baes Teaching Style İntervention in The Exercise Domain. *European Journal of Social Psychology*, 38(2), 375–288.
- Ekici, S., Öntürk, Y. ve Karafil, A. Y. (2016). Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumlarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 3885-3894.
- Engür, M. (2002). *Elit Sporcularda Başarı Motivasyonunun, Durumluluk Kaygı Düzeyleri Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Eren, E. (1998). *Örgütsel Davranış ve Örgüt Psikolojisi*. İstanbul: Beta Yayınları.
- Eri, E. (2018). Futbol Altyapı Sporcularında Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 3(2), 80-92.

- Esenkaya, A., Karaca, R. ve Karakullukçu, Ö. F. (2023). Sporcu Lise Öğrencilerinde Temel Psikolojik İhtiyaçlar. M, Ulukan, Y, Şahinler., D, Sevinç Yılmaz (Ed.). *Spor, Eğitim ve Psikososyal İncelemeler İçinde* (s. 53-65). İzmir: Duvar Yayınları.
- Fişek, K. (1998). *Türkiye’de ve Dünya’da Spor Yönetimi*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Gencer, E. (2008). *Yıldızlar Kategorisi Erkek Güreşçilerde Denetim Odağı, Benlik Saygısı ve Başarı İlişkisi: Ege Bölgesi Yıldızlar Ligi Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Gentile, D. (2009). *Teaching Sport Management: A Practical Guide*. MA: Jones & Bartlett Publishers.
- George, D. and Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.
- Gezer, H. (2018). *Bireysel ve Takım Sporları ile Uğraşan Üniversite Öğrencilerinin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Gill, D. L. (1986). *Psychological Dynamics of Sport, Champaign*. UAS: Human Kinetic Publishers, Inc.
- Glasser, W. (1999). *Kişisel Özgürlüğün Psikolojisi* (M. İzmirli, Çev.). İstanbul: Hayat Yayınları.
- Glasser, W. (2003). *Seçim Teorisi* (M. İzmirli, Çev.). İstanbul: Hayat Yayınları.
- Guardia, J. and Patrick, H. (2008). Self-Determination Theory as a Fundamental Theory of Close Relationships. *Canadian Psychology*. 3, 201-209.
- Güler, F. (2020). *Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Egzersiz Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Kişisel Eğitim ile Çalışan Yetişkinler Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Güler, H. (2022). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sporda Psikolojik İhtiyaç Durumlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(2), 113-128.
- Gültekin, M. (2023). *Yüzme Eğitimine Katılan Çocukların Algılanan Sosyal Destek ile Spora Özgü Başarı Motivasyonunun İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Gümüştay, A. ve Argan, M. (2020). Sporda Temel İhtiyaçlar Tatmin Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması: (Üç-Boyutlu Yapı). *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3), 86-97.
- Günel, İ. (2019). *Algılanan Hizmet Kalitesinin Sporcuların Spora Özgü Başarı Motivasyonu Üzerine Etkisi: Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezlerinde Eğitim Alan Sporcular Üzerine Bir Uygulama*. Doktora Tezi, Muğla Sıtkı Kocaman Üniversitesi, Muğla.
- Güney, G. (2022). Mücadele Sporlarında Sporcuların Boş Zaman Motivasyon Düzeylerinin Araştırılması. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(Özel Sayı 2), 1080-1091.

- Gürer, B. ve Kılınç, Z. (2019). Doğa Sporları Yapanların Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Zihinsel Dayanıklılığa Etkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 222-233.
- Güss, C. D., Burger, M. L. and Dörner, D. (2017). The Role of Motivation in Complex Problem Solving. *Frontiers in Psychology*, 8, 267153.
- Harlow, H. F. and Zimmerman, R. R. (1959). Affectional Responses in the Infant Monkey. *Science*, 130(3373), 421-432.
- Heckhausen, J. and Heckhausen, H. (2010). *Motivation and Action*. Cambridge UK: Cambridge University Press.
- Herzberg, F., Mausner, B. and Snyderman, B. (1959). *The Motivation to Work*. New York: Mentor Book.
- Highrise (2022). Adam's Equity Theory of Motivation Explained. <https://www.tryhighrise.com/blog-posts/adams-equity-theory-of-motivation>
Erişim Tarihi: 14.04.2024.
- Hocaoğlu, M. (2022). *Temel Psikolojik İhtiyaçların Spor Tüketimi ve Katılım Sıklığı Bakımından İncelenmesi: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması*. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Hodge, K., Lonsdale, C. and Jackson, S. A. (2009). Athlete Engagement in Elite Sport: An Exploratory Investigation of Antecedents and Consequences. *Sport Psychologist*, 23(2), 186.
- Ivancevich, J., Konopaske, R. and Matteson, M. T. (2007). *Organizational Behavior and Management*. 8th ed. New York: McGraw-Hill Higher Education.
- İkizler, H. C. ve Karagözoğlu, C. (1997). *Sporda Başarının Psikolojisi*. İstanbul: Alfa Yayınevi.
- İnal, A. N. (2000). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimine Giriş*. Konya: Desen Ofset Matbaacılık.
- Jöesaar, H., Hein, V. and Hagger, M.S. (2011). Peer Influence on Young Athletes' Need Satisfaction, Intrinsic Motivation and Persistence in Sport: A 12-month Prospective Study. *Psychol. Sport Exercise*, 12, 500-508.
- Karagenc, D. (2021). *Milli Takımlarda Görev Alan Kadın Futbolcuların Psikolojik Becerilerinin Spora Özgü Başarı Motivasyonları Üzerindeki Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kartal, Z., Güvendi, B., Türksoy, A. ve Altıncı, E. (2017). Takım Sporcularının İmgeleme Kullanımları ile Başarı Motivasyonları Arasındaki İlişki. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4, 62-83.
- Kasser, V. M. and Ryan, R. M. (1999). The Relation of Psychological Needs for Autonomy and Relatedness to Health, Vitality, Well-Being and Mortality in a Nursing Home. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(5), 935-954.

- Kaşka, F. (2022). *Fitness Egzersizi Yapan Bireylerde Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Egzersiz Bağımlılığı*. Yüksek Lisans Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Kaya, S. ve Öner, Ç. (2021). Sporun Etimolojisi ve Tarihsel Kökeninin Toplayıcılık Menşeli Yorumlanması Üzerine Nitel Bir Araştırma. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 316-334.
- Kenrick D.T., Griskevicius V., Neuberg S.L. and Schaller M. (2010). Renovating the Pyramid of Needs: Contemporary Extensions Built Upon Ancient Foundations. *Perspectives on Psychological Science*, 5, 292–314.
- Kesici, S., Üre, Ö., Bozgeyikli, H. ve Sünbül, A. M. (2003). Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenirliği. *VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi: 9-11 Temmuz 2003. Malatya: Bildiri Özetleri Kitabı* (s.85). Malatya: İnönü Üniversitesi.
- Kılınç, M., Ulucan, H., Kaya, K. ve Türkçapar, Ü. (2011). Takım Sporunu Yapanların Motivasyon Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 133-144.
- Kındap, T. Y. (2011). *Kendini Belirleme Kuramı Temelinde Ergenlikte Destekleyici Ebeveynlik, Akademik ve Sosyal Uyum ve Kendini Belirleme Düzeyi Arasındaki İlişkilerin Boylamsal Olarak İncelenmesi*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Kirazlı, S. (2018). *Takım ve Bireysel Spor ile Uğraşan Sporcuların Spora Katılım Motivasyonlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yozgat Bozok Üniversitesi, Yozgat.
- Koç, İ. (2021). *Bireysel ve Takım Sporlarında Zihinsel Dayanıklılığın Umutsuzluk ve Başarı Motivasyonu Bakımından Etkilerinin Belirlenmesi*. Doktora Tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş.
- Koçtürk, O. N. (1969). *Sporcular İçin Besin ve Beslenme El Kitabı*. İstanbul: İstanbul Matbaası.
- Kontos, A. P. and Feltz, D. L. (2008). The Nature of Sport Psychology. *Advances in Sport Psychology*, 3, 3-13.
- Köknel, Ö. (2005). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. 17. Baskı. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Kuru, E. (2000). *Sporda Psikoloji*. Ankara: Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi. Basımevi.
- Levesque, C., Zuehlke, A. N., Stanek, L. R. and Ryan, R. M. (2004). Autonomy And Competence in German and American University Students: A Comparative Study Based on Self-Determination Theory. *Journal of Educational Psychology*, 96(1), 68-84.
- Lundberg C., Gudmundson A. and Andersson T. (2009). Herzberg's Two-Factor Theory of Work Motivation Tested Empirically on Seasonal Workers in Hospitality and Tourism. *Tourism Manag*, 30(6), 890–899.

- Mankin, B. (2019). *Duygusal Emek ve İçsel Motivasyonun Çalışanın Yaratıcılığı Üzerindeki Etkisi: Bankacılık Sektöründe Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi, Edirne.
- Maslow, A. H. (1943). *A Theory of Human Motivation*. New York: Harper and Row.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper and Row.
- Maslow, A. H. (1987). *Motivation and Personality*. Delhi, India: Pearson Education.
- Mathey, E. (1969). This Thing Culled Sport. *Journal of Health Physical*, 40(2), 1-38.
- Mavi, S. ve Tuncel, S. D. (2012). Sporcuların 'Sporda Hoşgörü' Kavramına İlişkin Algıları. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(4), 125-129.
- McClelland D. C., Atkinson J. W., Clark R. A. and Lowell E. L. (1953). *The Achievement Motive*. East Norwalk, CT: Appleton-Century-Crofts.
- Meehl, P. E. (1992). Factors and Taxa, Traits and Types, Differences Of Degree And Differences in Kind. *Journal of personality*, 60(1), 117-174.
- Memmott, L. and Growers, S. (2002). *Retaining and Motivating Employees*. Washington DC: WSU Publishers.
- Mete, C. (2023). *Pandemi Sürecinde Seyircisiz Oynanan Spor Müsabakalarında Sporcu Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi: Yalova İli Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gedik Üniversitesi, İstanbul.
- Müftüoğlu, O. (2003). *Yaşasın Hayat*. 13. Baskı. İstanbul: Doğan Kitap.
- Nar, A. (2021). *9-14 Yaş Grubu Tenis Sporcularında Algılanan Ebeveyn Tutumları ile Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
- Nickerson, C. (2024). Erich Fromm: Theory and Contribution to Psychology. <https://www.simplypsychology.org/erich-fromm.html> Erişim Tarihi: 27.05.2024.
- Ong, N. (2017). Assessing Objective Achievement Motivation in Elite Athletes: A Comparison According To Gender, Sport Type, And Competitive Level. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(4):397-409.
- Oran, S. (2021). *Spor Bilimleri Mezunlarının Motivasyon Düzeyi ile Örgüt İklimi İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Osemeke, M. and Adegboyega, S. (2017). Critical Review and Comparism Between Maslow, Herzberg and Mcclelland's Theory of Needs. *Funai Journal of Accounting, Business and Finance*, 1(1), 161-173.
- Öğülmüş, S. (2002). Güdüleme (Motivasyon) Kuramları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Eğitim Araştırma Uygulama Merkezi Yayınları*, 5, 92-105.
- Öner, Ç. (2019). Egzersiz Katılımcılarının Temel Psikolojik İhtiyaçları ve Mental İyi Oluşlarının İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 159-174.

- Örücü, E. ve Kanbur, A. (2008). Örgütsel-Yönetimsel Motivasyon Faktörlerinin Çalışanların Performans ve Verimliliğine Etkilerini İncelemeye Yönelik Ampirik Bir Çalışma: Hizmet ve Endüstri İşletmesi Örneği. *Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, 15(1), 85-97.
- Özer, M. A., Sökmen, A., Akçakaya, M. ve Özaydın, M. M. (2019). *İnsan Kaynakları Yönetimi*. Ankara: Gazi Kitabevi Ticaret.
- Özgün, A., Yaşartürk, F., Ayhan, B. ve Bozkuş, T. (2017). Hentbolcuların Spora Özgü Başarı Motivasyonu ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(2), 83-94.
- Özlu, K., Çekin, R. ve Kurnaz, F. (2022). Spor Bilimleri Fakültesinde Okuyan Öğrencilerin Sporda Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi. *Kafkas Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 48-65.
- Pişkin, A. E. (2021). *Rize’de Lise Düzeyinde Öğrenim Gören Okul Takımı Sporcularının Spora Özgü Başarı Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Rize Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Rize.
- Prasad, L. M. (2005). *Organizational Behavior*, 3rd Edition, New Delhi: Sultan Chand & Sons.
- Rea, S. (2009). Thinking about Motivation in the Workplace. *Exploring Sport and Fitness: Work-Based Practice*, 77-82.
- Rojas, M., Méndez, A. and Watkins-Fassler, K. (2023). The Hierarchy of Needs Empirical Examination of Maslow’s Theory and Lessons for Development. *World Development*, 165, 106185.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological Needs and the Facilitation of Integrative Processes. *Journal of Personality*, 63(3), 397-427.
- Ryan, R. M. and Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55(1), 54-67.
- Ryan, R. M. and Deci, E. L. (2002). Overview of Self-Determination Theory: An Organismic Dialectical Perspective. *Handbook of Self-Determination Research*, 3-33.
- Ryan, R. M. and Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation Development and Well-Being*. New York: Guilford Press.
- Ryan, R. M. and Lynch, J. H. (1989). Emotional Autonomy Versus Detachment: Revisiting the Vicissitudes of Adolescence and Young Adult Hood. *Child Development*, 60, 340-356.
- Salar, B., Hekim, M. ve Tokgöz, M. (2012). 15-18 Yaş Grubu Takım ve Ferdi Spor Yapan Bireylerin Duygusal Durumlarının Karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(6), 123-135.
- Sarı, İ. ve Sağ, S. (2021). Türkiye’de Sporda Motivasyon Araştırmaları: Sistemantik Derleme. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26(3), 373-405.

- Sarı, İ., Yenigün, Ö., Altıncı, E. E. ve Öztürk, A. (2011). Temel Psikolojik İhtiyaçların Tatmininin Genel Öz Yeterlik ve Sürekli Kaygı Üzerine Etkisi (Sakarya Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü Örneği). *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(4), 149-156.
- Schneider, R. C. and Baker, R. E. (2006). Obtaining Maximum Effort and Results from Your Athletes Through Motivation. *Strategies*, 19(6), 27-31.
- Skinner, B. F. (1989). Review of Hull's principles of Behavior. *Journal of The Experimental Analysis of Behavior*, 51(2), 287-290.
- Sulz, L., Temple, V. and Gibbons, S. (2016). Measuring Student Motivation in High School Physical Education: Development and Validation of Two Self-Report Questionnaires. *Physical Educator*. 73(3), 553-554.
- Susuz, Y. E. (2022). *Üniversitelerin Spor Takımlarında Yarışan Öğrencilerin Spora Özgü Başarı Motivasyon Düzeyleri ve Genel Öz Yeterliliklerinin Belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Şahan, H. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Şahinler, Y. ve Ulukan, M. (2022). Investigation of Sports-Specific Success And Motivations of Licensed Sports Interested in Swimming Sports. *Journal of Social, Humanities And Administrative Sciences (JOSHAS)*, 6(27), 978-993.
- Şeker, R. (2017). *Elit Sporcularda Hedef Yöneliminin, Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Başarısızlık Korkusu Üzerine Etkisi*. Doktora Tezi, Hitit Üniversitesi, Çorum.
- Şengöz, M. (2022). Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Modeli'nin Bütünleşik Bir Süreç Olarak Yeniden Yorumlanması. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 164-173.
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş, Temel İlkeler ve LİSREL Uygulamaları*. Ankara: Ekinoks Yayınları.
- Şirin, İ. (2023). *Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Temel Psikolojik İhtiyaçlarının ve Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hitit Üniversitesi, Çorum.
- Tan H. (2020). *Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü Bünyesinde Yaz Okulunda Faaliyet Gösteren Sporcuların Spora Katılım Gündülerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi, Elazığ.
- Terzioğlu, A. E. (1992). Spor Eğitiminde Motivasyon Kavramı. *Atatürk Eğitim Fakültesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 11-13.
- Tiryaki, K., Pehlivan, M. ve Kaya, H. B. (2020). Koronavirüs (Covid-19) Tedbirleri Kapsamında Evde Kalan Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Belirlenmesi. Düzce Üniversitesi Örneği. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(3), 43-53.
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor Psikolojisi, Kavramlar ve Uygulama*. Mersin: Eylül Kitap ve Yayınevi.

- Tiryaki, Ş. ve Gödelek, E. (1997). Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinin Türk Sporcuları İçin Uyarlama Çalışması. *I. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu Bildirileri*. Ankara: Bağırhan.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlık ve Psikolojik İhtiyaç Doyumu*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Tunçer, P. (2013). Örgütlerde Performans Değerlendirme ve Motivasyon. *Sayıştay Dergisi*, 88(1), 87-108.
- Turkay, H. ve Demir, A. (2021). Spor psikolojisi üzerine bir inceleme. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 5(10), 119-131.
- Türkmen, M. (2013). Investigation of the Relationship Between Academic and Sport Motivation. *Middle East Journal of Scientific Research* 16(7), 1008-1014.
- Uygun, H. (2015). *İnsan Kaynakları Yönetiminde Eğitim ve Geliştirme Faaliyetlerinin Çalışan Motivasyonuna Etkileri ve Sağlık Sektöründe Bir Vaka Analizi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Ünlü, H. (2009). Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Temel Psikolojik İhtiyaçları. *Sport Sciences*, 4(3), 210-217.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière, N. M., Senécal, C. and Vallières, E. F. (1992). The Academic Motivation Scale: A Measure of Intrinsic, Extrinsic, and Amotivation in Education. *Educational and Psychological Measurement*, 52, 1003-1017.
- Van Eerde, W. and Thierry, H. (1996). Vroom's Expectancy Models and Work-Related Criteria: A Meta-Analysis. *Journal of Applied Psychology*, 81(5), 575-586.
- Vansteenkiste, M. and Ryan, R. M. (2013). On Psychological Growth and Vulnerability: Basic Psychological Need Satisfaction and Need Frustration as a Unifying Principle. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(3), 263-268.
- Wanous, J. and Zwan, A. (1977). A Cross Sectional test of Need Hierarchy Theory. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 18(1), 78-97.
- Weiss, M. R. and Williams, L. (2004.) The Why of Youth Sport Involvement: A Developmental perspective on Motivational Processes. Weiss M.R. (ed) *Developmental Sport and Exercise Psychology: A Lifespan Perspective In* (s. 223–268). Morgantown: Fitness Information Technology,
- Williams, G., Gagne, M. Ryan. R. and Deci. E. (2002). Facilitating Autonomous Motivation/Or Smoking Cessation. *Health Psychology*, 21(1), 40-50.
- Willis, J. D. (1982). Three Scales to Measure Competition-related Motives in Sports, *Journal of Sport Psychology*, 338-353.
- Yang, Y. and Ling, Q. (2023). The Influence of Existence–Relatedness–Growth Need Satisfaction and Job Burnout of Young University Teachers: The Mediating Role of Job Satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 14, 1205742, 1-9.

- Yasul, Y. (2016). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş.
- Yaşar-Sönmez, B. (2018). *Bedensel Engelli Sporcuların Spora Özgü Başarı Motivasyonlarının Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Ağrı.
- Yeşilyurt, C. (2019). *Rekreatif Bisikletçilerde Motivasyon, Öznel İyi Oluş ve Temel Psikolojik İhtiyaç Doyumu Arasındaki İlişkinin Analizi*. Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Yetiş, Ü., Aytaç, K. Y. ve Koparal, F. (2022). Malatya Okul Sporları Gençler B Basketbol Turnuvasına Katılan 14-15 Yaş Kız ve Erkek Takımlarının Spora Özgü Başarı Motivasyon Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(Özel Sayı 2), 1011-1025.
- Yıldırım, A. ve Demirel, E. T. (2015). Ücret Tatmininin Yaşam Tatminini Belirleyici Etkisi Var mı? Elazığ Banka Çalışanları Örneği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 25(2), 133-154.
- Yıldız, Y. (2019). *Bireysel ve Takım Sporcularının Sportif Karakterlerinin ve Zekâ Boyutlarının Sportif Başarı Motivasyonları Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Doktora Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
- Yılmaz, A., Kırımoğlu, H. ve Kaynak, K. (2019). Türkiye Görme Engelliler Yüzme Şampiyonasına Katılan Sporcuların Spora Özgü Başarı Cinsiyete Göre Anlamlı Bir Farklılığın Olmadığı Görülmüş Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(3), 270-281.
- Yiğit, Ş. (2019). Öğrencilerin Spora Özgü Başarı ve Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi. *Researcher*, 7 (1), 249-258.
- Zencirkıran, M. (2012). *Örgüt Sosyolojisi*. Bursa: Dora Yayınları.
- Zeyrekli-Yaş, S. ve Usta-Kara, I. (2022). Benlik Saygısı, Mutluluk, Temel Psikolojik İhtiyaç Doyumu ile Siyasi Parti Örgütlerine Bağlılık ve Sadakat Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 71, 44-58.
- Zorlu, E., Doğu, G., Yıldız, A. B. ve Yılmaz, B. (2020) Atletizm Branşındaki Sporcuların Kişilik Özelliklerinin Başarı Motivasyonuna Etkisinin İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 24-35.



EKLER

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği

	Hic Doğru değil	Doğru Değil	Biraz doğru	Doğru	Çok Doğru
1. Hayatımı nasıl yaşayacağıma karar vermede kendimi özgür hissediyorum					
2. Etkileşim içinde olduğum insanları gerçekten seviyorum					
3. Çoğu zaman kendimi yetenekli hissetmiyorum					
4. Yaşamımda kendimi bastırılmış biri olarak görüyorum					
5. Tanıdığım insanlar yaptığım şeylerde başarılı olduğumun söylüyorlar					
6. İlişki kurduğum insanlarla anlaşabiliyorum					
7. İnsanlarla çok fazla sosyal etkileşimim ve sosyal ilişkim yok.					
8. Fikirlerimi ve düşüncelerimi ifade etmede genellikle kendimi özgür hissediyorum					
9. Sürekli sosyal etkileşim içerisinde bulunduğum insanları dostlarım olarak görürüm.					
10. Son zamanlarda yeni ve ilginç beceriler kazandım..					
11. Günlük yaşamımda, çoğu zaman bana söylenen şeyleri yapmak zorunda kalıyorum.					
12. Hayatımdaki insanlar bana önem verirler.					
13. Çoğu zaman yaptığım şeyler bende bir başarı hissi uyandırır.					
14. Günlük işlerde etkileşim içinde olduğum insanlar duygularımı dikkate alırlar.					
15. Günlük yaşamda yeteneklerimi göstermek için fazla imkan bulamıyorum.					
16. Yaşamımda kendime yakın hissettiğim çok fazla insan yok.					
17. Günlük işlerde kendimi çok rahat hissediyorum					
18. Sürekli etkileşim içinde olduğum insanlar beni pek fazla seviyor gibi görünmüyorlar					
19. Genellikle kendimi çok kabiliyetli görmem					
20. Günlük işleri nasıl yapacağıma karar vermek için fazla fırsatım yok					
21. İnsanlar genellikle bana karşı gayet arkadaş canlısıdır					

Spora Özgü Başarı Motivasyon Ölçeği

	Hiçbir zaman	Bazen	Çok Az	Oldukça Az	Her Zaman
1. Takım arkadaşlarım mücadelemi beğenirler					
2. Oyundan önce gergin olurum.					
3. Takım arkadaşlarımı oyuna ısındırabilirim.					
4. Antrenman zor da olsa çalıştırtıcının takdir etmesi bana zorluğu unutturur					
5. Takım arkadaşlarım beni iyi bir sporcu olarak görmezler					
6. İyi bir oyun sergilemekten heyecan duyarım					
7. Takım arkadaşlarım liderliğimi beğenirler.					
8. Oyunda izleyici olması performansımı olumlu etkiliyor.					
9. Takım arkadaşlarım kadar dayanıklı değilim.					
10. Takım arkadaşlarım iş bitiriciliğimi ve kararlılığımı beğenirler.					
11. Diğer oyuncuları geliştirmek için uğraşırım.					
12. Eski başarılarımı dile getirmeyi severim.					
13. Takımda lider olmak bana zevk verir.					
14. Oyuna kendimi o kadar çok veriyorum ki başka bir boyutta olduğumu hissediyorum					
15. Kaybettiğimiz oyundan sonra uyumakta zorlanırım.					
16. Oyunu kazanmak beni çok tatmin eder.					
17. Oyundan önce sakın kalamam.					
18. Performansımı artırmak için fazladan antrenman yapan sporcuyu takdir ederim					
19. İnsanların oyun esnasında beni izlemesinden hoşlanırım.					
20. Sporda başarılı olmayı isterim					
21. Benimle aynı düzeyde olan sporcularla olan mücadeleyi genellikle kaybederim.					
22. Oyunu kaybetmek beni sarsar					
23. Sporda başarılı olmak için gerekirse sene boyunca çalışabilirim.					
24. Amacım spor dalında ilk akla gelenlerden birisi olmaktır.					
25. Oyunun kaybedilmesine neden olmuşsam kendimi geç toparlarım.					
26. İyi bir sporcu olmak bence çok önemli değildir.					
27. Oyunu kaybettiğimizde günlerce dert edinirim.					
28. Oyundan sonra karnıma ağırlar girer.					
29. Sportif yeteneklerimi beğenmem					
30. Çok yetenekli rakiplere karşı oynadığımda daha iyi olduğumu düşünüyorum.					
31. En iyisini yapmak için yoğun çaba gösteririm.					
32. Biriyle oyun hakkında konuşmaktan zevk alıyorum.					
33. Bir gün tanınabilirim düşüncesiyle sporda daha çok çalışırım.					
34. Oyun esnasında hata yaparsam oyunun geri kalanında çok üzülürüm.					
35. Takım arkadaşlarımın performanslarını yükseltecek önerilerde bulunmaktan zevk alırım.					
36. Başkalarının zor bulduğu görevlerin bana verilmesi hoşuma gider.					
37. Oyundan önce olacağını düşünmem ve dertlenmem					
38. Sezon dışında sporu unutmayı severim.					
39. Oyundan önceki gece uyumada zorlanırım.					
40. Başarıyı şanstın daha çok çalışmanın etkilediğini düşünürüm.					

Ek-2. Etik Kurul İzni



T.C
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
İNSAN ARAŞTIRMALARI SAĞLIK VE SPOR BİLİMLERİ
ETİK KURULU KARARI

Etik Kurul Toplantı Tarihi	27/10/2023
Protokol No	10/06
Araştırma Başlığı	Sporcuların Temel Psikolojik İhtiyaçları ve Spor Başarı Motivasyonları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
Araştırma Türü	Nicel- Tanımlayıcı (tarama)/İlişki arayıcı araştırma
Araştırmacılar	Oğuzhan ERDEM (Tez öğrencisi) Doç. Dr. Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN (Danışman)
Karar	Başvuru dosyanıza ait araştırmanız etik açıdan uygun bulunmuştur.
Açıklama:	<ol style="list-style-type: none">1. Etik Kurul Onayı, uygulama ve/veya veri toplama için araştırmacının ilgili kurum veya kuruluşlardan izin alma sorumluluğunu ortadan kaldırmaz.2. Kurul üyelerine ait araştırma önerileri görüşülürken, ilgili yönerge gereğince, öneri sahibi üye görüşmelere katılmamış ve oy kullanmamıştır.

e-imzalıdır

Doç. Dr. Mehmet YAZICI
İnsan Araştırmaları Sağlık ve Spor Bilimleri
Etik Kurul Başkanı

Ek-3. Araştırma İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 06.11.2023-308715



T.C.
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



Sayı :E-68867550-302.14.01-308715
Konu :Tez Konusu (Oğuzhan ERDEM)

06.11.2023

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞINA

Anabilim Dalınızda Yüksek Lisans eğitimi yapan 21780401 numaralı yüksek lisans programı öğrencisi Oğuzhan ERDEM'e ait Tez Konusu ile ilgili Enstitü Yönetim Kurulunun 03.11.2023 tarihli ve 51/4 sayılı kararı aşağıya çıkarılmıştır.

Alınan kararın danışmanına ve ilgili öğrenciye bildirilmesini rica ederim.

KARAR 51/4

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Başkanlığının 01.11.2023 tarihli ve 308077 sayılı yazısı ekinde gönderilen 21780401 numaralı yüksek lisans programı öğrencisi Oğuzhan ERDEM'e ait Tez Konusu Öneri Formu görüşüldü.

Yapılan görüşmelerden sonra; 2021-2022 Eğitim-Öğretim Güz yarıyılında Doç. Dr. Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN'ın danışmanlığında Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans eğitimine başlatılan 21780401 numaralı Oğuzhan ERDEM'in Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği'nin 40/1 maddesi gereğince teklif edilen "**Sporcuların Temel Psikolojik İhtiyaçları ile Spor Başarı Motivasyonları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**" tez konusunun Anabilim Dalı Başkanlığı'ndan geldiği şekilde kabul edilmesine, alınan kararın Anabilim Dalı Başkanlığı'na, danışmanına ve ilgili öğrenciye bildirilmesine oy birliği ile karar verildi.

Doç.Dr. Filiz YANGILAR
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

