

T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

SAVUNMA SPORLARI İLE İLGİLENEN SPORCULARDA BAŞARI
MOTİVASYONU

GÜLCAN ÇAKMAKÇI

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. HAYRİ AYDOĞAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

RİZE-2021

**T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**SAVUNMA SPORLARI İLE İLGİLENEN SPORCULARDA BAŞARI
MOTİVASYONU**

GÜLCAN ÇAKMAKÇI

**TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. HAYRİ AYDOĞAN**

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

RİZE-2021

ONAY

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Gülcan Çakmakçı'nın hazırladığı “Savunma Sporları ile İlgilenen Sporcularda Başarı Motivasyonu” başlıklı çalışma Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 16/02/2021

Doç. Dr. Hayri AYDOĞAN
(Danışman)

Doç. Dr. Serkan HACICAFEROĞLU
(Üye)

Doç. Dr. Mustafa BAŞ
(Üye)

Sağlık Bilimleri Enstitüsüne .../02/2021 tarihinde teslim edilen bu tez Enstitü Yönetim Kurulu'nun .../02/2021 tarih ve sayılı kararıyla onaylanmıştır.

Prof. Dr. Hüseyin Avni UYDU
Enstitü Müdürü

BEYAN

Bu tez çalışmasının Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Hazırlama ve Yazım Kılavuzu standartlarına uygun olarak hazırlanarak yazıldığını, tezin akademik ve etik kurallara bağlı kalınarak gerçekleştirilmiş özgün bir bilimsel araştırma eseri olduğunu, tezde yer alan ve bu tez çalışmasıyla elde edilen tüm bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve kullanılan kaynakların kaynaklar listesinde yer aldığını, tezin çalışılması ve yazımı aşamasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını beyan ederim.

16/02/2021

İmza

Gülcan ÇAKMAKÇI

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans tez araştırmamı gerçekleştirmemde desteğini bir an olsun esirgemeyen, yol göstericiliği ve bilgi birikimi ile yoluma ışık tutan tez danışmanım kıymetli hocam Doç. Dr. Hayri AYDOĞAN'a, yardımları ve yol göstericiliği ile hep yanımda olan desteğini bir an olsun esirgemeyen judo antrenörüm Ramazan ÖZTÜRK'e en içten teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca araştırma sürecimde şahsıma desteklerini esirgemeyen Can dostuma, yüksek lisans değerli hocalarıma, araştırma sürecimde birlikte çalıştığım arkadaşım Ayşegül Gökçe GAYRETLİ'ye, yüksek lisans arkadaşım Esranur TERZİ'ye, yeğenim Selim Baki SEVEN'e, Canım Annem Ayşe ÇAKMAKÇI'ya, ablalarım ve rahmetli babam Emri ÇAKMAKÇI'ya sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Gülcan ÇAKMAKÇI

İÇİNDEKİLER

Sayfa

İÇ KAPAK SAYFASI

ONAY

BEYAN

TEŞEKKÜR

İÇİNDEKİLER

vi

TABLolar DİZİNİ

viii

ŞEKİLLER DİZİNİ

ix

KISALTMA, SİMGE ve FORMÜLLER DİZİNİ

x

ÖZET

xi

ABSTRACT

xii

1. GİRİŞ ve AMAÇ

1

2. GENEL BİLGİLER

5

2.1. Spor Kavramının Tanımı

5

2.2. Sporcu Kavramının Tanımı

6

2.3. Spor Türleri

6

2.3.1. Takım Sporları

7

2.3.2. Bireysel Sporlar

8

2.3.2.1. Savunma Sporları (Sanatları)

9

2.3.2.1.1. Judo

10

2.3.2.1.2. Karate

15

2.3.2.1.3. Taekwondo

17

2.4. Bireyi Spora Yönlendiren İhtiyaçlar

19

2.4.1. Biyolojik İhtiyaçlar

20

2.4.2. Sosyal İhtiyaçlar

21

2.4.3. Psikolojik İhtiyaçlar

22

2.5. Motivasyon Kavramı ve Çeşitleri

23

2.5.1. İçsel Motivasyon

24

2.5.2. Dışsal Motivasyon

25

2.5.3. Yeterli Motivasyon

26

2.5.4. Yetersiz Motivasyon

27

2.6. Motivasyon Süreci

27

2.7. Motivasyon ve Sporcu Motivasyonu

28

2.8. Sporda Motivasyon ve Çeşitleri

29

2.8.1. Genel Spor Motivasyonu

30

2.8.2. Özel Spor Motivasyonu	31
2.9. Sporda Motivasyon Kuramları	33
2.9.1. Hedefi Gerçekleştirme Kuramı (Achivement Goal Theory)	33
2.9.2. Yükleme Kuramı (Attribution Theory)	34
2.9.3. Başarı Gereksinimi Kuramı (Need Achivement Theory)	34
2.9.4. Sporda Başarı Motivasyonu Kuramı	36
2.10. Sporda Başarı Motivasyonu ve Performans İlişkisi	38
2.11. Başarı Motivasyonu ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar	40
2.12. Başarı Motivasyonu ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar	44
3. GEREÇ ve YÖNTEM	47
3.1. Araştırmanın Evreni	47
3.2. Araştırmanın Örneklemi	47
3.3. Araştırma Tekniği ve Protokol	47
3.4. Veri Toplama Araçları	47
3.5. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi	48
4. BULGULAR	49
4.1. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Frekans Dağılımı	49
4.2. Sporcuların Eğitim Durumlarına Göre Frekans Dağılımı	49
4.3. Sporcuların Aylık Gelir Durumlarına Göre Frekans Dağılımı	50
4.4. Sporcuların Yarışma Kategorilerine Göre Frekans Dağılımı	50
4.5. Sporcuların Spora Yönelme Sebebine Göre Frekans Dağılımı	51
4.6. Sporcuların Spor Dallarına Göre Frekans Dağılımı	51
4.7. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	52
4.8. Sporcuların Eğitim Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	53
4.9. Sporcuların Aylık Gelir Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	55
4.10. Sporcuların Yarışma Kategorilerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	56
4.11. Sporcuların Spora Yönelme Sebebine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	58
4.12. Sporcuların Spor Dallarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	59
4.13. Sporcuların Lisanslı Spor Yapma Yılı Değişkenine Göre Korelasyon Düzeyleri	61
5. TARTIŞMA	62
6. SONUÇ ve ÖNERİLER	79
7. KAYNAKLAR	84
EKLER	100
EK 1. Ölçek Formu	100
EK 2. Etik Kurul Raporu	101
ÖZGEÇMİŞ	102

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo No	Sayfa
Tablo 1. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	52
Tablo 2. Sporcuların Eğitim Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	53
Tablo 3. Sporcuların Aylık Gelir Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	55
Tablo 4. Sporcuların Yarışma Kategorilerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	56
Tablo 5. Sporcuların Spora Yönelme Sebebine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	58
Tablo 6. Sporcuların Spor Dallarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	59
Tablo 7. Sporcuların Lisanslı Spor Yapma Yılı Değişkenine Göre Korelasyon Düzeyleri	61



ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil No	Sayfa
Şekil 1. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Frekans Dağılımı	49
Şekil 2. Sporcuların Eğitim Durumlarına Göre Frekans Dağılımı	49
Şekil 3. Sporcuların Aylık Gelir Durumlarına Göre Frekans Dağılımı	50
Şekil 4. Sporcuların Yarışma Kategorilerine Göre Frekans Dağılımı	50
Şekil 5. Sporcuların Spora Yönelme Sebebine Göre Frekans Dağılımı	51
Şekil 6. Sporcuların Spor Dallarına Göre Frekans Dağılımı	51
Şekil 7. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	53
Şekil 8. Sporcuların Eğitim Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	54
Şekil 9. Sporcuların Aylık Gelir Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	56
Şekil 10. Sporcuların Yarışma Kategorilerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	57
Şekil 11. Sporcuların Spora Yönelme Sebebine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	59
Şekil 12. Sporcuların Spor Dallarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri	60

KISALTMA, SİMGE ve FORMÜLLER DİZİNİ

Kısaltmalar

Akt.	Aktaran
IJF	International Judo Federation (Uluslararası Judo Federasyonu)
TJF	Türkiye Judo Federasyonu
TKF	Türkiye Karate Federasyonu
WTF	World Taekwondo Federation (Dünya Taekwondo Federasyonu)
SÖBMÖ	Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği
RTEÜ	Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı)
Vb.	Ve benzeri

Simgeler

&	Ve
--------------	----

ÖZET

Savunma Sporları İle İlgilenen Sporcularda Başarı Motivasyonu

Bu çalışmanın amacı, “Savunma Sporları ile İlgilenen Sporcularda Başarı Motivasyon” düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Rize ve Trabzon illerinde aktif spor yapan Judo, Karate ve Taekwondo sporcuları oluşturmaktadır. Örneklemi ise 2018 ve 2019 yılları arasında, ümit, genç ve büyükler kategorilerinde yarışan ve aktif spor yapan seçkisiz yolla belirlenen 234 sporcu oluşturmaktadır. Sporculara, araştırmanın amacına yönelik uzman görüşü de alınarak araştırmacı tarafından hazırlanan “Demografik Bilgi Formu”, Willis (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından yapılan “Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği” kullanılmıştır. İstatistik işlemlerinde lisanslı SPSS 26.0 paket programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler olarak, frekans ve yüzde dağılımlar yapılmıştır. Öncelikle tüm alt boyutların çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakılmış, normal dağılıma sahip verilere ikili karşılaştırmalar için bağımsız örneklem t-testi ve 3 ve üzeri grup karşılaştırmalarda ise tek yönlü Anova testi uygulanmıştır. Anlamli bir farkın bulunup bulunmadığını tespit etmek için ikinci derece Tukey-HSD testinden faydalanılmıştır. Son olarak sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyi ile lisanslı spor yapma yılları arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Araştırma sonucunda ulaşılan bulgulara göre; sporcuların başarı motivasyonu düzeyleri ile cinsiyet, spora yönelme sebebi ve yarışma kategorisi değişkenlerinde “*güç gösterme güdüsü*” alt boyutunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca eğitim durumu değişkenine göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda da anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Yapılan Pearson Korelasyon analizinde, sürekli değişkenimiz olan “*lisanslı spor yapma yılı*” ile başarı motivasyonu düzeylerinden “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutu arasında anlamlı düzeyde ve pozitif yönde bir ilişkiye rastlanmıştır. Buradan hareketle sporcuların lisanslı spor yapma yılları arttıkça başarısızlıktan kaçınma güdülerini ile aralarında anlamlı bir ilişki olduğu, dikkat edilmesi gereken önemli bir nokta olarak karşımıza çıkmaktadır. Demografik değişkenlerimiz ve ölçeğimizin diğer alt boyutları arasındaki analiz sonuçlarında ise; cinsiyet, spora yönelme sebebi ve yarışma kategorisi değişkenlerinde “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Ayrıca eğitim durumu değişkeninde ise “güç gösterme güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutlarında da anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Son olarak, aylık gelir durumu ve spor dalı değişkenlerine göre sporda başarı motivasyonu alt boyutlarının üçünde de anlamlı farklılıklar tespit edilememiştir.

Anahtar Kelimeler: Savunma Sporları, Başarı, Motivasyon.

ABSTRACT

The Success Motivation in Athletes Who Interested in Defense Sports

In this study, it was aimed to examine the level of success motivation in athletes interested in defense Sports according to some demographic variables. The population of the research consists of Judo, Karate and Taekwondo athletes who are actively engaged in sports in Rize and Trabzon provinces. The sampling consists of 234 athletes who competed in the juvenile, junior and senior categories and was actively engaged in sports that selected by simple random sampling method. In the research; "Demographic Information Form" developed by the researcher with the expert opinion, the "Sport-Specific Success Motivation Scale" developed by Willis (1982) and adapted into Turkish by Tiryaki and Godelek (1997) was used as a data collection tools. Windows SPSS 26.0 licensed statistical packet program was used to analyze the data. As descriptive statistics, frequency and percentage distributions were made. Firstly examined the normality of data. Independent sample t-test for binary comparisons and one-way ANOVA test for group comparisons of 3 and above were applied in the analysis of data that shows a normal distribution. Multiple comparison tests of Tukey HSD were used to determine there are significant differences or not. Finally, Pearson Correlation analysis was conducted to examine the relationship between athletes' sport-specific achievement motivation and their licensed sports years. According to the findings of the research significant differences was found between athletes; "motivation to show strength" sub-dimension in terms of gender, reason for turning to sports and competition category variables. Beside there was a relationship found in motivation to avoid failure sub-dimension in terms of "education status variable". According to Pearson correlation analysis there was positively significant differences found between "avoid failure" sub-dimension and "athlete's years of playing sports with licensed variable". It emerges as an important point to be considered; as the athlete's years of athlete's playing sports with licensed increase, it is seen that there is a significant difference between the motivation to avoid failure sub-dimension. According to analysis that our demographic variables between other sub-scales; there was a no significance differences found in "motivation to avoid failure" and "motivation to approach success" sub-dimensions in terms of the gender, reason for turning to sports and competition category variables. Besides in "motivation to show strength" and "motivation to approach success" sub-dimensions, there was no significance difference found in terms of education status variable. Finally there was a no significance differences found in all three sub-dimensions in terms of monthly income status and sports branch variables.

Keywords: Defense Sports, Success, Motivation.

1. GİRİŞ ve AMAÇ

Spor, insanlığın varoluşundan bu yana belirli kurallar dahilinde sporcuları bir araya getirerek yapılan; yenme ve yenilme duygularını taşıyan, üzüntü ve sevinçli bir arada yaşatan, insanlara sevgiyi, saygıyı, kardeşliği, barışı ve huzuru aşılayan hareketler bütünüdür. Spor, geçmişten günümüze kadar evrenselliğini kaybetmemiş bir olgudur.

Spor dünyası, bir zincirin birbirine bağlı halkalarına benzer. Sporda multi disiplinler ilişkileri daima insanın hayalinde var olanı dışarı yansıtmasına ve dünyamızı çeşitlendirmesine yardımcı olur (Williams, 1979).

Bugün spor alanında gelişmiş ülkelerde görüldüğü gibi aynı şartlara sahip birçok sporcudan sadece birkaç tanesinin çok ileri düzeye geçtiğini görmekteyiz. Bu çeşitliliğin birçok sebebi vardır. Ancak bu sebepler arasında bireyin motivasyonunun yüksek derecede öneme sahip olduğu görülmektedir (Başer, 1985). Sporda farklı motivasyon türlerinin olduğu bilinmektedir. Bunlardan biri de başarı motivasyonudur. Murray (1938) başarı motivasyonunu, bir işi ustalıkla yapma, kusursuz bir şekilde başarabilme, önüne çıkan engelleri aşma ve başkalarından daha iyi yapma şeklinde ifade etmiştir. Gill (1986) ise, başarı motivasyonunu başarısızlığa karşı direnç gösterme, hedefe ulaşmak için gayret etme ve belirsiz durumlar arama olarak tanımlamıştır (Tiryaki, 2000). Spor psikologları, antrenörler, sporcular ve sporla ilgili kurum ve kuruluşların hepsinin sporda başarı kazanmak için uğraş verdikleri bilinmektedir. Sporcuların başarısını yükseltmek, uluslararası platformda milli bayrağını dalgalandırmak ve başarı kürsüsünde yer almak için devlet desteği yapılmakta ve makro ölçekte fonlar harcanmaktadır (Çam, 1990).

Psikoloji insan organizmasını olumlu ya da olumsuz yönde etkileyen bilim dalıdır. Sporunun antrenman sürecinden müsabaka sürecine kadar başarıya ulaşmasına etki eden psikolojik faktör motivasyondur. Antrenman sürecinde motivasyonu yüksek olan sporcunun başarı eşiği çok yüksektir. Motivasyona bağlı olarak, spor tekniklerini öğrenme ve kavrayabilme yetisi anlamlı derecede artış göstermektedir. Müsabaka sürecinde ise sporcunun başarı ölçüsü; yeteneği, beceri birikimi ve motivasyonudur.

Son yıllarda judo, karate ve taekwondo gibi savunma sporlarının tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de profesyonel ölçüde icra edilmeye başlanması, “savunma sporları” çerçevesinde toplumun kabul gördüğü bütün spor dallarına ilgi ve alakayı artırmıştır. Söz konusu ilgi ve alaka, savunma sporlarıyla ilişkili akademik araştırma ve incelemelerin sayısını pozitif yönde etkilemiş olmasına karşın ülkemizde savunma sporları konusunu

işleyen çalışmalar sınırlıdır (Tekin vd., 2010). Savunma sporlarının etkileri hakkında yurtdışında oldukça fazla sayıda araştırma yapılmıştır. Literatürde mevcut çalışmalarda farklı spor dallarında yapılan savunma sporlarının bireylerin psikolojik fonksiyonları üzerine farklı etkilerinin olduğu görülmektedir (Finkenber, 1990; Madden, 1995).

Bu çalışmalardan bazılarının bulguları şu şekildedir; Judo antrenmanları suçla karışmış bireylerin tedavisinde kullanılmasının (Fleisher vd., 1995) yanı sıra erkek ergenlerdeki kişilik bozukluğunun azalmasına da yardım etmektedir (Green, 1987). Bir yıl sürdürülen Taekwondo antrenmanlarının benlik saygısını artırdığı söylenebilir (Finkenber, 1990). Madden (1995) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise, savunma sporu yapan öğrencilerin öz denetim puanlarında artış olurken, agresiflik ve zarar verme duygularında azalma olduğu görülmektedir. Başka bir çalışmada, savunma sporlarıyla ilgilenen çocukların olumsuz davranışlarında azalma olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Gonzalez, 1989).

Sporcuların motivasyonunu yüksek tutması birçok değişkene göre farklılık göstermektedir. Bu doğrultuda sporcunun çevresi, ailesi, arkadaşları ve antrenörü sporcunun motivasyonunu belirlemede öncülük eder.

Bu bağlamda bu tez çalışması, savunma sporları ile ilgilenen sporcuların başarı motivasyon düzeylerini ortaya koyacaktır. Ayrıca farklı değişkenlerin sporcuların başarı motivasyonu üzerinde farklılık oluşturup oluşturmadığı sorununı çözüme kavuşturacaktır.

Araştırmanın Önemi

Çok sayıda insan, savunma sporlarını; psikolojik sorunları tedavi etmede kullanılan etkili bir yol olarak görmektedir. Konu ile ilgili araştırmalar incelendiğinde, savunma sporu ile ilgilenen sporcularda psikolojik ve sosyal anlamda olumlu değişiklikler meydana geldiği görülmektedir. (Akçakoyun vd., 2010; Binder, 1999; Daniels vd., 1990; Davis ve Byrd, 1975; Finkenber, 1990; Gleser vd., 1992; Layton, 1988; Madden, 1995; Richman ve Rehberg, 1986;).

Dünyada geniş bir sporcu kitlesine sahip olan savunma sporları, motivasyonun bileşenlerini oluşturan bilişsel ve duygusal faktörler açısından büyük önem taşımaktadır. Farklı coğrafya ve farklı ülkeler tarafından ortaya çıkarılan judo, taekwondo ve karate sporlarında asıl amaç bireyin kendisini savunması olarak görünse de özüne inildiğinde sporcunun kendini keşfetmesinden çevresiyle olan iletişimine kadar birçok alana etki etmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, savunma sporları (judo, karate, taekwondo) ile ilgilenen sporcuların başarı motivasyon düzeylerini; cinsiyet, eğitim durumu, aylık gelir durumu, yarışma kategorisi, spora yönelme sebebi, spor dalı ve lisanslı spor yapma yılı değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesidir.

Problem Cümlesi

Bu araştırmanın problem cümlesi: “Demografik bazı özellikler açısından, sporcuların başarıya ulaşmalarında motivasyon farklılıkları var mıdır?” şeklinde belirlenmiştir.

Araştırmanın Alt Problemleri

1. Sporcuların **Cinsiyete** Bağlı Olarak Spora Özgü Başarı Motivasyon Düzeyleri Arasında Bir Fark Var mıdır?
2. Sporcuların **Eğitim Durumuna** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyon Düzeyleri Arasında Bir Fark Var mıdır?
3. Sporcuların **Aylık Gelir Durumuna** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyon Düzeyleri Arasında Bir Fark Var mıdır?
4. Sporcuların **Yarışma Kategorisine** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Var mıdır?
5. Sporcuların **Spora Yönelme Sebebine** Bağlı Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Var mıdır?
6. Sporcuların **Spor Dallarına** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Var mıdır?
7. Sporcuların **Lisanslı Spor Yapma Yılına** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Var mıdır?

Araştırmanın Hipotezleri

H₀: Sporcuların **Cinsiyetlerine** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Yoktur.

H₀: Sporcuların **Eğitim Durumuna** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Yoktur.

H₀: Sporcuların **Aylık Gelir Durumuna** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Yoktur.

H₀: Sporcuların **Yarışma Kategorisine** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Yoktur.

H₀: Sporcuların **Spora Yönelme Sebebine** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Yoktur.

H₀: Sporcuların **Spor Dallarına** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Yoktur.

H₀: Sporcuların **Lisanslı Spor Yapma Yılı Değişkenine** Göre Spora Özgü Başarı Motivasyonu Düzeyleri Arasında Bir Fark Yoktur.

Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırmada uygulanan yöntemin araştırmanın hedefine uygun nitelikte olduğu varsayılmıştır.
2. Araştırmada kullanılan ölçeğin başarı motivasyon tarzlarını belirlemeye uygun olduğu varsayılmıştır.
3. Seçilen araştırma grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
4. Araştırma grubunun, maddeleri doğru anladıkları, samimi ve içten yanıtladıkları varsayılmıştır.
5. Ölçeği uygulayan araştırmacının, ölçek sonuçlarını objektif olarak değerlendireceği varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırma 2018 ve 2019 yıllarında ümitler, gençler ve büyükler kategorilerinde Rize ve Trabzon illerinde aktif spor yapan ve savunma sporları (judo, karate, taekwondo) ile ilgilenen sporcular ile sınırlıdır.
2. Bu araştırmanın evren ve örneklemini sadece Savunma Sporlarından judo, karate ve taekwondo ile ilgilenen aktif sporcuların oluşturmasıdır.
3. Bu araştırma konu ile ilgili ulaşılabilen kaynakların sağladığı veriler ile sınırlıdır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Spor Kavramının Tanımı

Spor kelimesinin kökeni disport (dis ve porture) kelimesinden türetilmiş olup işten uzak durma anlamını ifade etmektedir. Zaman geçtikçe sporun içerisinde karşılaşma, savunma ve başarıya ulaşma çabası olan her türlü vücut hareketlerini barındıran "spor" kelimesi türemiştir (Ersoy, 1986). Spor; sosyo-ekonomik ve kültürel ilerlemenin başlıca ögesi olan insanın, fiziki ve psikolojik yönden sağlığını geliştirmesi, kişiliğini oluşturmaya, karakter özelliklerinin gelişiminin sağlanması, bireyin mücadeleci ruhunu artırmasıyla birlikte belirlenen kurallar çerçevesinde rekabet ölçülerini gözeterek mücadele etmesi, coşku yaşaması ve müsabakada başarıya ulaşma hedefiyle yapılan aktiviteler şeklinde tanımlanmaktadır (Yetim, 2000).

Spor, güçlü olma ve kazanma gibi bireyin bilinçaltı isteklerinin doyumunu amaçlayan, belli şartlar ve kurallar çerçevesinde icra edilen rekabetçi, sosyalliğe dönük, kapsayıcı, bedensel, psikolojik ve zihni aktivitelerin birleşmesiyle oluşan bir olgudur (Şahin, 2002).

Eğitimin bir parçası olan spor, kişinin vücut yapısını oluşturan hareketler, oyunlar ve karşılaşmaların olduğu faaliyetler topluluğudur. Ayrıca spor; dinlenme, eğlenme ve boş zamanları değerlendirmeye yardımcı olduğu kadar aynı zamanda sosyalleşme ve kaynaşma unsurudur. Her şeyden önce kişiyi bazı hedeflere sevk eder, yapılmak istenen işin sonucunu kısa sürede almaya yardımcı olur, kitleleri birbirine yakınlaştırır ve uluslararası propaganda aracı olarak karşımıza çıktığı söylenebilir (Savaş, 1993).

Fransız hümanistlerin “top oyunu” (Fişek, 1998) olarak nitelendirdiği spor; kültür öğelerinin vazgeçilmez unsuru (Afyon ve Tunç, 1997), kolektif bir uğraş olması sebebiyle toplumda ilişkilerin gelişmesine yardımcı olan insanda coşku uyandıran ve bireyleri tatmin eden bir oyun anlayışının gelişmiş ölçülere bağlanması (Kat, 2009), bireysel ve toplu oynanan eğitici ve eğlendirici hareketler (Mengütay, 1997) gibi tanımlardan oluşmaktadır.

Spor, bireyin coşku duymasını, çaba göstermesini, yenme duygusu yaşamasını sağlayan, toplumsal açıdan bakıldığında ise ekonomik, sosyal ve kültürel faydaları olduğunu gösteren olgu olarak nitelendirilmektedir (Türkel, 2010). Sporun hayatımızdaki en önemli faydası; huzurlu, güvenli ve korunaklı yaşam sağlaması ve fonksiyonel değeri olan sosyalleşmenin kolaylaşmasıdır. Kişinin çevresel sinyallere, özellikle kolektif yaşamın

direncine karşı duyarlılık geliştirme, bulunduğu kümeye uygun davranma (Öztürk, 1998), bulunulan çevreden gelen istekleri yerine getirebilme (Avcıoğlu, 2005) yetisi olarak bilinen sosyal beceri, ömrün sonuna kadar devam eden sadelikten uzak bir yaşam ürünü olduğu bilinmektedir.

2.2. Sporcu Kavramının Tanımı

Sporcu, belirli kurallar dahilinde, başarılı veya başarısız, bireysel ya da takım olarak spor yapan, daha ileri bir aşamada sporu meslek haline getiren, mücadeleci, yardım sever ve takım içi dayanışma sağlayan sosyal, kültürel, fiziki ve psikolojik yanı olan, yapılan işte madden ve manen doyum arayan sporun dinamik ve canlı elemanı olarak tanımlanmaktadır (Gür, 1979).

Spor, fiziksel yetenekteki en üst seviyeye gelme, sportif yeterlilik açısından yüksek bir düzeye ulaştırmada tek başına yeterli olduğu düşünülmemektedir. Ayrıca her sporcuda ruhsal/zihinsel kapasite mevcuttur ve sporcunun fiziksel özellikleri kadar dikkate alınmalıdır. Psikolojik açıdan kendini iyi hissetmeyen ve duygu değişimleri fazla olan sporcuların fiziksel yönden yeterli olmalarına rağmen istenilen performansı sergileyememeleri ve hedeflenen galibiyete ulaşamamaları ancak bu gerekçeyle açıklanabilmektedir (Akarçeşme, 2004; Erkan, 1998; Tavacıoğlu, 1999). Elit sporcular bedensel ve fizyolojik kapasitelerinin yanında; yüksek motivasyon, endişelerini minimize etme, müsabakaya odaklanma ve teknik hedefler belirleme gibi ruhsal kapasite hususunda fevkalade kabiliyetlere sahiptirler (Koç, 2004). Bu husus ile sporcuların sportif performansı ve başarısını artırmada motivasyonun ihmal edilmemesi gerektiği gerçeği ortaya çıkmaktadır.

2.3. Spor Türleri

Sporun temelinde devamlı mücadele ve bununla birlikte ortaya çıkan gerilim vardır. Meydana gelen mücadele duygusu spor içerisinde bulunun bireylerin sosyalleşme ve insanlar ile uyumunu güçleştirir. Sporun, öz iç ve dış disiplinleri arasında olan kuralları mutlaklıdır. Bu kurallar dinamik konumun odak noktasıdır. Sporcunun odaklanması durumunda, az zamanda bile olsa, kristalize edilmiş alt evren olan spor teorigine ulaşacağı en iyi durum olacağı düşünülmektedir (Filiz, 2002).

Profesyonel spor, sporun içinde kendini bulan, belli bir maddi kazanç sağlamak amacıyla sporu meslek haline getiren spor müsabakalarında bulunan sporcusundan,

antrenörüne, teknik ekipten kurumlarına varana kadar bütün sporcuları kapsayan elit topluluktur (Biçer, 2008). Kişilere dikey yönde hareketlilik ve statü sağlar (Amman, 2000). Bu tarz spor dalları bireysel ya da takım olarak belli bir program çerçevesinde müsabaka/yarışma faaliyetleriyle gerçekleşir. Örnek olarak tenis, futbol, Amerikan futbolu, NBA basketbol ligi ve profesyonel boks. Bu tarz spor dalları geniş halk kitlelerinde ilgi uyandırdığından dolayı kapsamlı yönde ticari bir boyut kazanmıştır. Sporcular alınır ve satılır duruma gelirken, kulüplerin şirketleşmesiyle sporcu hisseleri halka sunulmuştur. Öte yandan profesyonel spor, ilgili diğer ürün ve hizmetlerin satışı ve pazarlamasına önemli faydalar sağlamıştır. Diğer yönden profesyonel spor, bizzat sporun içinde bulunan antrenör ve sporcu ile birlikte masörlük ve spor hekimliği gibi diğer ilişkili meslek alanlarının oluşmasını sağladığı rapor edilmiştir (Yıldız, 2009).

Amatör spor temelde; fiziksel ve zihinsel gelişim, sosyalleşme, sağlık fonksiyonları üzerine ve topluma fayda sağlamak amacıyla yapılan sportif çalışmalar olarak bilinmektedir (Biçer, 2008). Ancak günümüzde voleybol, basketbol, amatör futbol, atletizm, güreş vb. birçok spor dalı, sporcularına kazanç imkanları sunmakta, dolayısıyla yarı profesyonel kimlik kazandırmaktadır. Bu kimliğin arka perdesinde, spor yoluyla reklam ve tanıtım yapmak ya da spor ile bütünleşerek bir marka stili oluşturmak isteyen işletmeler bulunmaktadır. Birçok işletme, sponsorluk anlaşmaları ile amatör spora maddi imkanlar sağlayarak bazı spor branşlarının gelişerek yarı profesyonel duruma gelmesine imkan sağladığı görülmektedir (Aksu, 2005). Spor türleri takım sporları ve bireysel sporlar olmak üzere ikiye ayrılır.

2.3.1. Takım Sporları

1950’li yıllardan itibaren tüm dünyada zaman içerisinde değişim ve gelişim gösteren spor, takım sporlarında toplumu etkiler nitelikte beğeni kazandırmıştır. 1980 yılı itibarıyla takım sporlarına duyulan ilgi oldukça artmış, bilhassa futbol spor dalına artan ilgi farklı spor dallarını etkileyerek devam etmiştir. Günümüz spor dünyasında en büyük spor organizasyonları, olimpiyat oyunları ve dünya şampiyonası karşılaşmalarıdır. Bu oyunlarda en önemli spor dalının futbol olduğu bilinmektedir. Futbol başta olmak üzere, hentbol, voleybol, Amerikan futbolu, basketbol, hokey, su topu vb. spor dallarının büyük ölçüde öneme sahip olduğu düşünülmektedir (Şahan, 2007).

Takım sporları; futbol, basketbol, voleybol, buz hokeyi, hentbol vb. en az iki ve üzeri sporcudan oluşan takımlar arasında oynanan spor faaliyetleridir. Takım sporlarında taktik

önem arz eder. Sporcular taktik ve strateji bilgisine hakim olmak mecburiyetindedir. Başarı ve başarısızlık duygusu tüm takımı ilgilendirdiği için sporcuların mesuliyetleri ve psikolojik şiddetleri daha az olmaktadır. Sporcularda takım içi yardımlaşma, takım arkadaşlarını tanıma, farklı becerilerini keşfetme, arkadaşlarının yarışma esnasında neler yapabileceklerini kestirebilme ile yeni taktik geliştirebilme özellikleri çok önemlidir. Sorumluluk paylaşıldığı için sporcular kendilerini yarışma içerisinde duygusal yönden fazla yıpratmazlar. Takımla çalışma, iş birliği yapma, başarı ve başarısızlığı paylaşabilme gibi özellikler ön plana çıkmaktadır (Başer, 1998a).

2.3.2. Bireysel Sporlar

Geçmişten günümüze bakıldığında insanlık tarihinde spor hem yaşam biçimi hem de bireylerin kendilerini doğada savunma amaçlı korunma yöntemi olarak bilinmektedir. Takibinde bu uğraşlar değişen ve gelişen dünyamızda günümüzdeki halini almıştır. Özellikle bireysel sporların önceliğinde var olan bireyin “ben” duygusu gelişerek onun mücadelecilik ruhunu artırmıştır. Bu gelişmeler sonucunda ise günümüz toplumunda refah ekonomik düzey, bireysel gelir düzeyinin artması, insanların sosyal faaliyetlere yönlendirilmesi ve bu faaliyetlerin devam etmesi gibi faktörler en önemli paydaş olan sporun sayesinde oluşmuştur. Özellikle sporun yayılması, insanların bir spor dalına yönelmesine ve yapılan spor dallarının kişiler arasında duyulmasına ve öne çıkmasına yardımcı olmuştur (Şahan, 2007).

Bireysel spor faaliyetlerini genel anlamda betimlemek gerekirse, kişinin farklı kişilerle mücadele, uğraş ve karşılıklı etkileşime girmeden yapmış oldukları sporu ifade eder. Maddi durumu ve öğrenim seviyesi düşük, nitelik gerektirmeyen işlerde kişiler daha çok spor faaliyetleri yoluyla kendilerini göstermenin veya ortaya koymanın gayreti içinde olmuşlardır. Öğrenim ve maddi durumu yüksek, nitelikli iş grubunda olan kişiler ise oluşturdukları yüksek statü gruplarında, spor yapma eğilimlerinin bireysel spor faaliyetlerinde kişi kendisini daha çok prestij sahibi hissetme ve eğlendikleri spor dalları şeklinde göstermektedir. Örnek spor dalları ise tenis, golf, çeşitli doğa ve su sporları gibi (Şahan, 2007).

Bireysel sporlar ile birey kendine güvenme, kendini kontrol etme, hızlı düşünme, doğru olma, hakkını savunma gibi özelliklerini geliştirir ve birey kendi yeteneklerinin farkına varır, becerisini artırır (Hazar, 1996).

Judo, boks, güreş, taekwondo ve karate gibi spor dalları bireysel sporlar grubunda yer almaktadır. Erkeklik egosu barındıran bu spor branşlarında sporcu, rakibi ile direk karşılaşmaktadır. Bir diğer yandan, tenis, badminton, okçuluk, masa tenisi gibi spor dalları ise, sporcuların karşılıklı fakat aralarında temas olmadan yarıştıkları bireysel spor dallarıdır. Yüksek düzeyde dikkat ve çeviklik gerektiren spor dallarıdır. Bireysel spor dallarında mesuliyet yalnızca sporcunun kendisindedir. Başarı veya başarısızlık duygusu spor yapan kişinin kendisine ait olduğundan dolayı bireysel spor dallarıyla ilgilenen sporcuların daha çok stres yaşaması kaçınılmaz sonuçtur. Bireysel spor yapan kişiler genellikle yalnızlık hissiyatına kapılırlar. Uğraştıkları spor dalı gereği problemlerini yalnız çözmeye eğilimindedirler. Güncel yaşamlarında karşılaştıkları sorunları yarışmalardaki gibi yardım istemeden tek başlarına çözmeye durumunda olurlar (Kat, 2009).

2.3.2.1. Savunma Sporları (Sanatları)

Uzakdoğu savunma sporları bilim insanlarının dikkatini uyandırmış ve 1980'li yıllardan bu zamana dek popüler olma özelliğini sürdürebilmiş olan spor dallarıdır. Bu spor dalları birçok yetişkin ya da çocuk tarafından kendini savunma, mental disiplin, vücut ve aklın uyumu, fiziksel kondisyon kazanma gibi hedeflere dayanmaktadır (Cox, 1993; Merrilee vd., 2000).

Bu spor dalları, teknik ve taktik çalışmaların yanı sıra aerobik ve anaerobik güç, sürat, dayanıklılık, vücut yağ oranı, esneklik, koordinasyon, beceri ve başarıyı temelinden etkileyen fiziksel ve fizyolojik faktörler olarak karşımıza çıkmaktadır (Akgün, 1993).

Judo, taekwondo, karate, kick boks, kung fu, aikido, jiu-jitsu gibi kişinin kendisini korumasını amaç edinen sporlar ilk olarak savaş sanatları olarak adlandırılmıştır. Günümüzde ise savaş sanatlarına, savunma sporları da diyebiliriz. Savunma sporlarının her biri kendi içinde farklı teknik ve disiplinler barındırmaktadır. Her spor dalının temel amacı; özünde benimsemiş olduğu felsefeyi, öğrencinin uyguladığı tekniklerden günlük hayattaki hal ve hareketlerine hatta konuşmalarına kadar hayatın her alanına yerleştirerek, ruh ve beden olarak yüksek bir olgunluğa ulaştırmasıdır. Savaş sanatlarının kişiliği geliştirme yolu olarak kullanılması on altıncı yüzyılda önem kazanmıştır. Savaş sanatlarının "ölüm savaşı" anlamına gelen uygulamaya yönelik anlamı, sanatı uygulayan kişinin zihinsel gelişimi önem kazanınca "zihinsel eğitim" anlamına dönüşmüştür. Bir süre sonra savaş sanatları "yol", ya da daha derin anlamda "aydınlanma, kendini fark etme ve anlama yolu" anlamına gelen "Do"

ekini almıştır (Joe, 1995). Do felsefesi judo, taekwondo, karate, aikido gibi uzak doğu kökenli savunma sporlarında kendisini göstermektedir.

Do: iyilik, hoşgörü, nezaket, saygı, disiplin gibi evrensel değerleri benimsemeyi, kendini keşfetmeyi ve tanımayı ifade etmektedir. Taekwondo ve judo içinde bulundurduğu “do felsefesi” itibarıyla farklı kültürler ve toplumlar tarafından benimsenmiş, her birey tarafından yapılabilen bir spor haline dönüşmüştür. Yine aynı şekilde “do felsefesi”, özellikle kişilerin yönlendirilmesi, saldırganlık ya da hayal kırıklığı gibi faktörlerin toplumsal açıdan daha uyumlu olmasına yardımcı olmaktadır (Matsumoto, 2004). Örneğin; İngiltere’de judo sporu sosyal problemlerin çözümünde ve hapisanelerde özellikle de çocukların bulunduğu bölümlerde rehabilitasyon amaçlı kullanılmaktadır.

Joe (1995)’ ya göre savaş sanatları, iki insan arasında rekabet, kendi üstünlüğünü kanıtlama, karşısındakine zarar verme yöntemi, bir insanın diğer bir insanı yenilgiye uğratmak için kullandığı korkutucu bir sanatmış gibi görünmesinden çok daha farklıdır. Ancak gerçek ustalara göre bütün savaş sanatları kişiyi zihinsel dinginliğe, ruhsal sessizliğe ve derin bir özgüvene ulaştıran ruhsal bir yoldur. Taekwondocuların, kendilerini savunmak için sadece fiziksel güçlerini değil aynı zamanda kendilerine olan güvenle birlikte çevreye karşı, sevgi, saygı ve disiplin gibi değerlerle gelişim gösterdikleri düşünülmektedir (Ghorbanzadehkoshki, 2009). Bu düşünceye paralel olarak judonun kurucusu Prof. Dr. Jigaro Kano’da; “bugün inancım o ki bedensel eğitim, zihinsel ve ahlaki disipline de gerekli önemi vererek bedeni sağlıklı, güçlü ve yararlı kılmayı amaçlamalıdır” demiştir. Savunma sporlarında, başarı derecesi ve ulaşılan olgunluk kuşaklara yansımaktadır. Beyaz, kahverengi ve siyah kuşakların arasında birçok farklı renk bulunmaktadır. Eğitime yeni başlayanlar geleneğe bağlı kalarak beyaz kuşak takmaktadırlar. Beyaz kuşak saflığı ifade etmektedir. Zaman geçtikçe beyaz kuşak sürekli kullanıldığı için kararmaya başlar ve kahverengi bir renk alır. Biraz daha zaman geçtikçe kahverengi kuşak da karararak siyah kuşağa dönüşür. Son olarak siyah kuşak da sürekli kullanılmaktan yıpranır ve beyaza yakın bir renk alır. Savunma sporlarındaki bu renkler, kuşağı kuşananın tekrar saflığa döndüğünü ifade etmektedir (Joe, 1995).

2.3.2.1.1. Judo

Judo, Orta Asya’da doğmuş ve bozkır medeniyetlerinin izlerini günümüze kadar yansıtmıştır. 1860 yılında doğan Prof. Dr. Jigaro Kano aldığı jiu-jitsu eğitimlerinde insana

zarar veren tarafların olduğunu görmüştür. Tehlikeli vuruş ve kırışları temizleyerek yeni bir sanat olan judoyu yapılandırmaya başlamış ve Kodokan okullarını kurmuştur (Kano, 1986).

Judonun temelini İngiliz fizik ve matematik bilgini Newton'un (1623-1727) dinamik prensip ve kaldırma kanunlarına dayanan, Japon bilim insanı Jigaro Kano tarafından geliştirilen savunma amaçlı egzersizlere uyarladığı olimpik bir spor dalı olarak tanımlanmaktadır (Gün, 1994). Judo iki heceden oluşan kelimedir. JU iyi ve güzel, DO ise yol anlamlarını taşır (Öztek, 1999). Kök salmış, toprağa kuvvetle sarılmış kalın, sert ve güçlü ağaçlar rüzgâra karşı koyamayıp devrilip kırılırken, daha narin görünümlü esneyebilen (Ju) ağaçlar rüzgarın önüne set olmaksızın dallarını savurup rüzgara yol verirler (Do), böylece zarar görmeden fırtınayı atlatırlar. Judonun felsefesi buradan gelir (Kano, 1986).

Judo; kuvvete karşı kuvvet koymadan rakibin gücünü kullanarak onu bertaraf etme sanatıdır. Judo üstün bedensel ve zihinsel becerilerin kullanıldığı, az kuvvetle çok iş yapma prensibine dayanan bir savunma sanatıdır (Karabulut, 1988).

Kişiye özgüven kazandırır, nefesine hâkim olmayı; doğru zamanda doğru hamleyi dengeli, kararlı bir şekilde yapmasına olanak sağlar. Sporcunun konsantre yeteneğini geliştiren muazzam bir çalışma disiplini. Judonun prensipleri bireyin karakterine yansır (Karakoç, 2014).

Judo öğrenimi sıralı bir biçimde devam eder. İlk olarak düşüşler ve yavaş düzeyde atış teknikleri öğretilir (Öztek, 1999).

Bompa'ya göre sporcunun, yüksek performans standardına ulaşması ve judo eğitimine başlaması için belirli yaş 8 ila 10 yıl ve uzmanlaşması 15-16 yıldır. Bu öneriler, uzun vadeli sporcu geliştirme modelinin ana hatlarıyla belirtildiği gibi öğrenme-eğitim, antrenman-antrenman ve rekabet-antrenman dönemlerini kapsamaktadır. Bu fizyolojik ve teknik gelişim aşamalarında judoya özgü eğitim uyarlamalarını içeren sınırlı bir araştırma vardır (Bompa, 1998).

Şu anda hem erkek (60 kg, 66 kg, 73 kg, 81 kg, 90 kg, 100 kg ve + 100 kg) hem de kadın judo sporcuları (48 kg, 52 kg, 57 kg, 63 kg, 70 kg, 78 kg ve +78 kg) için yedi sıklet vardır. Judo müsabakaları ayrıca sporcuların yaşına göre şu şekilde bölünür: ümitler (15-16 yaş), gençler (17-19 yaş), büyükler (> 20 yaş, ancak genç sporcular yarışabilir) ve veteranlar (> 30 yaş). Judo'daki ana yarışmalar her yaş kategorisi için Olimpiyat Oyunları ve Dünya Şampiyonasıdır. Her ağırlık bölümü, farklı ağırlık sınıflarının rakipleri arasında, teknik ve

taktik yönlerin yanı sıra fiziki, üst düzey performans ve vücut uyumunda belirgin farklılıklar meydana gelir. Böylece, vücut ağırlığının ve vücut kompozisyonunun yönetimi de dahil olmak üzere sporcuların hazırlığının bazı önemli yönlerini doğrudan etkiler (Franchini vd., 2011a).

Judo, hedefe ulaşmak için kompleks beceriler ve taktiksel mükemmellik gerektiren dinamik aralıklı, patlayıcı güç içeren bir spor dalıdır (Degoutte vd., 2003). Judo sporcularının her maçta çok sayıda hareket yapması gerektiğinden, tek bir maçın fiziksel talebi yüksektir. Genellikle, madalya alabilmek için uluslararası müsabakalarda beş ila yedi maç yaparlar ve her maç 5 dakikalık bir süre sınırına sahiptir. Bir judo sporcusu bir ippon (tam puan) alırsa, maç sona erer. Öte yandan, 2003 yılından bu yana, yarışma için ayrılan zamanın bittiği ve skorların / cezaların her iki sporcu için de eşit olduğu (yani maç berabere kaldığı) müsabakada, maç sonucunu "altın puan" belirler. Her iki sporcu da altın puan döneminde herhangi bir puan elde edemezse, maç 3 dakika daha devam eder ve hakemler tarafından karar verilir. Böylece, judo maçı yarışmacılar tarafından alınan puanlara bağlı olarak birkaç saniye ile 8 dakika arasında sürebilir. Bununla birlikte, tipik bir üst düzey judo maçı 20 ila 30 saniyelik aktivite süreleri ve 5-10 saniyelik kesinti ile 3 dakika sürer (Van Malderen, 2006).

Etkili olabilmek için judo teknikleri iyi bir 'fırsat penceresi' içinde doğruluk, hız ve güçle uygulanmalıdır. Bu kısa enerji patlaması esas olarak anaerobik metabolizma ile sağlanır. Buna karşılık, bir maç sırasında gerçekleştirilen aralıklı çalışmanın yanı sıra kısa aralıklarda iyileşme süreci, esas olarak aerobik metabolizma tarafından desteklenir. Ek olarak, aerobik metabolizma özellikle kibritler arasında etkili bir iyileşme için önemlidir (Franchini vd., 2011a).

Rekabetçi judo, sporcunun rakibi sırtından atmaya veya yer çalışması sırasında kontrol etmeye çalıştığı savaşı yönüyle yüksek yoğunluklu bir spor dalı olarak tanımlanabilir. Her iki girişim de iyi bir fiziksel uygunluğun desteklenmesi ile spesifik tekniklere ve taktik becerilere bağlıdır (Franchini vd., 2005; Thomas vd., 1989). Judo müsabakasını daha pozitif hale getirmek için müsabaka kurallarında pek çok değişikliğe gidilmiştir. 2013 yılında ise getirilen yeni kural doğrultusunda, maç beraberlikle bitmiş ise golden score uygulamasında süre sınırı kaldırılmıştır (IJF, 2020a). Bununla birlikte, izin verilen süre boyunca, müsabaka sırasında birçok kesinti vardır. Tipik zaman yapısı, 10 saniyelik aralıklarla 30 saniyelik bir faaliyettir (Castarlenas ve Planas, 1997; Sikorski vd.,

1987). Bu formatın fizyolojik talepleri hem aerobik hem de anaerobik sistemlere baskı uygular. Anaerobik sistem maç sırasında maksimum güçte kısa, hızlı, çıkış patlamaları sağlarken, aerobik sistem sporcunun savaş süresi boyunca çabayı sürdürme ve kısa dinlenme veya azaltılmış çaba dönemlerinde iyileşme yeteneğine katkıda bulunur (Franchini vd., 2003; Muramatsu vd., 1994).

Judo'da başarı iki şekilde tanınır. Birincisi, sporcuların yarışmalarda (yani eyalet veya ülke çapında veya uluslararası turnuvalarda) mücadele ettikleri seviyedir. İkincisi, judo sıralama sistemidir. Sporcular beceri seviyelerini gösteren farklı renklerde kuşak takarlar. Judo'daki sıralama sistemi “kyu” ve “dan” notlarına dayanmaktadır. Dan kaliteleri daha gelişmiş kuşaklardır ve siyah kuşak takarak ifade edilirler. 6. ile 8. dan arasındaki yüksek dan dereceleri, siyah kuşak yerine damalı kırmızı-beyaz kuşak, 9. ve 10. dan sahipleri kırmızı kuşak takarlar (IJF, 2020c).

Judo kıyafeti genellikle pamuktan yapılır. Sert ve kaygan olmamalıdır, böylece rakip onları kavrayabilir. Ceket uylukları örtmeli ve kollar uzatıldığında kollar yumruklara ulaşmalıdır. Pantolonlar ayak bileği eklemine ve bacaklara ulaşmalıdır. Kolların pantolon/kollar ile bacaklar veya kollar arasında sırasıyla 10-15 santimetre boşluk olmalıdır. Bel çevresindeki ceketin üzerine güçlü bir kuşak takılmalıdır ve ceketin gevşemesini önlemek için yeterince sıkı bir kare düğüm ile bağlanır. Belin etrafında iki kez dolaşmak için yeterince uzun olmalıdır. Buna ek olarak, kadın yarışmacılar ceketin altına beyaz kısa kollu tişört giymek zorundadır (Ohlenkamp, 2001).

Karate, aikido veya kendonun aksine, judo herhangi bir tekme, yumruk veya vurma tekniklerini içermez. Rakip, herhangi bir ekipman veya herhangi bir tür silah kullanmak için eklemlere baskı judoda kullanılmaz. Bunun yerine, judoka diğer kişiyi bastırmak için denge, güç ve hareket kullanarak rakiplerinin üniformasını veya “judogi” sini tutar. Kurallar sürekli değişse de, judokanın her zaman uymaya çalıştığı dört genel hedef vardır (IJF, 2020a). Bunlar sporcuların güvenliği, yeteneklerinin eşitliliği, judo geleneklerinin ve teknik özgüllüğünün korunması ve judoya saldırmanın geliştirilmesidir. Judo, Olimpiyat Oyunlarına 1964'te tanıtıldı ve bugün dünya çapında milyonlarca insan tarafından uygulanmaktadır. Müsabakalarda erkekler ve kadınlar ayrı yarışmalara sahiptir ve her yaş grubunda çeşitli sıklıklar vardır. Dünya çapındaki katılımcı sayısına gelince, judo sadece futboldan sonra ikinci sırada yer almıştır. IJF (Uluslararası Judo Federasyonu)'deki üye ülkelerin sayısı ile ilgili olarak, judo dünyanın en büyük spor dalı arasına girmiştir (IJF,

2020a) Judo çok zorlu bir spordur. Judo tekniklerini uygulamak, insanların güç, esneklik, çeviklik, hız, denge, patlayıcı güç ve dayanıklılık geliştirmelerine yardımcı olur. Aynı zamanda reaksiyon süresi, koordinasyon ve genel fiziksel özgüven geliştirmeye yardımcı olur (IJF, 2020a).

Çoğu savunma sporu sporcuları uzun süredir ağırlıklı olarak erkek egemen olduğu için judo uygulamak isteyen kadınlar 20. yüzyılın ilk yarısında ayrımcılığa uğramıştır. İlk kadın Dünya Judo Şampiyonası 1980'de New York'ta yapıldı ve 1992 Yaz Olimpiyatları'nda kadınların ilk kez yarışmasına izin verildi. Spora katılım oranları değişiklik göstermektedir, ancak şu anda kadınlar çoğu renkli kuşakların yaklaşık yüzde yirmisini ve siyah kuşakların yaklaşık yüzde onunu temsil etmektedir (IJF, 2020b). Franchini ve arkadaşları (2011a) başarılı judo sporcularının fizyolojik profillerine kapsamlı bir genel bakış sunmaktadır. Kısacası, judonun sporcuların karmaşık becerilerine hakim olmalarını ve başarı için sağlam bir taktik bilgiye sahip olmalarını gerektiren, sık sık kesintiye uğrayan dinamik, yüksek yoğunluklu bir spor dalı olduğu söylenebilir. Başarılı judokaların en ayırt edici özellikleri, çok düşük vücut yağ seviyeleri (ağır sporcular hariç), son derece gelişmiş dinamik güç, kas dayanıklılığı ve hem aerobik hem de anaerobik sistemlerde güç ve kapasiteleridir. Bununla birlikte, aerobik güç ve kapasitenin diğer spor dallarındaki sporcular kadar iyi gelişmediğine dikkat edilmelidir. Ayrıca, kas gücü söz konusu olduğunda, judokanın alt gövdesi üst gövdeden daha iyi gelişmiş gibi görünmektedir. Bir rakibin judo kıyafetini kavramanın judonun göze çarpan bir özelliği olmasına rağmen, izometrik kavrama gücü, atlet olmayan nüfus ortalamasının sadece biraz üzerindedir ve başarı ile önemli ölçüde ilişkili değildir (Franchini vd., 2011b; Franchini vd., 2005; Sanchez vd., 2011). Kavrama dayanıklılığının judoka için kavrama gücünden daha önemli olduğu görülmektedir (Franchini vd., 2011b).

Judo sporu Türkiye'ye 1950'li yıllarda gelmiştir, öğretilmeye ve ilk antrenmanla başlanmıştır. 1962 senesinde güreş federasyonunun içinde Federe olarak resmi çalışmalarına baslandıktan sonra ilk defa 1964 senesinde Tokyo Olimpiyat oyunlarında yerini alarak olimpik bir spor dalı haline gelmiştir. 1966'da ise judo, Türkiye'de bağımsız bir federasyon olduğunu ilan etmiştir. 1969-1979 yılları arasında judo ve taekwondo, 1980-1990 yılları arasında ise judo ve karate federasyonu olarak faaliyetlerini yürüten federasyon, 1990 yılından itibaren judo federasyonu adı altında hizmet vermeye başlamıştır. Kuruluşundan 1993 yılına kadar olan atamalar ile görev alan federasyon başkanları bu tarihte yayımlanan yönetmeliğe göre seçilmeye başlanmışlardır. İlk yapılan seçimlerde ise Natic Canca Judo

federasyonu başkanı olarak atanmıştır. 1997 yılı itibariyle judo federasyonu bünyesinde sırasıyla kurash, wuhsu, aikido spor dalları yer almış, wushu ve aikido 2006 senesinde ayrılmış, 2011 yılına kadar judo ve kurash federasyonu olarak faaliyetlerine devam etmiştir. 2011 senesinde kurash spor dalı da Türkiye Judo Federasyonunun (TJF) bünyesinden ayrılarak çalışmalarını devam ettirmiştir (TJF, 2020).

TJF olarak ilk katıldığımız uluslararası ilk resmi turnuva, 27-28 Mart 1970 tarihleri arasında Avusturya'nın Linz kentinde yapılan Leonding Turnuvası olmuştur. İlk önemli organizasyon 6-17 Ekim 1971 tarihlerinde Türkiye'nin İzmir ilinde yapılan 6. Akdeniz Oyunları organizasyonudur. Bu oyunlara katılan 5 sporcumuz; Süheyl Yeşilnur ve Kamil Korucu gümüş madalya, Ali Demir, Namık Ekin, Mehmet Ali Berber ise bronz madalya olarak çok önemli bir başarıya imza atmışlardır.

Başarı kazandığımız bir diğer organizasyon ise 1992 yılı Barcelona yaz olimpiyat oyunlarıdır. Bu önemli müsabakada 48 kg Sporcumuz Hülya Şenyurt ülkemize bronz madalya kazandırmıştır. İlk madalya kazanan kadın sporcu olarak Türk Judo tarihine geçmiştir. Ayrıca 2000 yılında Avusturalya Sidney yaz olimpiyat oyunlarında 66 kg sporcumuz Hüseyin Özkan Altın madalya kazanarak ülkemizi gururlandırmıştır (TJF, 2020).

2.3.2.1.2. Karate

Karate-Do, Ryu Kyu Okinawa adasında doğmuştur. Okinawate (Okinawa'nın elleri) Okinawa tekniğinden meydana gelmiştir. Okinawa adası insanların, kendilerince geliştirdikleri ve diğer topluluklardan gizledikleri kendilerine has savunma sanatları vardı. 1600'lü tarihlerde Çin'in adada ki insanlar üzerinde ekonomik, askeri, kültürel ve siyasi etkilerinin artmasının yanında değişikliklerde meydana gelmiştir. Bu değişiklikler yöre halkının geliştirmiş olduğu bir tür güreşe benzer savunma sporlarında da izlenmiştir. Çin Kemposu çalışmış ordu-asker aracılığıyla Kempoyu kavramışlar ve bundan önceleri kendi kullandıkları savunma sanatıyla Çin Kemposunu birleştirmişler ve yeni bir savunma sporu meydana getirmişlerdir. Bu yönüyle Okinawa-Te savunma sanatı oluşmaya başlamıştır. Okinawa-te'nin karate oluşumuyla ilgili net bir bilgi bulunmamaktadır. Japoncanın açık bir dili olmaması sebebiyle, benzersiz harf ifadeleri ile birlikte kullanılmakta ve tek bir ifadenin kullanım biçimine bağlı olarak ifade edilmektedir. Te japoncada el anlamına gelir. Kara sözcüğünde iki benzersiz harf ifadesi kullanılmaktadır. Bu iki benzersiz harf ifadelerinden biri boş, diğeri ise Tang Hanedanlığı sırasında kullanılan Çinli olarak tercüme edilebilecek Çince karakterden oluşur. Bu da tercümenin Çin Eli mi? boş el mi? Belirsizliğini ortaya

çıkarmıştır. Bu değişimin en büyük sebebinin, Okinawa adası insanların Çin kültüründen fazlayısla etkilenmiş olduğu bilinmektedir. Gichin Funakoshi'nin uzun yıllar gayreti sonucunda, karatenin kara-boş, te-el anlamında olduğunu kabul ettirmiş günümüzde telaffuzunu benimsetmiştir (Funakoshi, 1996).

Karate, hızlı reaksiyonlar gerektiren yüksek düzeyde zamansal ve uzamsal kısıtlamalara sahip rekabetçi bir spora iyi bir örnektir. Müsabakada kumite ve karate maçlarında, iki sporcu birbirleriyle 2 metrelik bir mesafede karşı karşıya gelir ve birbirlerine saldırır. Uzman karate sporcuları tarafından gösterilen saldırı tekniklerinin olağanüstü hızı ve gücü iyi belgelenmiştir (Cavanagh ve Landa, 1976). Rakiplere karşı saldırı ve savunma ihtiyacı, karate sporcularının algısal yeteneklerini, yani spesifik algısal becerilerini veya spesifik olmayan temel duyusal fonksiyonlarını geliştirmelerine yol açmaktadır. Amerika ve Avrupa kara parçalarında 1950 senesinin ikinci yarısından sonra hızlı olarak dağılan karate idmanlarının sportif manada milli federasyonlar şeklinde teşkilatlanacak duruma gelmesi 1961-1963'lü seneleri bulur. İlk Avrupa şampiyonasının hazırlandığı zaman 1966, ilk dünya şampiyonası zamanıysa 1970'tir. Avrupa'da çoğu ülkenin ulusal federasyonlarını oluşturmaları, Kıta Karate Birliği'nin yapılanıp kıta ve dünya şampiyonalarının yapılmasıyla beraber vatanımızda karate do uygulamaları başlamamıştır (TKF, 2020).

Türkiye'de savunma sporlarında 1962 senesinde Japonya'ya giden güreş antrenörü Halil Yüceses, ilk olarak judoyu merak etmiş öğrenmiştir. 1962'de Türkiye'ye dönüş yapan Halil Yüceses, Judo spor dalını ülkemizde tanıtmayı ve eğitmeyi amaçlamıştır. Judo spor dalının ülkemize gelmesi karate-do'nun ülkeye gelmesinde öncülük etmiştir. Karate-do spor dalının ilk sporcusu ve aynı zamanda ülkemize karate-do'yu tanıştıran Hakkı Koşar'dır. Koşar ilk başta 1962-1963 yıllarında judo dersi almıştır. 6 senelik antrenmanla judo spor dalında siyah kuşağı takmaya hak kazanmıştır. Türkiye'de öğrenilmemiş olan karate-do spor dalını yazılı basınlardan ve ülkemize gelmiş olan karate-do spor dalını bilen turist grubundan öğrenmiştir. Fakat Koşar antrenmanlarını yeterli seviyeye getirme amacıyla Almanya'nın Frankfurt ilinde karate kurslarına katılmış ve ilk kuşak kazanımını karate-do antrenörü Walter Haim'den almıştır. Karate-do spor dalının ilk kuşağa sahip olan Türk sporcusu Koşar, Roma'da gerçekleşen kuşak imtihanlarına katılmış, Avgus aracılığıyla siyah kuşağa yükselttirilmiştir. Japonya karate federasyonu ile ilişkili olan hocalarından Taiji Kase Karate Türkiye temsilciliği sorumluluğunu üstlenmiştir. Koşar, karate-do spor dalına 1966'lı yıllarda ilk olarak judo dersleriyle birlikte öğretmeye başlamıştır. 1970'li senelerde ise

karate-do farklı savunma sporlarından ayrı tutularak öğretilmeye başlanmıştır. İlk antrenman yapılan dojo ise Sultanahmet meydanının da olan ve Amerika dershanesi olarak bilenen salondur. Antrenör Hakkı Koşar tarafından dersler verilmiştir. Türkiye de karate-do spor dalının öncüsü olmuş ve yetiştirdiği birçok sporcusuyla bu sporun günümüze gelmesine katkı sağlamıştır (Doğan, 2003).

2.3.2.1.3. Taekwondo

Taekwondo Kore dilinde üç hecenin birleşmesiyle oluşmuştur. TAE; ayak teknikleri, KWON; yumruk ve el teknikleri anlamına gelmektedir. DO ise; nezaket, dürüstlük, sanat ve vücut bilgisi anlamını taşıırken, fair-play olarak da ifade edilmektedir (Mark, 1984). Taekwondo da teknik becerileri değişken pozisyonlarda gerek hücum gerekse savunma esnasında uygularken teknik ve taktikler ile uygulanma zorunluluğu arz eder (Kim, 1995).

Taekwondo Kore yarımadasının kuzey bölgesinde hüküm sürmüş Kogureyo hanedanlığına kadar uzanır. Taekwondo 20. yüzyıla gelinceye kadar geçirmiş olduğu aşamalarla bugünkü şekline gelmiştir. Taekwondo 1943 yılında Kore'nin bağımsızlığa kavuşması ile resmi bir kimlik kazanmış ve dünyaya açılmıştır. 16 Eylül 1961 tarihinde kurulan Kore Taekwondo Birliği taekwondonun yasallaşmasını ve ülkelere yayılmasını sağlamıştır. 25 Haziran 1972'de Dünya taekwondosunun merkezi "Kukkiwon" açılmış, Kore Taekwondo Federasyonu Başkanlığına Kim-Un-Yong getirilmiştir. 25 Mayıs 1973'te 17 ülke katılımıyla ilk Dünya şampiyonası düzenlenmiştir (Lokman, 1998).

Günümüzde taekwondoda; kibon (temel teknikler), poomsae (pozlama), hosinsul (kendini savunma), kyopka (kırımlar ve zor hareketler) ve kyorugi (müsabaka) olarak çeşitli eğitim-öğretim modelleri uygulanmaktadır. Poomsae (pozlama) ve kyorugi (müsabaka) kategorilerinde yarışmalar düzenlenmektedir. Olimpiyat oyunlarında ise sadece WTF (Dünya Taekwondo Federasyonu)'nin yayımlamış olduğu kurallar çerçevesinde kyorugi müsabaka kategorisinde yarışmalar olmaktadır (Haddad vd., 2015).

Taekwondo'da müsabakalar sporcuların yarışmadan 1 gün önce bulundukları sıklette tartıya çıkmaları ile gerçekleşir. Yarışmalar puanlama usulüne göre yapılır. Puan yasal olan bölgelere tekme ve yumruk atıldığında kazanılır. Taekwondo müsabakasında genel olarak puanlar yumruk hareketlerinden çok tekme hareketleriyle elde edilir. Bu vuruşlardan puan elde etmek için sporcular antrenman dönemlerinde yeterli gücü üretmelidirler (Koh ve Watkinson, 1999). El ve ayak vuruş teknikleri ile yapılan taekwondo maçında amaç yarışma kuralları dahilinde legal vuruşlarla teknik ve taktik olarak puan kazanmaktır. Taekwondo da

vuruşların puan olabilmesi için kullanılan elektronik chestproductor (göğüslük), elektronik kasklarda bulunan sensörler ve sporcuların ayaklarına giydikleri ayaklıklarda bulunan sensörlerin vuruş anında kask ve elektronik productor (göğüslük) ile birleşerek belirlenen bar yüksekliğine ulaşması ile gerçekleşir, bunun içinde basınçlı, kuvvetli vuruşlara ihtiyaç duyulmaktadır (Tanrıkulu, 2019).

Kask ve yüz kısmına gerçekleştirilen tekmeler 3 puan, dönerek kafaya uygulanan vuruş 5 puan, vücuda yapılan vuruşlar 2 puan, vücuda dönerek yapılan legal vuruşların hepsi 4 puan olarak değerlendirilir (WTF, 2020).

Taekwondo sporunda yaş sınırlaması yoktur ve özellikle çocuklar için son derece önemli ve yararlı bir spor dalıdır. Taekwondo yapan çocukların, oyunlardaki karmaşık reaksiyonları kavrama kapasitesi artar ve becerileri bu sayede gelişir. Karşısındaki insana saygılı olmayı ve yeteneklerinin farkında olmayı öğrenirler. Taekwondo sporu ile çocuk yaşta tanışan bireyler erken disipline olmayı öğrenirler. Fiziksel olarak düzgün bir vücudun temellerini erken yaşlarda bu spor ile atarlar ve sağlıklı birer birey olmak için çalışırlar. Taekwondo, bu sporu yapan kişilere merhametli olmayı öğretir ve sorumluluk bilinci aşılar. Sporcuya kendini savunmayı öğreten taekwondo aynı zamanda ruhsal olarak bir rahatlama sağlar (Ramazanoğlu, 2000).

İlk dünya şampiyonası 1973 senesinde gerçekleşmiştir. Ayrıca Dünya Taekwondo Federasyonu aynı senenin 28 Mayıs gününde oluşturulmuştur. 1. Dünya Asya Oyunları 1974 senesinde gerçekleşmiştir. 1980 senesinde moskovada gerçekleştirilen olimpiik kongre komitesinde olimpiik spor dalı olarak kabul görmüştür. 1981 senesinde gösteri sporu olarak bulunmuştur. 1988 seül olimpiyat oyunlarında gösteri sporu olarak uygulanmasına ve irdelenemesine kanaat edilmiştir. Kolorado'da 1986 yılında ilk Dünya Taekwondo Kupası ve 1986 yılında Birinci Dünya Üniversitelerarası Taekwondo şampiyonası düzenlenmiştir. 1987 yılında Pan Amerikan Oyunlarına resmi bir spor dalı olarak dahil edilmiştir. 1987 yılında İspanya'nın Barselona şehrinde 1. Dünya Bayanlar Taekwondo şampiyonası düzenlenmiştir. 24. Olimpiyat oyunlarına 25 ülkeden 129 sporcu gösteri sporu olarak oyunlara katılmıştır. Taekwondo ilk kez 2000 Sidney Olimpiyatları'nda resmi spor dalı olarak kabul edilmiştir (Bezci, 2007; WTF, 2020).

Türkiye'de 1981 yılında Judo Federasyonu'ndan ayrılarak özerk federasyon olan Türkiye Taekwondo Federasyonu (TTF) Başkanlığına Mithat KOR getirilmiştir. Mithat KOR'un Başkanlığı kısa sürmüştür (12.01.1981-22.02.1982) 1982-1995 yılları arasında

Taekwondo Federasyonu Başkanlığına Prof. Dr. Esen Beder getirilmiştir. 1982 yılında Prof. Dr. Esen Beder başkanlığında oluşan federasyon, kurullarının çalışmaları ile başarı çitasını artırmıştır. Teknik Direktör olarak görev alan İsmet İraz'ın bilinçli, disiplinli çalışma ve isabetli karar görüşleri ile ülkemizde taekwondonun yayılması hızla devam etmiş, uluslararası alanda birçok başarılarla imza atılmıştır (TTF, 2020).

1996-2003 yılları arasında federasyon başkanlığını yürüten Cengiz Yağız'ın başkanlıktan alınması ile yerine Prof. Dr. Metin Şahin federasyon başkanlığı görevine seçilmiştir. O tarihten beri başkanlık görevini yürüten Metin Şahin ve yönetimi Türk taekwondosu başarı grafiğini yükseltmiş, olimpiyat oyunları, Dünya ve Avrupa şampiyonalarında sürekli zirvede yer alan bir kimliğe bürünmüştür. Katıldığı birçok olimpiyatlardan madalyayla dönen Türk Taekwondo'su 2012'de Servet Tazegül ile Londra Olimpiyatlarında altın madalya kazanarak zirveye çıkmış adını altın harflerle tarihe yazdırmıştır. 2012'de Londra'da gümüş madalyanın sahibi olan Nur Tatar ise 2016'da Rio Olimpiyatlarında bronz madalya kazanarak, ard arda iki olimpiyat oyununda madalya kazanan ilk Türk kadın sporcu unvanını elde etmiştir. Türkiye Taekwondo Federasyonu beş yüz bine yakın lisanslı sporcu sayısı ile ülkemiz sporunda futbol ve satranç spor dallarından sonra en çok sporcu sayısına sahip federasyon olurken, kazanılan madalya sayısı ile her zaman sıralamada ilk beşin içerisinde olmuştur (TTF, 2020).

Görüldüğü üzere dünya da özellikle de ülkemizde savunma sporlarının gün geçtikçe artan başarı grafiği, insanların bu spor dallarının içerisinde olma arzusunu ortaya çıkarmıştır. Doğası gereği hem yapanın hem de izleyenin zevk aldığı, insanları kendine çeken bu spor dallarına sporcuların yöneliminde çeşitli ihtiyaçların bulunduğu yadsınamaz bir gerçektir.

2.4. Bireyi Spora Yönlendiren İhtiyaçlar

Spor ve insan hayatı günümüz dünyasında birbirinden ayrılamaz bir boyut kazanmıştır. Bu nedenle insan kaç yaşında olursa olsun, akademik prensiplere dayalı, bilinçli ve sistemli yapılan spor sayesinde bütün hayatı boyunca sağlıklı, başarılı, mutlu, huzurlu, düzenli ve moralini yüksek tutan yaşam tarzına sahip olmuştur (Atasoy ve Kuter, 2005).

İnsanın sıhhatli olması, kendini keşfetmesi, gerçekleştirmesi, ispat etmesi, sosyal çevreden gelen baskı ve stresleri boşaltabilmesi, özünü kontrol edebilmesi, hayat şartlarının getirdiği bazı tekdüzelikleri ve güçlükleri telafi edebilmesi, kendini arkadaş ortamı içerisinde görmek istemesi vb. birçok sosyal amaçla spor aktivitelerine yöneldiği belirtilmiştir (Güven, 1992).

Kuşkusuz, günümüzde spora yönelmeyi etkileyen birçok etken bulunmaktadır. Bilimsel kaynaklarda belirtilmiş etkenler incelendiğinde Voight (1998)'in bu etkenleri maddeler halinde ve ayrıntılı bir şekilde sıraladığını görmek mümkündür (Ekici, 2012). Bu etkenler şöyle sıralanabilir:

- ✓ Birtakım sosyal ihtiyaçların karşılanması,
- ✓ Sağlıklı olmak ve fiziksel uygunluk sağlamak,
- ✓ Rekabet ve kontrollü risk yaşamak,
- ✓ Estetik ihtiyaçlar,
- ✓ Duygusal stresten uzaklaşmak,
- ✓ Spor sayesinde faydalı deneyimler kazanmak,
- ✓ Sevinme, eğlenme, haz, sevinç gibi hissiyatları kazanmak,
- ✓ Kendini gerçekleştirmek,
- ✓ Yeni deneyimler elde etmek,
- ✓ Sosyal ortam oluşturma gayreti,
- ✓ Maddî ve manevî kazanç sağlamak, ayrıcalıklar elde etmek,
- ✓ Kendini göstermek,
- ✓ Zayıflamak, mutluluk,
- ✓ Güç, sürat, dayanıklılık, çeviklik, koordinasyon yeteneğini geliştirmek,
- ✓ Stres, sıkıntı ve hastalıklara karşı dirençli olmak,
- ✓ Genç kalma, güzel görünme ve ben duygusunu geliştirmek,
- ✓ Serbest zamanı ortaklaşa, aktif ve verimli bir şekilde değerlendirmek.

Sağlık amacıyla yapılan egzersizlerin temel amacı; dingin bir yaşantının sebebiyet verdiği doğal ve fiziksel bozuklukları engellemek ya da yavaşlatmak, vücut sağlığının temeli olan fizyolojik kapasiteyi artırmak, bedensel uyumluluğu ve sağlıklı uzun seneler yaşamayı sürdürebilmektir. Gelişmiş ülkelerin egzersize olan ilgilerinin artışındaki nedenini biyolojik bir dengeleme ihtiyacı şeklinde açıklamak mümkündür. Yapılan çalışmalara göre düzenli spor yapmanın bireylerde biyolojik, sosyolojik ve psikolojik yararları olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Zorba, 2001). Bu bağlamda bireyi spora yönlendiren ihtiyaçlar üç başlık halinde incelenmiştir.

2.4.1. Biyolojik İhtiyaçlar

Her şeyden önce faaliyette bulunan birey, “hareket etme” ihtiyacını karşılamaktadır (Hasırcı, 2000).

Sporun faydaları dikkate alındığında, vücut sağlığı amacıyla spora yönelimin önemli nedenler arasında olduğunu görmekteyiz. Spor salonlarına giden birçok kişinin amacı; dengeli bir vücut bütünlüğüne sahip olma, sağlıklı yaşam, kontrollü kilo verme, zinde kalma ve kassal kuvveti artırma olduğu söylenebilir. Bu konu üzerine yapılan araştırmalar bu düşünceyi destekler niteliktedir. 2012 yılında Mavi ve arkadaşlarının yapmış oldukları araştırmalarında, spora gelen kişilerin başlıca spor yapma nedenlerinin sağlıklı hayat ve kontrollü kilo verme olduğunu belirtmişlerdir (Mavi vd., 2012).

Hareket uyarısı, insan organizması üzerinde etkili olan en önemli uyarılardandır. Bu uyarının olmaması yetişkin organizmalarda atrofiye (dokularda gerileme) sebep olurken gelişen organizmada ise çeşitli şekil ve fonksiyonel bozukluklara yol açmaktadır. Yani hareket, kişinin en önemli ihtiyaçlarından bir tanesidir. Bu ihtiyaç, belirli kurallar dahilinde düzenli bir biçim ve sıklıkta spor yolu ile karşılanır. Spor insan organizmasında, göz ile görülebilen, birtakım materyaller ile ölçülebilen olumlu değişiklikler ve gelişimler sağlamaktadır. Kişinin kemikleri güçlenir, kas grupları gelişim gösterir, kas gücü ve dolaşım sisteminin verim ve dayanıklılığında artış meydana gelir, hareketleri esneklik ve devamlılık kazanır vücuttaki bu kazanımlarla birlikte fiziksel performans yükselir (Başer, 1998b).

2.4.2. Sosyal İhtiyaçlar

Çağımızda spor, toplumsal yaşam içerisinde giderek gelişim gösteren geniş kitlelere yayılmasını sağlayan bir olgu haline gelmiştir. Hızlı değişim ve gelişim göstermesi günümüz dünyasında önemli özelliklerin başında gelmektedir. Hemen hemen her gün ortaya çıkan yeniliklerle beraber toplum yapısını ve yaşam koşullarının belli bir seviyede değiştiğini söylemek mümkündür. Gelişmiş toplumlarda olduğu kadar geri kalmış ve gelişmekte olan toplumlarda da spor çok önemli kaynaşma aracıdır (Fişekçioğlu, 1994).

Spor günümüz dünyasında, serbest zaman uğraşı olmaktan çıkıp, büyük bir toplumsal algı etkisine sahip sosyo-politik ve ekonomik nitelikler içeren toplumu ilgilendiren yapı taşı olarak hayatımıza yerleşmiştir. Böylece spor bazı vücut hareketleri ya da basit bir müsabaka olmaktan çıkmış, insanları yerinden oynatan coşku ve seyir aracı haline gelmiştir. Gelişen bu davranışlar, sporla ilgilenen ya da ilgilenmeyen yüzlerce genç kitleleri farklı şekillerde etkilemiştir. Gençlere; kendi küçük dünyalarında beğenilmekten başlayıp, toplumsal bir kahraman olmaya, uluslararası ün kazanmaya, manevi haz duymaya, daha iyi maddi imkanlara ve toplumsal sınıf geliştirmeye kadar uzanan geniş imkanlar sağlamıştır. Birçok akademisyen ve spor insanı, spor alanı ve araçlarını yüksek düzeyde performansa ulaşmak

için araştırma ve geliştirme çabası içerisinde olmuşlardır. Yapılan araştırmaların sonucunda olağanüstü bir performans gelişmesi olmuş ve gelişen performans daha çok ilgi uyandırmıştır (Fişekçioğlu, 1994).

Son 25-30 yılda gerek performansların artması gerek kitle iletişim araçlarındaki gelişimler sporun geniş insan kitlesine ulaşmasını sağlamış ve spora olan ilgi son derece artmıştır. Bunun sonucu olarak pek çok iş insanı ve politikacı spora el atmıştır. Spora ilgi duyan pek çok genç bu durumdan etkilenmiştir. Kendi çevrelerinden sıyrılarak maddi olarak iyi koşullara ve toplumsal sınıf atlama gibi imkanlara sahip olmuşlardır. Daha fazla genci küçük yaşta spora başlamaya teşvik etmişlerdir (Başer, 1998a).

Kişinin maddi geliri ve hayat standardı spora yönelmesini etkileyen önemli faktörlerdendir. Kişinin maddi gücü var ise spora ayırdığı zaman ve bütçe spordaki yaşam tarzını belirler. Akandere ve arkadaşlarının erkek maratoncularda sosyal çevrenin ve gelir düzeylerinin spora yönelmede etkili olup olmadığını belirleyebilmek amacıyla yapmış oldukları araştırmalarında, spor yapanların gelir düzeylerinin performanslarında etkili ve önemli olduğunu, özellikle dar gelir seviyesindeki sporcuların uluslararası yarışmalarda dereceye giremedikleri, buna rağmen spor harici başka bir meslek ile uğraşmayan sporcuların uluslararası müsabakalarda daha başarılı oldukları görülmüştür (Akandere vd., 2009).

2.4.3. Psikolojik İhtiyaçlar

Psikolojide ihtiyaç, kişinin gelişimi ve çevresi ile uyumunu sağlayan gereken önemli koşulların yetersizliği olarak ifade edilmektedir (Konter, 1996).

Maslow (1943)'a göre, insanlar ilk olarak ihtiyaçlar hiyerarşisinin alt basamağında yer alan temel ihtiyaçlarını karşılamaya yönelirler. Alt basamaklardaki gereksinimler giderildikten sonra bir üst basamağa yönelik davranışlar ortaya çıkar. Sporcuların kendi potansiyellerini tam anlamıyla kullanabilmeleri için temel gereksinimlerin giderilmesi önemlidir. Temel ihtiyaçların karşılanmasıyla kişiler kendi potansiyellerinin farkına varırlar ve kendini gerçekleştirme süreci başlar. Bu süreçte merak duygusu, öğrenme ve anlama hissi, estetik ve yaratıcı olma gibi ihtiyaçlar en üst ihtiyaç olan kendini gerçekleştirme olarak kabul edilir. Büyük ölçüde ihtiyaçları karşılanan kişi, sonucunda kendini gerçekleştirme, tüm yaratıcı yeteneklerini ortaya koyma ve bunları en üst performansta geliştirmek ister (Koç, 1994).

Kendini gerçekleştirme, kişinin belirlediği hedefe ulaşması ve başarıma aidiyet duygusuna ulaşması anlamını taşır. Kişi, mesleği olan alanda başarılı biri olmayı isteyebilir. Resim ile ilgileniyor ise, tabloları satılan bir ünlü müzik ile uğraşıyor ise, sesi-bestesi-çaldığı enstrümanı ile son derece başarılı bir müzisyen olmayı isteyebilir. Bu kuram çerçevesinde sporcu ilgilendiği spor dalında ulusal ve uluslararası düzeyde başarı elde etmiş birçok kesimin tanıdığı, kazandığı madalyalarla ülkesinin gurur duyduğu bir insan olmayı arzulanabilir (Koç, 1994).

Buradan hareketle, psikolojik ihtiyaçlar insanlar arasında farklılık göstermektedir. Bunun içindir ki bireylerin spora yönelme ve devamlılığında psikolojik yönden rahat ve mutlu olmalarının spor yaşamlarında da önemli bir rolü olduğunu söylemek mümkündür (Kuşan, 2014). Buradan hareketle başarı ve rahatlığa psikolojik faktörlerden biri olan motivasyon kavramı ile ulaşabilecektir.

2.5. Motivasyon Kavramı ve Çeşitleri

1880’li senelerin başında öncelikle ruh bilimcilerin kullanmış olduğu motivasyon kavramı, latin dilinde “movare” sözcüğünden türemiştir. Açıkçası motivasyon kavramı kişinin davranışlarının özüne dayanır. Motivasyon daha sonra İngilizce’de kullanılan motive kelimesinden Türkçe’ye geçmiş olup, arzu, istek, harekete geçme ve teşvik etme vb. anlamlarda kullanılır (Ruthankoon ve Ogunlana, 2003).

Güdülenme ya da motivasyon, kişilerin bir amacı gerçekleştirmesi için bireysel arzu ve istekleri ile uyguladıkları davranışları kapsamaktadır. Bireylerin talep edilen yöne doğru davranışsal hareket etmesi hususunda teşvik edilen kendisinden ya da çevredekilerden kaynaklanan çeşitli güdü ve güdüler topluluğuna motivasyon denir. Motivasyon takım ya da bireyin taleplerini tümüyle kapsayacak bir ortam var ederek kişilerin faaliyete başlaması amacıyla diğerini teşvik etme ve etkileme sürecidir (Küçükahmet, 2000).

Motivasyon kavramı iş dünyasında başarıyı yakalamada önemli bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Herhangi bir kurumun başarısının, kurum çalışanlarının başarılı performansı ile sıkı bir şekilde bağlantılı olduğunu söylemek mümkündür. Her kurum iş gücünü rekabet avantajını belirleyen kilit bir unsur olarak görmektedir (Sihag, 2016). Bu nedenle, hızla değişen ve karşılaştırmalı iş dünyasında kurumlar, eldeki çalışan sayısını en üst düzeye çıkarmak için ellerinden geleni yapmalıdır. Bu zorlu hedefe en iyi şekilde, çalıştıkları kurumun genel hedefi için birlikte emek veren, motive olmuş çalışanlar sayesinde

ulaşılabilir (Sihag, 2016). Ayrıca, motivasyonun yetenekleri elde tutma ve performans açısından önemli bir faktör olduğu düşünölebilir.

Motivasyon son dönemlerde genel psikolojinin olduğu kadar spor ve egzersiz psikolojisinin de temel konularından biri olmuştur. Kişilerin sağlıklı yaşam için ya da performans artırma amacı ile bedensel faaliyetlere katılım konusunda psikolojik yönden etkisinin fazla olduğu görölmüştür (Abakay, 2010). Sporda performansı verimli bir şekilde elde etmek için sporcunun, fiziksel-fizyolojik yönden güçlü olduğu kadar psikolojik yönden de güçlü ve hazır olması gerekmektedir (Konter, 1998). Motivasyon kavramına genel anlamda bakıldığında, insan organizmasını davranışlara sürökleyen, davranışların şiddetlerini ve enerji düzeylerini tayin etmeyi, davranışları bazı yönlerle sevk etmeyi ve bunların devamlılığını sağlayan çeşitli iç ve dış nedenlerini barındıran, bunlara ait çalışma mekanizmalarını kapsayan kavram olarak nitelendirilir (Arkonaç, 1998).

2.5.1. İçsel Motivasyon

İçsel motivasyon, bir aktiviteyi veya bir işi yapan kişinin yapılan faaliyeti dikkat çekici bulması veya faaliyetten zevk duyması veya doyum almasıdır. Oysaki kişinin yapmış olduğu işi ve bu işten doyunluğa ulaşması arasındaki köprü vazifesini gören dışsal motivasyondur. İçsel motivasyonda doyum çalışmanın özünden doğmakta iken dışsal motivasyonda doyum, maddi ve sözlü ödöller gibi dışsal faktörlerle oluşmaktadır (Gagne ve Deci, 2005).

Kişinin yapılan faaliyette doğal şekilde doyum alma durumuna içsel motivasyon denir. İçsel motivasyonu olan kişi için dışarıdan ödöl veya baskıdan daha çok yapılan aktivitenin ilgi çekici ve eğlendirici olması önem arz eder. Kişiler doğuştan itibaren merak ve keşfetme duygularıyla dışarıdan gelen teşviklere ihtiyaç duymadan davranış gösterirler. Bu doğal motivasyon meyili kişinin zihinsel, sosyal ve ruhsal gelişiminde fazlasıyla önem arz eder. Kişinin bilgi ve becerileri, doğuştan var olan ilgilerine paralel olarak yaptığı aktiviteler aracılığıyla gelişim gösterir. Yenilikçi olmak, faaliyetleri benimsemek ve gerçekleştirmek yalnızca doğuştan itibaren sınırlı değildir. Ancak performans, kalıcılık ve yaşamın belirli dönemlerinin iyi olma durumu açısından insan organizmasının önemli bir belirleyici faktörüdür (Ryan ve Deci, 2000a). İçsel olarak motive olmuş kişi, ödöl ya da zorlanma gereği duymadan, kendi özgür ve hür iradesi ile faaliyetlerini gerçekleştirir (Deci vd., 1991).

Kişiler çeşitli davranışlar için içsel motivasyona gereksinim duyabilirler. Kişinin hangi davranışı için içsel motivasyona gereksinim duyacağını bilmek güçtür. Çünkü içsel motivasyon, kişi ile yapılan aktivite arasında gerçekleşmektedir. Kişi için bir davranış içsel motivasyondan kaynaklı bir şekilde gerçekleşirken, diğer kişi adına içsel motivasyondan kaynaklı olarak gerçekleşmeyebilir (Ryan ve Deci, 2000a). Bilişsel değerlendirme teorisi kapsamında içsel motivasyonu belirleyen en önemli faktör olan sosyal medyanın ve çevrenin kişinin ana ruhsal gereksinim doyumuna ulaşması veya geriye set vurulması ile içsel motivasyonun artacağı veya azalacağı ileri sürülmüştür (Ryan ve Deci, 2000b). Ceza verilmemesi için hassas davranılır ki bu faktörler de dışsal motivasyonla yakından ilişkilidir ve bu kavramla açıklanabilir.

2.5.2. Dışsal Motivasyon

Motivasyon kavramı, bireylerin bekleme ve ihtiyaç, amaç ve davranış gibi faktörleri içeren bireylere öz performansı ile ilgili bilgi verilmesi konularını kapsar (Koçel, 2010). Başka bir deyişle motivasyon belirli bir hedefe yönelmede teşvik, enerji ve bir aktivitenin devamlılığı (Atkinson, 1964) olarak tanımlanmaktadır. Dışsal motivasyon, yapılan eylemin sonucu için gerçekleştirilen bir motivasyon türüdür. Kişi yapılan davranışı, sonuç odaklı sergilemektedir (Deci vd., 1991).

Kişinin çocukluk dönemindeki davranışları daha çok içsel motivasyonla gerçekleşir. Ancak gelecek dönemlerde çevresi ile olan ilişkilerinde toplumsal kuralları anlamaya başlaması, kişinin içsel motivasyon ile gerçekleştirdiği davranışlarında azalma eğilimi göstermesi ve bu kurallara uygun davranışlar sergilemek zorunda kalması durumuyla karşılaşır. Böylece kişi, içsel doyumdan ziyade, ödül almak veya ceza almamak için davranış gösterir ki bu faktörler de dışsal motivasyonla ilişkilidir (Deci ve Ryan, 2000).

Dış Düzenleme

Bu tür motivasyon genellikle literatürde görüldüğü gibi dış motivasyona karşılık gelir. Yani, maddi ödüller veya başkaları tarafından dayatılan kısıtlamalar gibi dış kaynaklar tarafından kontrol edilen davranışı ifade eder. Antrenörlerinden övgü almak için spora katılan ya da ebeveynleri tarafından desteklenmesi gerektiğini düşünen sporcular dış düzenlemelerle motive olurlar. Bu durumda, spor eğlence için değil, ödüller (örneğin övgü) elde etmek veya olumsuz sonuçlardan (örneğin ebeveynlerden gelen eleştiriler) kaçınmak için yapılır (Deci ve Ryan, 1985).

İçeri Alma

İç yansıtım ile dış motivasyon kaynağı, davranışı başlatmak için varlığına artık ihtiyaç duyulmayacak şekilde içselleştirilmiştir. Bunun yerine, bu davranışlar suçluluk veya kaygı gibi iç baskılarla güçlendirilir. Estetik nedenlerle iyi durumda olmaları için baskı hissettikleri ve en iyi formda olmadıklarında utanmış veya utanç duydukları için spora katılan sporcular, içe dönük düzenlemenin bir örneğini temsil ederler (Akbaba, 2006).

Tanımlama

Bu son dışsal motivasyon türü, bireyin kendi davranışını sürdürmesi ya da davranışını önemli olarak değerlendirmesi ile geldiği noktada seçimleri dışında kaldığı zaman, görevi dışarıdaki nedenlerle yürütülür. Bununla birlikte, ödül hakkında karar vermek için daha fazla özerkliğe ve yeterliliğe sahiptir. Etkinlik hala dışsal nedenlerle (örneğin kişisel hedeflere ulaşmak için) gerçekleştirilmektedir; ancak, dahili olarak düzenlenir ve kendi kendini belirler. Spora katılımları dolayısıyla kendilerini iyi hisseden bireyler, bir kişi olarak büyümelerine ve gelişimlerine katkıda bulunurlar spora katılan bireyler tanımlanan motivasyonun bir örneğini temsil ederler (Aslan ve Doğan, 2020).

Son motivasyon biçimi, öğrenilmiş çaresizlik kavramına oldukça benzemektedir (Abramson vd., 1978). Yani, motive olmuş bireyler eylemleri ile eylemlerinin sonuçları arasındaki olasılıkları algılayamazlar. Yetersizlik ve kontrol eksikliği duygularını yaşarlar. Ne içsel olarak motive edilmiş ne de dışsal olarak motive edilmişlerdir. Sporcular böyle bir durumdayken, artık antrenman yapmaya devam etmelerinin iyi bir nedenini kendilerine açıklayamamaktadırlar. Sonunda sporu bırakmaya bile karar verebilirler (Deci ve Ryan, 1985). Son on yılda, Deci ve Ryan (1985)'ın motivasyon yaklaşımı önem kazanmıştır. Çünkü farklı motivasyon türleri önemli psikolojik sonuçlarla (öğrenme, performans) ilişkilendirilmiştir ve teorileri bu farklı motivasyon türlerinin belirleyicilerini tanımlamaktadır.

2.5.3. Yeterli Motivasyon

Yeterli motivasyon sporcunun motivasyon düzeyinin doyumluğa ulaştığı aşamadır. Yeterli motivasyonda sporcu kendini yönlendirme, müsabaka öncesi ve sonrasındaki duygularını kontrol altında tutma becerilerini gösterir.

Sporcunun psikolojik ve fizyolojik açıdan müsabakaya hazır olma durumuna yeterli motivasyon denir. Yarışma için yeterli enerjisi oluşmuştur ve stresiyle başa çıkabilir (Başer, 1998a).

2.5.4. Yetersiz Motivasyon

Psikolojik olarak sporcunun, motivasyon düzeyinin düşük ve isteksiz olması durumuna yetersiz motivasyon denir. Bu durum aşağıda maddeler halinde sıralanmıştır:

- ✓ Sporcu veya takımın ulaştıkları başarıda doyumluğa ulaşması,
- ✓ Müsabakanın küçük görülmesi,
- ✓ Rakibin fazla kuvvetli olması sebebiyle sporcu veya takımın mağlubiyeti en başından kabul etmesi,
- ✓ Rakibin daha zayıf olmasından dolayı küçük görülmesi.

Belirtilen bu etmenler, sporcu veya takımın motivasyon seviyesini düşürür. Bu etmenlerin sonucu ise “başlama (start) tembelliği” durumunu oluşturur. Yetersiz motivasyon kavramında sporcunun güdülenme seviyesi düşüktür. Motivasyonsuzluk, antrenman ve müsabakalarda baş gösterir niteliktedir. Sporcunun spor ile arasındaki ilişkisinde duyarsızlık, isteksizlik ve umursamazlık durumu üst seviyede kendini gösterir (Başer, 1998a).

2.6. Motivasyon Süreci

Motivasyon sürecinde hem zihinsel hem de duygusal faktörler etkilidir. Sporcunun açlık-tokluk durumu, vücudun su ihtiyacı, uyku gibi temel gereksinimler veya sosyal etkileşim, öz saygı gibi kişisel yansıması olan güdüler, fiilin nesnel şartlarıyla olan ilişkileri sayesinde sporculara somut bir içerik kazandırır (İkizler ve Karagözoğlu, 1997).

Motivasyon kişisel bir durumdur. Bir kişiyi motive eden faktörler başka bir kişiyi motive etmeyebilir. Motivasyon sadece insanların davranışlarında gözlenmektedir (Kantar, 2013). Bireylerin gündelik hayatlarındaki davranış hızı, şiddeti ve sürekliliğini belirleyen etkenler, kişiyi içten ve çevreden gelen faktörler olarak etkilemektedir (Akbaba, 2006). Motivasyon süreci birey açısından incelendiğinde öğrenmeyi kolaylaştıran ve başarmayı etkileyen özellik neticesi olarak büyük bir önem taşır (Demir ve Budak, 2016). Güdülenme, kısaca kişiyi çalışmaya sevk eder, çalışma için kişiyi harekete geçirir ve motive etme anlamlarını ifade eder. Motivasyon “kişilerin belirli bir amacı gerçekleştirmek üzere kendi arzu ve istekleri ile davranmaları” şeklinde de tanımlanabilir (Koçel, 2003). Bu tanımlardan

yola çıkararak motivasyon teriminin temelinde davranışı tetikleme, yönlendirme ve sürdürme özellikleri vardır (Kantar, 2013).

2.7. Motivasyon ve Sporcu Motivasyonu

Motivasyon, bireylerin performansını artırmasını sağlayan temel yapı taşıdır. Whetten ve Cameron'a göre yüksek motivasyon seviyeleri sporcuların iyi performans göstermelerinde önemli derecede etkilidir (Whetten ve Cameron, 1995).

Dolayısıyla da “Sporda Motivasyon”un gücü oldukça önemlidir. Motivasyon gücünün düşük olduğu durumlarda başarısızlık kaçınılmaz bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır. Birçok insan doğası gereği huzuru arama eğilimi gösterirken huzursuz ortamlardan da haliyle kaçınma eğilimi gösterir. Arama ve kaçınma eğilimi motivasyonun içeriğinde mevcut olan bir durumdur. Hangi eğilim daha baskın olursa ona yönelik güdü ve dürtüler ortaya çıkmaktadır. Buna göre; başarı motivasyonu başarılı olma veya başarısızlıktan kaçınma güdüsü ile ilişkiliyken, arkadaşlık güdüsü ise saygınlık kazanma veya reddedilmekten kaçınma şeklinde ortaya çıkmaktadır (İkizler ve Karagözoğlu, 1997).

Daha iyisine ulaşma ve yüksek performans gösterme isteği içinde olan yüksek motivasyonlu sporcular, tutkulu ve kendine güvenen sporcular olurlar. Takım ruhunu taşıyan, grup arkadaşlarıyla kaynaşan, bütünleşen ve grubun hedeflerine doğru mücadele eden faktörler sporcuları mutlu etmektedir (Gibson vd., 1997).

Sporcunun çalışmaları sonucunda başarısı ve performansına birebir etkisi olan en önemli faktör belirleyicilerinden biri sporcunun güdülenmesidir. Bu bağlamda takımın başındaki antrenörlerin motivasyonun sporcu üzerindeki önemi hakkında feraset ve bilgi sahibi olması, antrenmanlarda ve müsabakalarda belirledikleri motivasyon taktik ve tekniklerini uygulamaları çok önemlidir. Bununla beraber sporcunun kendi motivasyonunu anlaması ve durumu yönetmesi oldukça karmaşık bir süreç içinde gerçekleşir (Schneider ve Baker, 2006).

Kişiyi sportif faaliyetlere sevk eden nedenler motivasyon kuramıyla benzerlik gösterir, fakat spora yönelmenin nedenleri motivasyona bağlı olarak açık veya örtülü bir şekilde kişiden kişiye değişiklik gösterir. Başer (1998a)'e göre kişilerin bazı durumlarda akıllı güdülenmeyle akılsız güdülenmesi birbirleriyle uyumlu olmayabilir, bu uyumsuzluğun fark edilmesi önem arz etmektedir (Başer, 1998a). Buradan hareketle:

Kişinin sportif faaliyetler yapmasını sağlayan nedenler şunlardır:

- ✓ Ebeveynlerin sportif faaliyetlerle uğraşması,
- ✓ Aidiyet duygusuyla bir gruba katılıp toplumsal statü elde etmesi,
- ✓ Sportif faaliyetlerde becerikli görüldüğü için hocası tarafından mecbur bırakılması,
- ✓ Hayata bakış açısı ve fikirlerinin sportif faaliyetlerde bulunması,
- ✓ Hedeflerine ulaştığında güzel yerler keşfetme isteği,
- ✓ Grup üyelerini mahcup etmeme gayreti,
- ✓ Hedefe ulaşip milli duyguları en üst noktaya çıkarma arzusu,
- ✓ Maddi anlamda refaha kavuşması,
- ✓ Haz duygusuyla spora yöneldiği ve bunu devam ettirdiğindeki öz mutluluğu (Başer, 1998a).

2.8. Sporda Motivasyon ve Çeşitleri

Spor; bedensel, ruhsal ve toplumsal boyutu ile kendi uhdesinde gerçekleşen başlıca bir olgudur. Motivasyon terimi, spor eylemlerini içerisinde barındıran bütün kesimlerin arzu ve beklentilerini karşılamaktadır (Koç, 1994). Performans ve motivasyon sporda başarıyı tetikleyen en önemli iki faktördür. Motivasyon düzeyinin azalan bir durumda başarısızlık ile sonuçlanması kaçınılmazdır (İkizler ve Karagözoğlu, 1997).

Spor dünyası, günden güne gelişim göstererek yüksek kitlelere hitap eden sevilerek takip edilen uğraşı boyutu haline gelmiştir (Koç, 1994). Dolayısıyla sporcu, antrenör, antrenman bilimcileri, spor psikoloğu ve sporla ilgilenen bireyler, kurum ve kuruluşlar sporda hedefe ulaşmak için yoğun emek sarf etmektedirler. Belirli aralıklarla sporcuların yüksek performanslarını ortaya koyduğu maçlar, müsabakalar ve turnuvalar düzenlenmektedir. Sporun milletlerarası propaganda aracı olarak görülmeye başlanması, spordaki çekişmeyi artırmış ve sporcuların hedefe ulaşması için daha çok gayret göstermesini teşvik etmiştir (Türkmen, 2005).

Spor organizasyonlarındaki kişilerin davranış biçimleri motivasyon kavramı içerisinde incelenmektedir. Öncelikle sporcu, “hareket etme” ihtiyacını karşılamak ister (Koç, 1994). Spor yapmak için gelişmiş bir iskelet ve kas sistemi, hareketlerin kavranabilmesi için beceri koordinasyon, psikolojik ve fiziksel engellemelere karşın başarıma duygusu oluşur. Başarısızlık durumunda ise yapılan işe devam etme, bireyin var olan kişilik özellikleri ile antrenmanı birleştirmesiyle birlikte yeterli motivasyona ihtiyaç duyulmuştur (Horst, 1976).

Belirli kuralları kapsayan disiplinli ve uyum içerisinde uzun vadede yapılan spor hareketleri, organizmada pozitif büyümeyle birlikte gelişim sağlamaktadır. Spor hareketleri sayesinde kas, iskelet, solunum ve dolaşım sistemleri daha verimli çalışarak vücuda fayda sağlar. Başarı ve hedefe ulaşmak isteyen sporcuların kendilerine öz yeterlilik ölçeği geliştirmeleri gerekmektedir. Başarmak için belirlenen hedefe giden sporcu, üst başarı sınırını aştığında veya bu hedefe ulaştığında, artık başarıyı yakalamak için fazla çaba göstermeyebilir. Sporcu, başarıma ümidi ile başarısızlık fobisi arasında kendine göre bir denge belirler. Herhangi bir spor dalında ya da bir müsabakada düşük başarı, sporcu açısından yeterli görülebilir. Farklı alanlarda, farklı bir müsabakada ise normal düzeydeki bir başarı onun için başarısızlık olarak ifade edilebilir. Açıkçası sporcu bulunduğu ortama göre kendi başarı çizgisini kendisi belirlemektedir (Mungan, 1995).

2.8.1. Genel Spor Motivasyonu

Genel spor motivasyonunun temelini; takdir görme, arkadaş edinme ve sosyal çevre gibi toplumsal ihtiyaçlar oluşturur. Her bireyin özellikle genç grubun sosyal ve ruhsal ihtiyaçları farklılık gösterir. Bu ihtiyaçların anlamlı bir sınıflandırmasını yapmak çok güçtür. Çünkü aile yapısı ve sosyal çevreden gelen bazı değer ölçütleri genç bireyin motivasyonunu etkilemektedir. Ülkelerde tercih edilen spor dalları, toplumsal düzeyde spora verilen önem, ailelerin spora bakış açısı, hatta sevdiği kızın tuttuğu takım bile genç bireyi etkileyebilir. Öz ifadeyle genç bireyi spora yönlendiren psikolojik ve sosyal ihtiyaçlar şöyle sıralanabilir (Başer, 1998a).

Etkin olma arzusu

Her insan özellikle gençler, yaşı itibarıyla kendisinde var olan yüksek düzeyli enerjisini düzenli şekilde sporun sayesinde deşarj etme ve boşaltma eğilimindedir.

Kendini bulma

Kişi yaşamındaki eksik bulduğu yönlerini veya bulunmuş olduğu sosyal ortamdaki başarısızlıklarını spor ile telafi etmek için spora yönelme ihtiyacı duyabilir. Birçok insanda kendini keşfetme, deneme ve bulma ihtiyacı var olur.

Kendini anlatma, kanıtlama

Toplumda kişinin kendini anlatma ve kanıtlama ihtiyacını en kolay gidermesi spor yolu ile gerçekleşir. Spor bunun yanında genç sporcuya, sosyal ortama ve kurallara göre hareket etme, sağlıklı ilişkiler kurma ve kendini bulma gibi sosyal özellikler kazandırır.

Tanınma, ün kazanma gereksinim

Her yaş ve bireyde var olan tanınma ve ün kazanma ihtiyacı özellikle genç bireylerde en kolay spor yolu ile karşılanabilir.

Prestij, üstünlük sağlama gereksinimi

Sporun kişiye kazandırdığı fiziksel güç, motor beceri, çalışma disiplini, öz saygı, bir topluluğa üye olma hissi, artan yaşam tutkusu gibi özellikler genç bireyin başarısını ve buna bağlı olarak toplumdaki prestijini artırır.

Egemen olma arzusu

Genç bireyin kendisine ve çevresine egemen olma isteği en kolay ve sosyal şekilde spor ile gerçekleşir.

Macera hevesi

Çoğu kişilerde var olan macera hevesi ve isteği, seçilen spor branşının özelliklerine göre en kolay spor yoluyla doygunluğa ulaşmaktadır. Dağcılık, paraşütle atlama, otomobil yarışçılığı gibi gerçek bir hayati tehlike arz eden spor branşları, sporun her dalına macera hevesi kazandırır. Bu sebeple macera hevesinin en güzel ve kişisel doyuma ulaşması ancak spor yolu ile elde edilir.

Bir karar verme halinde olma arzusu

Sporcu, spor yapmaya başladıktan sonra antrenmanlara katılmaya, müsabakaya gitmeye ve müsabaka esnasında karşılaştığı olaylara uygun davranışlar göstermeye kadar özgür bir şekilde karar verme eğilimindedir. Bu durum, böyle bir gereksinimi olanlar için yeterli bir motivasyon şeklidir (Başer, 1998a).

2.8.2. Özel Spor Motivasyonu

Özel spor motivasyonu tamamıyla biyolojik içerik barındıran; sağlıklı olma, oyun oynama, hareket ederek rahatlama, yüksek kondisyon ve yeterli güce sahip olma güdülerinden kaynaklanmaktadır (Başer, 1985). Özel spor motivasyonu spor yapan kişilerin yaptıkları spor aktivitelerine göre çeşitlilik gösteren motivasyon faktörleri olarak da söylenebilmektedir. Başarılı olma arzusu, zorluklarla mücadele, gelişim gösterme ve ilerleme isteğine başarı güdüsü denir (Güney, 2000). Başarı güdüsünü oluşturan başarıma ihtiyacı, sporcuda üst düzey performansını gösterme ya da rekabet durumunda başarıma arzusu olarak tanımlanabilir (Özerkan, 2004). Başarma isteğinin büyüklüğü bireylerin

davranışlarını ve bunu takiben bir kısım şartlara endeksli olarak da başarısını etkiler niteliktedir. Şüphesiz, genç bireylerin çoğunluk kısmı başarılı olma isteğindedir ve hedefe ulaşmada gayretli bir şekilde çaba gösterirler. Fakat insanların başarı motivlerinin gücü farklılık göstermektedir. Bu farklıklar kalıcı olabilir; örnek olarak başarıyı yakalamak için çok çalışan çocuklar, ilerleyen zamanlarda genellikle buna motive olmuş yetişkin bireyler olarak karşımıza çıkabilirler (Michael vd., 2001).

İnsanların değişmekte ve gelişmekte olduğu günümüz dünyasında her birey başarılı olmayı arzulamaktadır. Bu arzu kiminde güçlü, kiminde zayıf olmasına rağmen başarılı olma hedefi güden olgu olarak karşımıza çıkmaktadır (Özkalp, 1997). Özel spor motivasyonu gereksinimleri şöyle sıralanabilir;

Güç Gösterme Arzusu

Kişi kendi davranışlarını bağımsız ve dilediği gibi yapma arzusu içerisindeyken buna rağmen farklı insanların hal ve hareketlerini denetime tabi tutarak kontrol altına almak ister ve bu durum güç gösterme güdüsünü tanımlar. Kişinin objektif ve subjektif çevresi ile olan bağında her türlü duygulanma hislerini ellerinde bulundurma ve bunların aracılığıyla çevrelerine egemen olma isteklerini belirtir (Eroğlu, 2000).

Ait Olma ve Sevgi Görme Arzusu

İnsanoğlu sevmek, sevilme ve bir gruba ait olma ihtiyacına gerek duyar. Örneğin bebek doğduğunda sevgi ile büyürse çevresindekilere karşı sevgi gösterebilir. Bireyler bir ailenin üyesi olma, farklı kişilerle ilişkiler geliştirme ve yakınlık kurma ihtiyacı duyarlar (Baumann, 1994). Ait olma ve sevgi görme arzusu, bireylerin farklı kişilerle ilişki kurmasını ve onlarla bir arada bulunmasını sağlar. Bu kavram, sosyal hayattaki bazı faaliyetlerden kişinin hoşnut olmasıyla kendini gösterir. Bir sinemada, tek başına film izlemek ile toplu şekilde film izlemek arasında fark vardır. Motivler, toplumdan topluma, kültürden kültüre değişiklik göstermektedir (Binbaşioğlu, 1992).

Ait olma ve sevgi kavramları üzerinde araştırmalar yapan bilim insanlarına göre sevgi, ne özgün bir kişiye olan bağlılık, ne de belirli bir sevgi nesnesine yönelen tavidir. Sevgi, “tüm dünyaya karşı bağlılığı belirleyen bir karakter yönelimidir”. Potansiyel olarak, sevginin nesnesi her şeydir. Ancak bireylerin bağlılık ve sevgi gereksinimlerinin önemli bir kısmını; aile ve akraba çevresi, eğitim kurumları, üyesi bulundukları dernek ve kuruluşlar, çalışma hayatını sürdürdükleri iş ve çevresi gibi faktörler oluşturur. Dolayısıyla bu faktörler

bireylerin ait olma ve sevgi ihtiyaçlarını tatmin ettikleri yerler olarak belirlenir (Eroğlu, 1996).

Kendini emniyette hissetme arzusu

Kişinin uhdesinde olan birçok şeyi elinde tutma ihtiyacı bu güdüyü ortaya çıkarmaktadır. Kişi istikbalinin de en az geçmişi kadar iyi olacağından emin olma arzusu içerisinde (Baysal vd., 1996). Sosyal güvenlik, çevresi tarafından sevilen ve beğenilen biri olma arzusu gibi kendini göstermektedir. Sevilme duygusu en önemli gereksinimlerden biridir. Özellikle küçük çocukların davranışlarında bu gereksinimin belirtileri açık olarak görülmektedir ve fizyolojik olarak bu durum kişilerle bağ kurmasını sağlar. Bebeklerin aile içerisinde en fazla anneye ilgi duyması ve araması, başka nedenler yanında biraz da bebeklerde oluşmaya başlayan güven duygusunun bir sonucudur (Eroğlu, 1996).

2.9. Sporda Motivasyon Kuramları

2.9.1. Hedefi Gerçekleştirme Kuramı (Achievement Goal Theory)

Hedefi gerçekleştirme kuramında, spor yapan kişinin başarı düzeyini incelemek için temel başarının önemi vurgulanır (Doğan, 2005). Bu kuramı ilk kez Nicholls (1984) ortaya çıkarmış ve kullanmıştır. Başarı hedefi ego yönelimli (ego involvement) ve görev yönelimli (task involvement) olmak üzere ikiye ayrılır (Tiryaki, 2000).

Ego yönelimli olan başarı hedefindeki sporcular, müsabaka ortamında ilgili olarak kendisi ile rakibinin becerisini karşılaştırır. Dolayısıyla sporcu başarıya ulaşırsa kendisini becerikli ve yetenekli, başarısız olursa beceriksiz ve yeteneksiz olarak görmektedir. Ancak hedeflenen başarı kazanımının bizzat yetenekle mi yoksa çalışmayla mı olduğu açık değildir (Tiryaki, 2000).

Görev yönelimli başarı hedefinde ise, sporcular hedeflerini öz performanslarına dönük belirlemektedirler. Bu yönelimdeki sporcular, kendilerini diğer sporcular ile karşılaştırmazlar. Burada önemli olan öz performanslarıdır. Sporcular daha önceki müsabaka dönemlerinde ve şu anki müsabakalarında performans düzeylerini kıyaslama yaparlar. Bulunduğu durumdaki performans düzeyi daha iyi durumda ise, kendilerini başarılı tanımlarlar. Rakibin kim olduğu ya da bulunduğu seviye önemli değildir ve bununla beraber rakibin kimliği baskı oluşturabilecek unsur olmaktan uzaklaşır (Doğan, 2005). Hedefi gerçekleştirme kuramında, antrenörün sporcuyu motive etme durumunda yapması ve yapmaması gereken davranışlar aşağıda belirtilmiştir.

Antrenörlerin yapması gereken davranışlar:

- ✓ Sporcuya göre başarı ya da başarısızlık durumu nedir anlamaya çalışın ve psikolojik yönden hislerini kavrayın.
- ✓ Sporcunun bir iş veya verilen görevde söz sahibi olmasına ve ustalık derecesine ulaşmasına yardım edin.
- ✓ Yenme veya yenilmekten daha çok sporcunun kendi performansına yönelik kararlar almasına yardım edin.
- ✓ Her sporcunuz için bireysel hedef belirleyin ve bu hedeflere ulaştığı zamanlarda onları ödüllendirin.
- ✓ Her sporcunun, yeteneklerini gerçekleştirmesine izin verin ve kendilerini oyun içinde göstermelerine fırsat tanıyarak yardımcı olun.

Antrenörlerin yapmaması gereken davranışlar:

- ✓ Sporcu gruplarınızdan yalnızca başarılı olanları ödüllendirmeyin.
- ✓ Sporcular arasında iyiden kötüye doğru bir sıralama yaparak kıyaslama yapmayın.
- ✓ Sporcularınız arasından yalnızca en iyi olanı seçmeyin (Tiryaki, 2000).

2.9.2. Yükleme Kuramı (Attribution Theory)

Yükleme kuramını kuran kişi Heider, gelişmesini sağlayan kişi ise Weiner'dir. Yükleme kuramı, motive olmanın bilişsel kuramı olarak da bilinmektedir. Weiner'e göre başarı ve başarısızlık ile ilgili yüklemeler üç farklı boyutta sınıflandırılmaktadır. Bu sınıflar, içsel ve dışsal, tutarlı ve tutarsız, kontrol edilebilir ve kontrol edilemez olan yüklemelerdir (Tiryaki, 2000).

Kazanan sporcular genelde kazanma sebeplerini kontrol edilebilir, içsel ve istikrarlı sebeplere bağlarken; kaybeden sporcular ise kontrol edilemez, dışsal ve istikrarsız sebeplere bağlamaktadırlar. Kaybedenlerin kaybetme nedenini şansa bağlamaları onların hemen hemen hiç sorumluluk almadıklarını göstermektedir (Kuru, 2000).

2.9.3. Başarı Gereksinimi Kuramı (Need Achievement Theory)

McClelland, Atkinson ve Lowell (1976)'in modeline göre, başarı güdüsü, başarı faktöründen birini temsil eden kişinin oldukça istikrarlı yatkınlığı olarak ifade edilebilir. Başarı motivasyonları, başarıyı dürtüleyen ve kişiyi başarıya ya da başarısızlığa yönlendiren genel, etkin bir tabanlı eğilimi ifade eder. Başarı motivasyonu, kişilerin diğer başarı hedeflerine yatkın olmalarını ve başarısızlıktan korkmamalarını gerektirir. Bundan ötürü,

başarı hedefleri bireyin başarı odaklı davranışlarını etkilemektedir (Neumeister ve Finch, 2006).

Motivasyonun gücü ile başarı arasındaki ilişki sporda önemli bir yere sahiptir. McClelland başarı motivasyonunu, bireyin belirlediği başarı hedefine ulaşması ya da onu aşma çabası olarak ifade etmektedir. Ayrıca yapılan iş sonucunda istenilen başarı düzeyine ulaşılmışsa sporcuda; mutluluk, sevinç, gurur duyma ve bayrağını temsil etme gibi olumlu zafer duyguları ortaya çıkmaktadır. Yapılan iş başarısızlıkla sonuçlanmış ise, sporcuda utanç, kızgınlık ve hayal kırıklığı gibi olumsuz hissiyatlar baş göstermektedir. Başarıya yönelik yapılan işin hedefi, olumlu duygulara erişme ya da olumsuz duygulardan kaçınma olarak görülmektedir (İkizler ve Karagözoğlu, 1997).

Sporun doğasında yer alan yarışma ve rekabet duygusunun, genelde başarı motivasyonundan kaynaklandığı kabul edilir. Başarı gereksinimi kuramının odak noktası, bazı kişilerin başarıya dayalı faaliyetlerde başarılı olmaktan çok yüksek doyum almalarıdır. Fakat burada dikkat edilmesi gereken husus, başarı algısının kişiden kişiye göre değişiklik göstermesidir (Aktaş vd., 2006). Başarı güdüsü, sporcunun ileriye yönelik hedeflerinde beklentilerinin fazlalaşması sonucunu meydana çıkarır. Bir işi başarmış olmaktan ötürü hissedilen haz ve doyum, gelecek dönem başarıları için teşvik eder ve yeni arzular, beklentiler doğurur (Dirmen, 2014).

Başarı ihtiyacında ayrıca iki durumsal etkenden söz edilebilir. Bunlar başarı olasılığı ve başarının teşvik edici değeridir. Başarı ihtiyacı yüksek olan bireylerin, başarı boyutunda, mücadele-gayret göstererek hal ve hareket arayışı içinde oldukları bilinmektedir. Tersî düşünüldüğünde başarı ihtiyacı düşük olan bireylerin başarı boyutlarından, özellikle başarma/başaramama olasılığının yarı yarıya olduğu pozisyonlarda kaçınma eğiliminde bulunmaktadır. Görev seçiminde ise başarı ihtiyacı düşük olan kişilerin ya çok kolay ya da çok zor olanı seçtikleri ifade edilir (Tiryaki, 2000).

Başarı yönelimli kişilerin ortak özellikleri aşağıdaki gibi sıralanabilir:

- ✓ Kişiyi başarıya sevk eden ve başarmanın karşılığında kazanacağı içsel ödül, başarının getirdiği şahsi tatminden oluşmaktadır.
- ✓ Başarıya ulaşmak için aktivite yapan kişi, kendine güven duyarak ve sorumluluk olarak sorunları çözmekten hoşlanır.

- ✓ Hedefe ulaşmak isteyen kişi, başarısızlığın getirebileceği riskleri göz önünde bulundurarak, kendisi için ulaşılamıyacak hedefler yerine orta eğilimli hedefler belirlemektedir.
- ✓ Kişi kendi başarı değerlendirmesini; bulunduğu ortamdan, bağlı bulunduğu kurum ve kuruluşlardan elde edeceği geri bildirimden sağlar. Kişi maddi ödüllerden etkilenmez. Almış olduğu ödülün büyüklüğü başarı derecesinin göstergesi ya da ölçüsü olmaktadır (Eren, 1996).

Bu kuramın merkezi, bir kısım kişilerin yapılan faaliyetlerde başarılı olmaktan üst düzeyde zevk duymalarıdır. Fakat burada dikkat edilmesi gereken husus, “başarı” algısının kişiden kişiye değişeceğidir. Yani her insan kendi başarı davranışını belirlemekle mükelleftir (Tiryaki ve Gödelek, 1997).

2.9.4. Sporda Başarı Motivasyonu Kuramı

Sporda yüksek performansa ulaşılabilmesi için bedensel ve fizyolojik açıdan güçlü olmanın yanı sıra psikolojik açıdan da güçlü ve hazırlıklı olunması gerekmektedir. Spor yapan kişilerin antrenmanlara katılımının yüksek şiddette olması ve uzun süreli devam ettirmelerini sağlayan gücü açıklamak için araştırmacılar birçok kuram öne sürmüşlerdir. Bu kuramlardan birisi de başarı motivasyonu kuramıdır. Başarı motivasyonu kuramı bireylerin bedensel bir faaliyete neden katıldığını, zor olanı başarmak için neden bu kadar emek harcadığını ve bunu neden bu kadar uzun süre devam ettirdiğini açıklamaya çalışmaktadır (Tiryaki, 2000). Spor yapma motivasyonu sporcuyu hedefe ulaştırmada tek başına yeterli gelmez ve motivasyonun daha ilerisi olan başarı motivasyonu düzeyini yüksek tutması gerekir (Arslanoğlu, 2005).

Başarı motivasyonu kuramı, bireylerin bir faaliyete katılım nedenini, zoru başarmada harcadığı emeği ve faaliyetteki devamlılığını açıklamaya çalışmaktadır (Hayashi, 1996). Bu maddeler aşağıdaki gibidir:

- ✓ Programların belirlenmesi (örn., yarışmaya katılımda kendine göre rakip seçmek veya oynamak için daha güçlü ya da daha kolay rakibi seçmek),
- ✓ Başarıya ulaşmak için emek verilen gayretin belirlenmesi (antrenman sıklığı),
- ✓ Belirlenen hedefe ulaşmak için harcanması gereken gayretin şiddetinin belirlenmesi (antrenman yapmadaki isteği),
- ✓ Zorluklara veya başarısızlık durumuna direnç göstermesi (örneğin, her şey kötüye gittiğinde daha çok çalışma veya bırakma gibi) (Aktop, 2002).

Sporda başarı motivasyonu, spor yapan kişinin ileriye dönük taleplerinin artması ile ortaya çıkmaktadır. Bir işi başarmanın sonucunda hissedilen doyum ve haz gelecekte ortaya çıkacak başarı ve kazanımlar için sporcuda arzu, istek ve beklenti doğurmaktadır. Ortaya çıkan bu güdüye, “sporda başarı motivasyonu” ya da “başarı motivasyonu” ismi verilir. Fakat başarı güdülenmesinin gösterdiği gelişim süresinin bağlı olduğu sınırlar vardır. Sporcular yüksek düzeyde bir başarı güdülenmesi geliştiremez. Zeka düzeyleri ve yetiştikleri sosyal çevresi aynı olan sporcuların, başarı güdülenmeleri farklılık göstermektedir. Sporcunun sahip olduğu beklentilerle yaşamış olduğu olaylar arasında çok büyük farklılıkların görülmesi ve hissedilmiş olması, başarı güdülenmesini negatif yönde etkisi altına alır. Örnek olarak, bir sporcu bazı hareketleri kolayca yaptığı için ona benzerlik gösteren başka hareketlerde başarılı olacağına dair beklenti içine girebilir. Ancak sporcu beklenti oluşturan bu hareketleri uygulayamaz, doğrulayamaz ya da çok düşük bir şekilde doğrular ise ümitsiz bir duruma düşebilir. Eğer başarısızlık sporcularda sıklık gösterirse öğrenilmiş çaresizlik olarak isimlendirilen yılgınlık durumu karşımıza çıkmaktadır (Aktop, 2002).

Sporda başarı motivasyonu, farklı bireyler ile yarışmayı içine dahil edebilir. Sporcunun hedeflediği ölçütlere, geleceğe yönelik beklenti seviyesine ve umutlarına ulaşmak istediği zaman karşılaşılabileceği olası problemleri sporcu kendi öz çabası ile çözmeyi düşünebilir. Böyle durumlarda sporcunun başarı motivasyonu ile hırsı arasında kuvvetli bir bağ bulunmaktadır. Ancak önceden belirlenen ölçütler bir aşamaya kadar diğer bireylerin kazandığı başarılarla da bağlı olabilmektedir. Bu durum sporcuya sosyal ve kültürel çevre ile yansıtılmış olabilir. Genel anlamda sporcunun yaşamında yer alan yakın çevrenin beklentileri ve spora yaklaşım düşünceleri çok büyük etkiye sahip olabilmektedir. Sporcunun kendisine örnek veya rakip olarak gösterilen sporcuların önüne geçebilen sporcu, başarılı olmak için ölçütlerini kendisi seçmemiş ve belirlememiş ise bu durumdan memnun olmaz ve spordan doyum almaz. Çünkü içinde yer aldığı sosyal çevresi için kabul görmek adına spor yapmış olmaktan başka bir duygu ve his sağlayamaz (Mungan, 1995).

Sporda başarı motivasyonu değerlendirme aşamasında üç alt boyutta karşımıza çıkmaktadır. **Güç gösterme güdüsü**; “bireyin prestij sahibi olması, diğer insanlar üzerinde etki yaratması ve başkaları ile karşılaştırıldığında onlardan daha güçlü olma” şeklinde kendini gösterir. **Başarısızlıktan kaçınma güdüsü** ise; “sporcunun yarışmasal ortamlara katılmasını belirleyen faktörler” olarak tanımlanmaktadır. **Başarıya yaklaşma güdüsü**;

“bireyin rekabetin olduğu ortamlardan, başarıyı elde etmek için olumlu etkiler bekleme kapasitesi” olarak tanımlanabilir. Başarıya yaklaşma güdüsünün, sporcunun yarışmasal duruma yaklaşmasındaki içsel motivasyonu ifade ettiği düşünülmektedir (Abakay ve Kuru, 2010).

Gill (1986)’e göre “*başarıya yaklaşma güdüsü, başarı durumlarında gurur yaşama ya da doyuma ulaşma, başarısızlıktan kaçınma güdüsü ise, başarısızlığın bir sonucu olarak utanç yaşama ya da küçük düşme kapasitesi*” olarak belirtilmiştir.

Başarı motivasyonu kuramı, davranışın önemli belirleyicileri olarak hem şahsi hem de boyutsal etkenleri göz önünde bulunduran etkileşimsel bir görüştür. Bu kuramı belirleyen beş unsur; kişilik faktörleri veya güdüler, durumsal faktörler, davranışsal eğilimler, duygusal tepkiler, başarıya ilişkin davranışlardır (Weinberg vd., 1995).

Davranışsal eğilimler, kişilik faktörüne ilişkili olarak pozitif (yaklaşma) veya negatif (kaçınma) olarak ifade edilmektedir. Örneğin “başarıya yaklaşma güdüsü”, “başarısızlıktan kaçınma güdüsünden” yüksek ise, davranışsal eğilim, her durumda pozitif olacak ve sporcu başarıya yakınlaşacaktır. Oysaki “başarıya yaklaşma güdüsü”, “başarısızlıktan kaçınma güdüsünden” düşük ise, davranışsal eğilim, negatif olacak ve sporcu her zaman başarı durumlarından kaçınma eğiliminde bulunacaktır (Gill, 1986). Dolayısıyla başarı ihtiyacı yüksek olan kişiler “başarıya yaklaşma güdüsünde”, başarı ihtiyacı düşük kişiler ise, “başarısızlıktan kaçınma güdüsünde” eğilim göstereceklerdir. Davranışsal eğilimler, başarının teşvik edici değeri ve başarı ihtimal düzeyleri değerlendirilerek tespit edilmektedir (Weinberg vd., 1995).

2.10. Sporda Başarı Motivasyonu ve Performans İlişkisi

Sporcuyu başarıya götüren en ayırt edici özellik performanstır. Performansta amaç iyi olanı ve güzel görüneni yapma kürsüye çıkarak şampiyon olma, ödül kazanımı elde etme olarak da söylenebilir. Sporcularda yetenek seçimi başarıya giden en önemli yoldur. Yeteneği olan sporcular idman sayesinde beceri kazanır. Fakat psikolojik yönden isteği yoksa başarıya ulaşmak güç olur. Şöyle ki psikolojik faktörlerin performans üzerindeki etkisi tartışılmaz bir gerçektir (Başer, 1998a).

Sporda başarı performansı, sadece motor davranışın etkili bir biçimde yürütülmesini değil, aynı zamanda düşünme yeteneğini de geliştirir. Rekabetçi üst düzey sporlar, yönetmelikler ve rakipler tarafından icracıya uygulanan ağır mekânsal ve zamansal

kısıtlamalar ile karakterizedir (Williams, 1979). Bu tür kısıtlamalar altında, bir sporcunun ilgili bilgileri hızlı ve doğru bir şekilde algılama yeteneği karar vermeyi kolaylaştıracak ve motor davranışın hazırlanması ve organizasyonu için daha fazla zaman sağlayacaktır (Houlston ve Lowes, 1993).

Sporcuların, yarışmadan önce zihinsel stratejiler planlarken ve uygularken en iyi spor performanslarını sergiledikleri bilinmektedir. Örneğin, Olimpiyat güreşçileri zihinsel hazırlık tekniklerini kullandıktan sonra maçlarda en iyi performanslarını aldıklarını iddia etmişlerdir. Golfçüler de, maçlardan önce bilişsel güçlendirme stratejileri kullandıktan sonra turnuva oyunlarına daha fazla özgüvenle katıldıklarını bildirmektedirler. Zorlu bir görevden önce olumlu öz beyanların istihdam edilmesinin, teşvik, motivasyon ve öğrenim yardımını kolaylaştırması nedeniyle fizyolojik hazırlığı geliştirdiği düşünülmektedir (Desiderato ve Miller, 1979; Weinberg vd., 1984; Zinsser vd., 1998).

Günümüz spor dünyasında fiziksel uygulama, performansta başarıyı en üst düzeyde yakalamanın tek ana anahtarı olarak görülmüştür. Sporda başarı ve güçlenme fiziksel ve psikolojik faktörlerin aynı anda desteklenmesine bağlıdır (Kajbafnezhad vd., 2011). Başarı motivasyonu ve performans son yıllarda aktif olarak incelenmiştir (Mouloud ve El-Kadder, 2016).

Başarı motivasyonu, bireyin bir konuda başarılı olmak için gayreti, kaybetme ile karşı karşıya gelme durumuna rağmen ısrarcı olması ve kazanmaktan elde edeceği başarı ve zafer duygusuna doğru yönelmesidir. Başarı motivasyonu teorisi, bireyin faaliyete neden katıldığı, neden zor olan şeylerle bu kadar uğraştığı ve bunu neden uzun süre devam ettirdiğini açıklamaktadır (Abakay ve Kuru, 2013). Bazılarımız için, başarıma isteği başarısızlık korkusundan çok daha ağır basar ve başarı motivasyonunun yüksek olduğu söylenebilir. Başkaları için başarısızlık korkusu, başarıma isteğinden daha önemli bir faktördür ve başarı motivasyonunun düşük olduğu söylenebilir. Bu kişilik özelliği motivasyonu etkileyen tek faktör değildir (Mouloud ve El-Kadder, 2016). Bireyin motivasyon düşüklüğünde, başarıma arzusunun yetersizliği ve başarısızlıktan kaçınma da dahil olmak üzere bir dizi faktör vardır (Khan ve Khan, 2014).

Tüm spor dallarının nihai amacı başarı elde etmektir. Rakibe karşı yarışmayı kazanmak, yarışma stresi ve yarışma kaygısının kontrol edilmediği pozisyonlarda sporcunun performansını olumsuz yönde etkilemektedir. Dolayısıyla sporcunun motivasyon düzeyinin yüksek olması ya da düşmesi kendine güvenin tam ya da eksik olması maçın daha

başlamadan skorunu belirlemektedir. Yarışma devam ederken bulunduğu pozisyon içerisinde hedefi, kendi durumunu, takım arkadaşlarının ve rakibin durumunu hızla değerlendirerek doğru hareket etmek zorundadır (Kaya, 2010).

Başka bir ifadeyle başarı motivasyonu başarısızlığa karşı direnç gösterme, verilen görevde başarılı olmak için yoğun çaba harcama olarak ifade edilebilir (Cox, 1990). Başarı motivasyonu yaklaşımının, motivlerin hareketliliği için ana belirleyici kriter olduğu savunulabilir (Roberts, 1992).

Rekabetçilik, değerlendirmede diğerlerinden daha yüksek bir performans seviyesine ulaşma arzusu ve çabası olarak tanımlanabilir. Başarı motivasyonu daha genişir ve sporcuların başarılı olmaya yönelik yatkınlıklarına ve belirli durumların isteklerini, duygularını ve davranışlarını nasıl etkilediğine odaklanmaktadır (Mouloud ve El-Kadder, 2016).

Sporcuların şiddetli antrenman yapmaları ve antrenmanları devam ettirebilmeleri motivasyon kuramları arasında önem arz eden başarı motivasyonu kuramı ile açıklanabilir (Kılınç vd., 2011). Başarı motivasyonu, sporcunun yarışmaya olan uzaklaşma veya yaklaşma eğilimi olarak tanımlanmaktadır. Bu kuram başarıma hırsı terimini de içerir (Kuru, 2000).

2.11. Başarı Motivasyonu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Polga (1999), milli takım seviyesindeki, serbest ve grekoromen Türk güreşçilerinin sosyo-ekonomik yapılarını incelemiştir. Araştırma sonuçları, milli güreşçilerin sosyo-ekonomik durumlarının güreşe başladıkları ilk yıllarda düşük olduğu ve daha sonra kazanılan başarıların verilen maddi ve manevi (para, araba, ev vb.) ödüllerle paralellik gösterdiği şeklindedir.

Er ve arkadaşları (2003) sporda başarı motivasyonunu cinsiyetler açısından araştırmış ve “güç gösterme güdüsünün” bayanlarda daha yüksek olduğu sonucunu bulmuşlardır.

Türkmen (2005) Profesyonel erkek futbolcular ile amatör erkek futbolcuların başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması (İzmir- Manisa örneği) çalışmasında, futbolcuların kulüpten kazandığı para “güç gösterme güdüsü” alt ölçeği ile “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt ölçeği arasında anlamlı fark bulunmuştur. 5.000 TL ve üzeri kazanan futbolcuların “güç gösterme güdüsü” alt ölçeği puanının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Futbolcuların kulüpten kazandığı para “başarıya yaklaşma güdüsü” alt ölçeği arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. 3.000-5.000 TL arası kazanan futbolcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt ölçeği puanının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Aktaş ve arkadaşları (2006) bir çalışmada profesyonel basketbolcularda başarı motivasyonunu cinsiyete göre incelemiş, “güç gösterme güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdüsü” bakımından anlamlı bir farklılık bulmuştur. “Başarısızlıktan kaçınma güdüsü” bakımından ise istatistiksel bir farklılık bulunmamıştır.

Aktop ve Erman (2006) profesyonel basketbolcularda cinsiyet değişkenine göre “güç gösterme güdüsünü” inceledikleri araştırmalarında; erkek basketbolcuların “güç gösterme güdüsü” puanları, kadın basketbolcuların puanlarından daha yüksek olduğu görülmüştür.

Can ve arkadaşları (2009) Araştırmaya katılan sporcuların destek algılaması ve başarı motivasyon düzeylerinde gelir grupları açısından anlamlı bir farklılık bulamamıştır.

Turhan (2009), yüksek lisans tezinde profesyonel futbolcularda depresyon, anksiyete seviyesi ve kişilik özellikleri ile başarı motivasyonu arasındaki ilişki üzerine çalışmıştır. Araştırma sonucunda depresyon ve anksiyete seviyelerinin başarı motivasyonu ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu, “yenilik arayışı” eğilimi gösterenlerin diğer futbolculara göre başarı motivasyonlarının daha yüksek, “zarardan kaçınma” eğilimi gösterenlerin, bu özelliğe sahip olmayanlara göre başarı motivasyonlarının daha az olduğu kanıtlanmıştır. Kendi kendini yönetme ve başarı motivasyonu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. 18-23 yaş arası ile 24 yaş ve üstündeki sporcularda ise anlamlı farklılık belirlenememiştir. Antrenöründen sık direktif alan ve almayan sporcuların başarı motivasyonları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunamamıştır.

Abakay (2010) doktora tezinde profesyonel ve amatör futbolcuların, antrenörleri olan iletişim düzeyleri ile başarı motivasyonları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Antrenörle iletişim düzeyi ve başarı motivasyonu arasında pozitif yönde doğrusal ilişki bulunmuştur. Ayrıca futbolcuların statüsüne göre antrenörleriyle iletişim düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Statü farklılığına göre spor yapma yılları, antrenör ile çalışma süresi, medeni ve eğitim durumu gibi değişkenler ile başarı motivasyonu alt boyutları ve iletişim düzeyleri arasında da anlamlı ilişkilere rastlanmıştır.

Soyer ve arkadaşları (2010)’nın sporcu kadın ve erkeklerin spora özgü başarı motivasyonlarının karşılaştırılması adlı araştırmalarında cinsiyet değişkeni açısından

anlamli bir farklılık bulmuşlardır. Bu farklılığın kadınların başarı motivasyonunun erkeklerden daha yüksek olmasından kaynaklandığını bulmuşlardır.

Soyer ve arkadaşları (2010) bir çalışmada sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkiyi incelemiş, takım birlikteliği ile başarı motivasyonu arasında pozitif yönlü anlamli bir ilişki saptanmıştır. Yaş ile başarı motivasyonu arasında anlamli farklılık bulunmamıştır. Takım birlikteliği ve yaş arasında negatif yönlü anlamli bir farklılık bulunmuştur. Yaş arttıkça takım birlikteliği düşmektedir. Sonuca göre başarı motivasyonu ile takım birlikteliği sporda başarıyı olumlu yönde etkilemektedir. Farklılık analizlerinde de cinsiyet ile başarı motivasyonu arasında anlamli farklılık bulunmuştur. Bu farklılık, başarı motivasyonunun bayanların erkeklerden daha fazla olmasından kaynaklıdır. Takım birlikteliği ile cinsiyet arasında anlamli bir farklılık bulunmuştur.

Abakay ve Kuru (2010), profesyonel ve amatör futbolcuların statü değişkeni açısından başarı motivasyonu farklılıkları üzerine yaptıkları araştırmada, statü farklılığına göre “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamli farklılık görülmüş, profesyonel futbolcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları amatör futbolcuların ortalamasından daha yüksek bulunmuştur. “Başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda amatör futbolcular lehine istatistiksel açıdan anlamli bir farklılık görülmüş, “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda, profesyonel futbolcuların ortalaması, amatör futbolcuların ortalamasından daha yüksek bulunmuştur.

Abakay ve Kuru (2013) yaptıkları bir çalışmada kadın futbolcularda antrenör ile iletişim düzeyi ve başarı motivasyonu ilişkisini incelemiş, kadın futbolcuların öğrenim durumu, spor yapma yılı ve aynı antrenörle çalışma süresi arttıkça iletişim düzeylerinin de arttığı tespit edilmiştir. Ayrıca kadın futbolcuların; güç gösterme ve başarıya yaklaşma güdülerini ile iletişim düzeyleri arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Bora (2013) yüksek lisans çalışmasında beden eğitimi öğretmeni ve sporcu öğrenciler arasındaki iletişimin sportif başarı motivasyonu ile ilişkisini incelemiş, yapılan araştırmada, iletişimin ve motivasyon arasındaki ilişkide cinsiyet, spor dalı, spora başlama yaşı, antrenörle çalışma süresi ile ilgili anlamli farklılıklara rastlanmazken öğrencilerin antrenörle iletişim algılamalarında diğer spor dallarına göre basketbol lehine anlamli farklılık görülmüştür.

Kuşan (2014) yüksek lisans tez çalışmasında güreş, boks, taekwondo branşındaki elit düzeydeki sporcuların başarı motivasyonunun çeşitli değişkenlere göre değerlendirmiştir.

Araştırma sonucunda spor dalları arasında başarı motivasyonunun farklılıklar gösterdiği, cinsiyet açısından da sporda başarı güdüsü ve sportif tecrübeye anlamlı farklılıkların olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Dirmen (2014) yüksek lisans tez çalışmasında farklı liglerde oynayan kadın futbol takımı oyuncularının başarı motivasyon düzeylerini karşılaştırmış, yapılan analizler sonucunda farklı liglerde oynayan kadın futbolcular arasında “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçma güdüsü”, 1.ligde oynayan futbolculardan Türkiye dereceleri farklı olanlar arasında “başarıya yaklaşma güdüsü”, 2.ligde oynayan futbolculardan farklı yaşta olanlar arasında “güç gösterme güdüsü” puanı açısından anlamlı farklılık bulunmuştur. Ayrıca kadın futbolcularda başarı yaklaşma güdüsünün eğitim kademesi değişkenine göre futbolcularda “başarıya yaklaşma güdüsü”, “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ve “güç gösterme güdüsünün” eğitim kademesi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Başarı motivasyon düzeyleri, futboldan maddi kazanç sağlamalarına göre değişmektedir. Hipotezi ile ilgili yaptıkları istatistikten elde edilen sonuçlara göre; 1.lig kadın futbolcuların futboldan elde edilen gelir durumları farklı olanlar arasında “güç gösterme güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt ölçekleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır ancak “başarıya yaklaşma güdüsü” alt ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. 1.ligde oynayan futbolculardan futboldan elde edilen gelir durumları farklı olanlar arasında “başarıya yaklaşma güdüsü” puanı açısından anlamlı fark bulunmaktadır. Bulgular; Futboldan 501-750 TL kazandığını belirtenlerin “başarıya yaklaşma güdüsü” puanının en yüksek; 1.001-1.500 TL cevabını verenlerin “başarıya yaklaşma güdüsü” puanının en düşük olduğunu göstermektedir.

Hosseinalipour (2015) yüksek lisans tezinde üniversiteli sporcu öğrencilerin sporda motivasyon düzeyleri ve stresle başa çıkma yöntemlerini incelemiş, pozitif yönde doğrusal ilişki bulunmuştur. Ayrıca sporcuların akademik başarıları ile sportif başarı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Takım ya da ferdi spor dalları ile ilgilenme, amatör ya da profesyonel olarak spor yapma ve cinsiyet değişkenleri açısından istatistiksel anlamda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Futbol, voleybol, basketbol, taekwondo ve atletizm spor dallarına has amatör ya da profesyonel olma ve cinsiyet değişkenleri açısından sportif başarı motivasyonu ve stresle başa çıkma düzeyleri arasında istatistiksel anlamda bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Yalçın (2015) yüksek lisans tezinde işitme engelli futsal sporcularının başarı motivasyon düzeylerini incelemiş, “güç gösterme güdüsü”, “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsünde” erkek sporcuların lehine anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Yaş değişkenine göre 16-19 ve 20-23 yaşları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca erkek sporcuların başarı motivasyonlarının daha yüksek olduğu ve yaş arttıkça “güç gösterme güdüsünün” de arttığı sonucuna varılmıştır.

Azeez (2016) yüksek lisans çalışmasında 14-16 Iraklı ve Türk erkek çocukların spora özgü başarı motivasyon düzeyini incelemiş, Türk çocukların “güç gösterme güduları” ve “başarıya yaklaşma güduları” anlamlı bir şekilde yüksek çıkarken “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda Iraklı çocukların daha yüksek puan elde ettikleri görülmüştür. Iraklı çocukların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü”, “başarıya yaklaşma güdüsü” puanlarından yüksek çıkmıştır ve Iraklı çocukların yarışma durumlarından uzaklaşma eğilimi gösterdikleri görülmüştür. Çocuklarda fiziksel yapının gelişmişliği “güç gösterme güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdülerini” artırırken, “başarısızlıktan kaçınma güdülerini” de azalttığı söylenebilir.

Balkis (2019) eğitim kademesi değişkenine göre ele alındığı zaman araştırmaya katılan tenisçilerin sporda başarı motivasyonu alt boyutlarına ilişkin puan ortalamalarının anlamlı farklılık göstermediği, bu kapsamda ilkokul, ortaokul, lise ve üniversitede öğrenim gören tenisçilerin sporda başarı motivasyonlarının benzerlik gösterdiği tespit edilmiştir.

2.12. Başarı Motivasyonu ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Fodera 1990 yılında yaptığı çalışmasında; sporcuların egzersiz yapma sıklığı ile başarı motivasyonu arasındaki ilişkiyi araştırmış ve sonucunda daha fazla çalışanların daha güçlü başarı güdüsüne sahip olduklarını belirlemiştir (Thomas, 1996).

Thomassen ve Halvari (1996)’nin, başarı güdülenmesi üzerine yaptıkları araştırmalarında “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ile spora katılım arasında negatif ilişki bulmuşlar buna rağmen spor ortamlarında pozitif ilişki olduğunu belirtmişlerdir (Hayashi, 1996).

Oirlick ve Partington’un çalışmalarında; tecrübeli sporcularda seyircilerin varlığının sporcuları memnun ettiği ve bunu motivasyon artırmada kullandıklarını bulmuşlar, tecrübesiz sporcuların ise seyircilerin varlığından olumsuz yönde etkilendiklerini ortaya koymuşlardır. Fakat sporcunun yapacağı hareket kolay, iyi öğrenilmiş ve yarışma

koşullarında tecrübe edilmiş ise, seyircinin varlığının tecrübeli ve tecrübesiz sporcuların motivasyonlarını artırıcı etkisinin olabileceğini belirtmişlerdir (Aslan, 2000).

Page ve arkadaşları (2001) yılında yaptıkları “engelli sporcuların başarı motivasyonlarına etki eden temel faktörlerin niteliksel açısından değerlendirilmesi” başlıklı çalışmada belirledikleri engelli sporculara röportaj yöntemi kullanılarak sporcularla görüşülmüştür. Nitel veri çözümleme yöntemleriyle röportajların çözümlendiğinde engelli sporcuların başarı motivasyonlarına etki eden etmenlerin arasında rakiplerini ciddiye almaları, sosyal yönden kendilerini daha güçlü hissetmeleri ve spora bakış açılarında sporla birlikte engelli olmanın etkilerini ve olumsuz yönleriyle baş edebildiklerini düşünmelerinin sporda başarı motivasyonlarına olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşmışlardır.

Rusillo ve Arias (2004) yaptıkları araştırmada orta dereceli okul öğrencilerinin bilişsel ve motivasyon değişkenleri (nedensel yüklemeler, akademik öz kavram, akademik amaçlar ve öğrenme stratejileri) bağlamında cinsiyetin etkisini araştırmışlardır. 9. ve 10. sınıfa devam eden 521 öğrencinin katıldığı bu çalışmada veri toplama aracı olarak dört ayrı ölçek kullanılmıştır. Çalışmanın bulgularına göre dil becerileri ve matematik alanında yapılan karşılaştırmalarda kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla daha düşük dışsal motivasyona sahip oldukları, başarısızlıklarının sorumluluğunu üstlendikleri ve bilgi işleme stratejilerini daha üst düzeyde kullandıkları belirlenmiştir.

Allender ve arkadaşları (2006), “çocuk ve yetişkinleri spor ve fiziksel etkinliklere katılımlarını sağlayan etmenler” üzerine yaptıkları literatür taramasına dayanan çalışmalarında çocukları ve yetişkinleri fiziksel aktivitelere yönlendiren etmenlerin üzerinde durmuşlardır. İngiltere’de yaşayan çocuklar ve yetişkinler çalışmanın popülasyonunu oluşturmuştur. Bunun için 1990 – 2004 yılları arasında konuyla ilgili yapılan 1200 çeşitli yayın (makale, bildiri vb.) çalışmaya dâhil edilmiştir. Çalışmanın sonucunda çocukları ve yetişkinleri spora motive eden etmenler arasında kilo kontrolünün sağlanması, sosyal etkileşim halinde olmak, güzel bir vücuda sahip olmak çocukları motive eden etmenlerken, yetişkinleri yaşlılığın etkilerini en aza indirmek, sosyal yönden diğer insanlarla iletişim kurmak, temel becerileri daha iyi yapabilmek gibi etmenler yetişkinleri spora yönlendiren etmenler olarak karşımıza çıkmaktadır.

Khan ve arkadaşları (2011), sporda başarı motivasyonu ve yarışma kaygısı ilişkisini incelemiştir. Araştırmaya Aligarh’ın kuzey bölgesinde üniversiteler uluslararası düzeyde yarışmalara katılan ve turnuvalardan rastgele seçilen 20 badminton sporcusu katılmıştır.

Sonuç olarak başarı motivasyon düzeyi sürekli kaygı arasında anlamlı bir negatif ilişki olduğu saptanmıştır. Başarı motivasyon düzeyinin artması ya da azalmasını gösteren bu çalışmada kaygı düzeyinin artması ya da azalması üzerine etki yapmıştır.



3. GEREÇ ve YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın yöntemi ele alınmıştır. Araştırmada kullanılan yöntem, evren ve örneklem, verilerin ve veri toplama araçlarının özellikleri, verilerin uygulanması ve bulguların elde edilmesinde kullanılan istatistiksel çözümleme teknikleri üzerinde durulmuştur. Bu araştırmada; iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkinin, değişkenleri etkileme çabası olmadan incelenmesi olarak tanımlanan, “İlişkisel (correlational) Yöntem” ve “Nedensel Karşılaştırma (causal comparative) Yöntemi” kullanılmıştır.

3.1. Araştırmanın Evreni

Araştırma grubunun evrenini, 2018-2019 yıllarında Rize ve Trabzon illerinde savunma sporları ile ilgilenen lisanslı bireysel sporcular oluşturmaktadır.

3.2. Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklem grubu ise basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenen 2018-2019 yıllarında Rize ve Trabzon illerinde, savunma sporlarından olan Judo, Karate ve Taekwondo dalları ile ilgilenen aktif lisanslı spor yapan 234 bireysel gönüllü sporcu oluşturmuştur. Basit tesadüfi örnekleme (simple random sampling) yöntemi, her bir örnekleme birimine eşit seçilme olanağı sağlamaktadır (Büyüköztürk vd., 2018).

3.3. Araştırma Tekniği ve Protokol

Araştırmanın uygulanma evresine geçilmeden önce kişi ve kurumların onayı alınmıştır. Öncelikle Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı başkanlığıyla gerekli süreçler izlenerek Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tıp Fakültesinden Etik Kurul raporu alınmıştır (Bak. Ek-2 Etik Kurul Yazısı). Ardından iki kısımdan oluşan ölçeklerimiz örneklemede belirtilen sporculara antrenman ve müsabaka alanlarına gidilerek, çalışmanın gayesi ve içeriği anlatılarak ölçeklerin tam olarak doldurulması sağlanmıştır.

3.4. Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Birinci bölümde sporcuların cinsiyet, eğitim durumu, aylık gelir durumu, yarışma kategorileri, spora yönelme sebepleri, spor dalları ve lisanslı spor yapma yılı gibi bilgileri edinmeye yönelik araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Spora Özgü Başarı Motivasyon Ölçeği

Çalışmada veri toplama aracı olarak kullanılan “Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği-SÖBMÖ” Willis (1982) tarafından geliştirilmiş, Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından Türkçe’ye uyarlaması yapılmıştır. Spora özgü başarı motivasyon ölçeği, bireysel ve takım sporları, tüm spor dalları ve her spor seviyesinde olan sporcuların üzerinde uygulanabilmektedir. Toplam 40 madde (a) “güç gösterme güdüsü” $r=0,81$, (b) “başarıya yaklaşma güdüsü” $r=0,82$, (c) “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” $r=0,80$ olarak hesaplanan 3 alt boyuttan oluşan ölçekte yer alan ifadeler 5’li Likert tipi (1) “Hiçbir Zaman” ve (5) “Her Zaman” şeklinde puanlanmaktadır (Tiryaki ve Gödelek, 1997). Ölçeğin “Güç Gösterme” ve “Başarıya Yaklaşma” boyutlarından elde edilen puanların yüksekliği; sporcunun ilgili motivasyon boyutlarında motivasyonunun yüksek olduğunu, düşük puan ise tam tersi bir durumu göstermektedir. “Başarısızlıktan kaçınma güdüsü” boyutundan alınan yüksek puan ise sporcunun başarısız olma korkusunun ve stresinin daha fazla olduğunu göstermektedir.

3.5. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi

Tez yazımında MS Word programı, verilerin düzenlenmesi ve grafiklerin çizilmesinde Windows MS Excel tablolama programı, istatistik testlerin yapılmasında Windows SPSS 26.0 lisanslı istatistik programı kullanılmıştır.

Verilerin genel özelliklerini belirlemede tanımlayıcı istatistik, frekans ve yüzde dağılımlar yapılmıştır. İstatistik testler olarak öncelikle tüm alt boyutların çarpıklık ve basıklık katsayılarına da bakılmıştır. Çarpıklık ve basıklık katsayılarının +2 ile -2 arasında değiştiği tespit edildiğinden (George ve Mallery, 2010); verilerin normal dağıldığına karar verilmiştir. Normal dağılıma sahip verilere ikili karşılaştırmalar için bağımsız örneklem t-testi, 3 ve üzeri grup karşılaştırmalarda ise Tek yönlü Anova testi uygulanmıştır. Tek yönlü Anova testinin ardından gruplar arasında herhangi bir anlamlı bir farkın bulunup bulunmadığını tespit etmek için ikinci derece Tukey-HSD testinden faydalanılmıştır. Son olarak sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyi ile lisanslı spor yılları arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmada incelenen değişkenler ve hipotezlerle ilgili olarak toplanan verilerin, istatistiksel analizleri sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

4.1. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Frekans Dağılımı



Şekil 1. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Frekans Dağılımı

Buna göre, araştırmaya katılan sporcuların %48'i (N=122) erkek, %52'si (N=112) kadın sporculardan oluşmaktadır (Şekil 1).

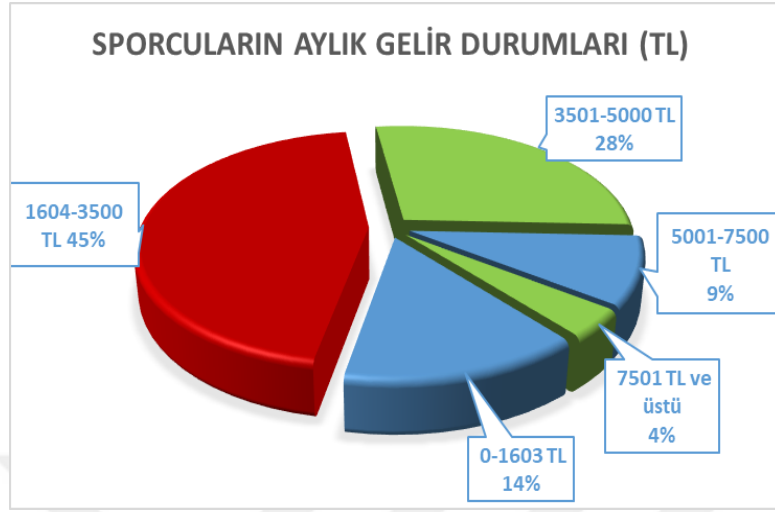
4.2. Sporcuların Eğitim Durumlarına Göre Frekans Dağılımı



Şekil 2. Sporcuların Eğitim Durumlarına Göre Frekans Dağılımı

Araştırmaya katılan sporcuların %14'ü (N=33) üniversite, %22'si (N=51) ortaokul, %64'ü (N=150) lisede öğrenim gören sporculardan oluşmaktadır (Şekil 2).

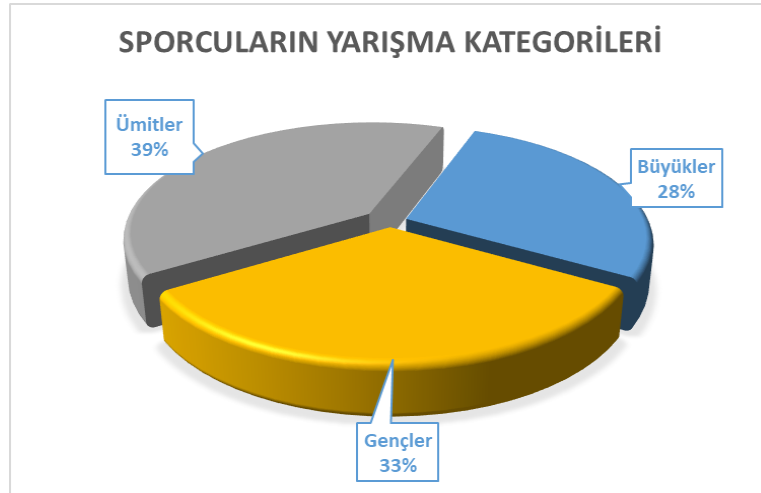
4.3. Sporcuların Aylık Gelir Durumlarına Göre Frekans Dağılımı



Şekil 3. Sporcuların Aylık Gelir Durumlarına Göre Frekans Dağılımı

Araştırmaya katılan sporcuların aylık gelir durumları %4'ü (N=9) 7.501 ve üstü TL, %9'u (N=22) 5.001-7.500 TL, %14'ü (N=33) 0-1.603 TL, %28'i (N=65) 3.501-5.000 TL, %45'i (N=105) 1.604-3.500 TL kazanan sporculardan oluşmaktadır (Şekil 3).

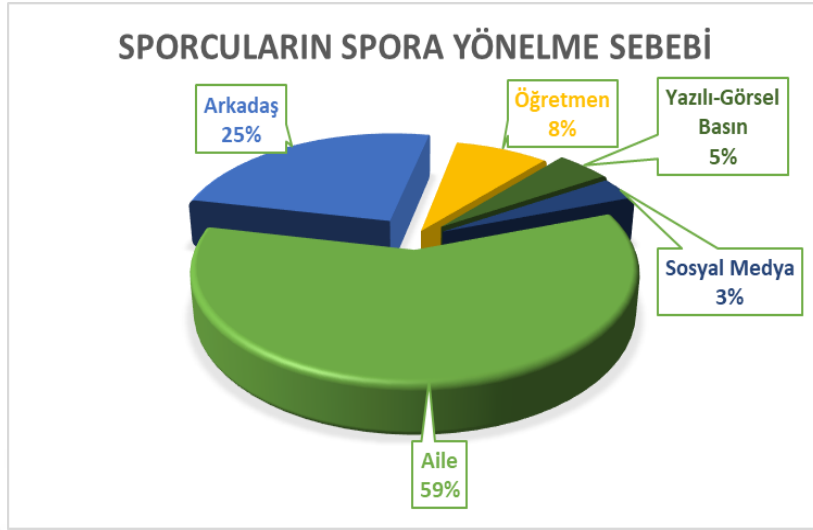
4.4. Sporcuların Yarışma Kategorilerine Göre Frekans Dağılımı



Şekil 4. Sporcuların Yarışma Kategorilerine Göre Frekans Dağılımı

Araştırmaya katılan sporcuların %28'i (N=65) büyükler, %33'ü (N=77) gençler, %39'u (N=92) ümitler kategorisinde yarışan sporculardan oluşmaktadır (Şekil 4).

4.5. Sporcuların Spora Yönelme Sebebine Göre Frekans Dağılımı



Şekil 5. Sporcuların Spora Yönelme Sebebine Göre Frekans Dağılımı

Araştırmaya katılan sporcuların %3'ü (N=8) sosyal medya, %5'i (N=11) yazılı-görsel basın, %8'i (N=19) öğretmen, %25'i (N=58) arkadaş, %59'u (N=138) aile faktöründen dolayı spora yönelmiştir (Şekil 5).

4.6. Sporcuların Spor Dallarına Göre Frekans Dağılımı



Şekil 6. Sporcuların Spor Dallarına Göre Frekans Dağılımı

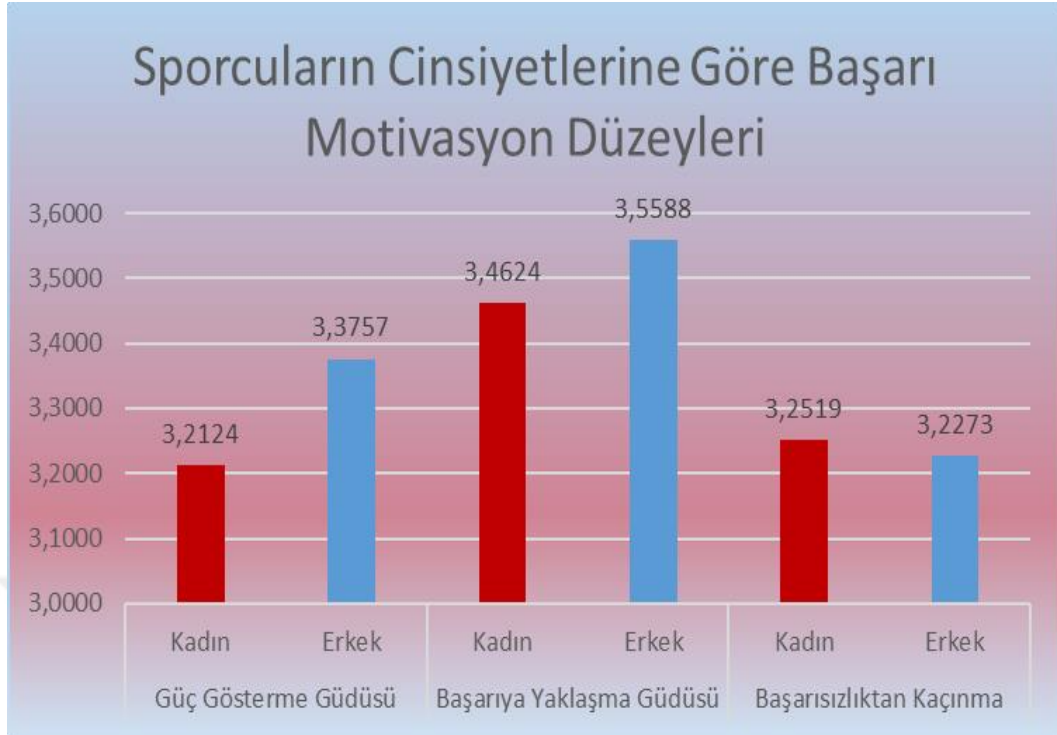
Araştırmaya katılan sporcuların %27'si (N=63) taekwondo, %29'u (N=67) judo, %44'ü (N=104) karate sporcularından oluşmaktadır (Şekil 6).

4.7. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Tablo 1. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Değişken	Cinsiyet	n	X	S	df	t	p
Güç Gösterme Güdüsü	Kadın	122	3,2124	0,5336	232	-2,257	0,025*
	Erkek	112	3,3757	0,5733			
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Kadın	122	3,4624	0,5693	232	-1,328	0,186
	Erkek	112	3,5588	0,5392			
Başarısızlıktan Kaçınma	Kadın	122	3,2519	0,7728	232	0,261	0,794
	Erkek	112	3,2273	0,6570			

Sporcuların Spora Özgü Başarı Motivasyon Düzeylerini Cinsiyetleri açısından karşılaştırabilmek için Bağımsız Gruplarda t-testi analizi yapıldı. Test sonuçları sporcuların cinsiyetlerine göre “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklar çıktığını göstermektedir ($t_{(232)}=-2,257$; $p<0,05$). Erkek sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyut ortalamaları ($3,37\pm0,57$) kadın sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyut ortalamalarından ($3,21\pm0,53$) anlamlı şekilde daha yüksektir. Test sonuçlarında sporcuların cinsiyetine göre “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutundan anlamlı farklara rastlanmamıştır ($t_{(232)}=-1,328$; $p>0,05$). Erkek sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyut ortalamaları ($3,55\pm0,53$) kadın sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyut ortalamalarından ($3,46\pm0,56$) yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Test sonuçlarında sporcuların cinsiyetine göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutundan anlamlı farklara rastlanmamıştır ($t_{(232)}=0,261$; $p>0,05$). Kadın sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyut ortalamaları ($3,25\pm0,77$) erkek sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyut ortalamalarından ($3,22\pm0,65$) yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir.



Şekil 7. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

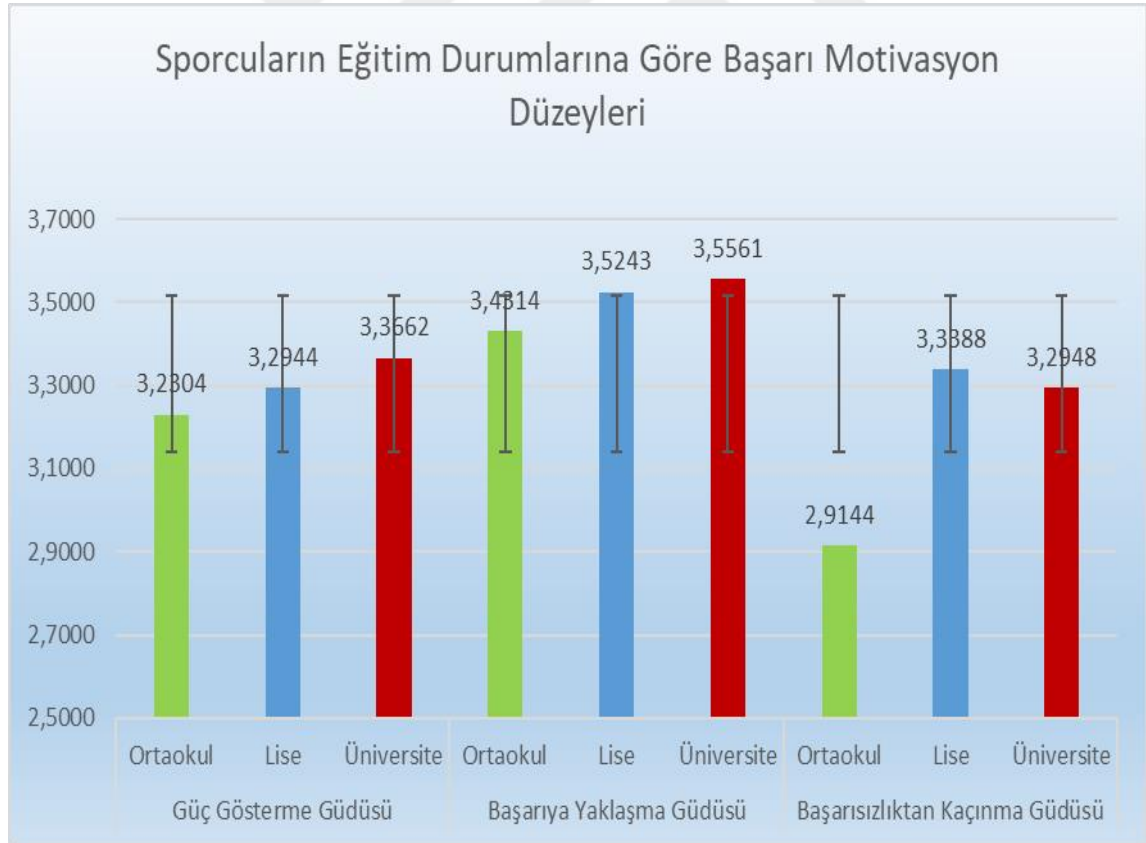
4.8. Sporcuların Eğitim Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Tablo 2. Sporcuların Eğitim Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Değişken	Eğitim Durumu	n	X	S	sd	F	p	Fark
Güç Gösterme Güdüsü	(1)Ortaokul	51	3,2304	0,5446	2-231	0,601	0,549	
	(2)Lise	150	3,2944	0,5869				
	(3)Üniversite	33	3,3662	0,4320				
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	(1)Ortaokul	51	3,4314	0,5548	2-231	0,671	0,512	
	(2)Lise	150	3,5243	0,5566				
	(3)Üniversite	33	3,5561	0,5608				
Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	(1)Ortaokul	51	2,9144	0,7262	2-231	7,107	0,001	1-2/1-3
	(2)Lise	150	3,3388	0,7055				
	(3)Üniversite	33	3,2948	0,6303				

Eğitim Durumuna bağlı olarak sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha = 0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü varyans (oneway anova) testi uygulandı. Test sonuçlarına göre sporcuların eğitim

durumu açısından “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(2,231)}: 0,601; p>0.05$). Üniversite öğrencilerinin “güç gösterme güdüsü” ortalamaları ($3,36\pm0,43$) diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Test sonuçlarına göre sporcuların eğitim durumuna göre “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(2,231)}: 0,671; p>0.05$). Üniversite öğrencilerinin “başarıya yaklaşma güdüsü” ortalamaları ($3,55 \pm 0,56$) diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Test sonuçlarına göre sporcuların eğitim durumuna göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılıklara rastlanmıştır ($F_{(2,231)}: 7,107; p<0.05$). Buna göre, yapılan ikinci aşama Tukey-HSD testi sonuçlarına göre lise mezunu sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ortalamaları ($3,33\pm0,70$) hem ortaokul mezunları sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutu ortalamalarından ($2,91\pm0,72$) hem de üniversite mezunu sporcuların ortalamalarından ($3,29\pm0,63$) daha yüksek bulunmuştur.



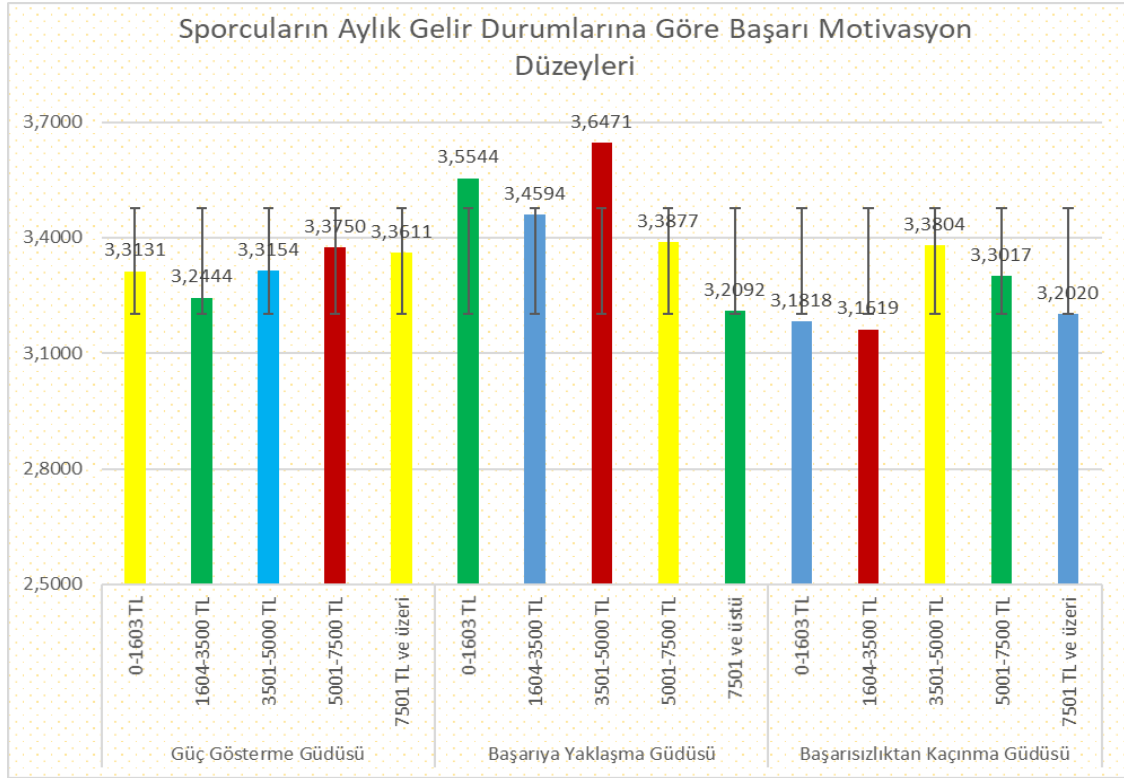
Şekil 8. Sporcuların Eğitim Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

4.9. Sporcuların Aylık Gelir Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Tablo 3. Sporcuların Aylık Gelir Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Değişken	Aylık Gelir	n	X	S	sd	F	p	Fark
Güç Gösterme Güdüsü	(1)0-1.603 TL	33	3,3131	0,5656	4-229	0,383	0,821	
	(2)1.604-3.500 TL	105	3,2444	0,5961				
	(3)3.501-5.000 TL	65	3,3154	0,5102				
	(4)5.001-7.500 TL	22	3,3750	0,5294				
	(5)7.501 TL ve üstü	9	3,3611	0,5336				
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	(1)0-1.603 TL	33	3,5544	0,5717	4-229	2,228	0,067	
	(2)1.604-3.500 TL	105	3,4594	0,5557				
	(3)3.501-5.000 TL	65	3,6471	0,5299				
	(4)5.001-7.500 TL	22	3,3877	0,5879				
	(5)7.501 TL ve üstü	9	3,2092	0,4374				
Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	(1)0-1.603 TL	33	3,1818	0,6560	4-229	1,033	0,391	
	(2)1.604-3.500 TL	105	3,1619	0,7236				
	(3)3.501-5.000 TL	65	3,3804	0,7264				
	(4)5.001-7.500 TL	22	3,3017	0,7561				
	(5)7.501 TL ve üstü	9	3,2020	0,7155				

Aylık gelir durumuna bağlı olarak sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha = 0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü varyans (oneway anova) testi uygulandı. Test sonuçları sporcuların gelirlerine göre “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(4,229)}: 0,383; p>0.05$). 5.001-7.500 TL arası geliri olan sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları ($3,37\pm0,52$) diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Test sonuçlarında sporcuların aylık gelirlerine göre “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(4,229)}: 2,228; p>0.05$). 3.501-5.000 TL arası geliri olan sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” ortalamaları ($3,64\pm0,52$) diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Test sonuçlarında sporcuların aylık gelirlerine göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(4,229)}: 1,033; p>0.05$). 3.501-5.000 TL arası geliri olan sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ortalamaları ($3,38\pm0,72$) diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir.



Şekil 9. Sporcuların Aylık Gelir Durumlarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

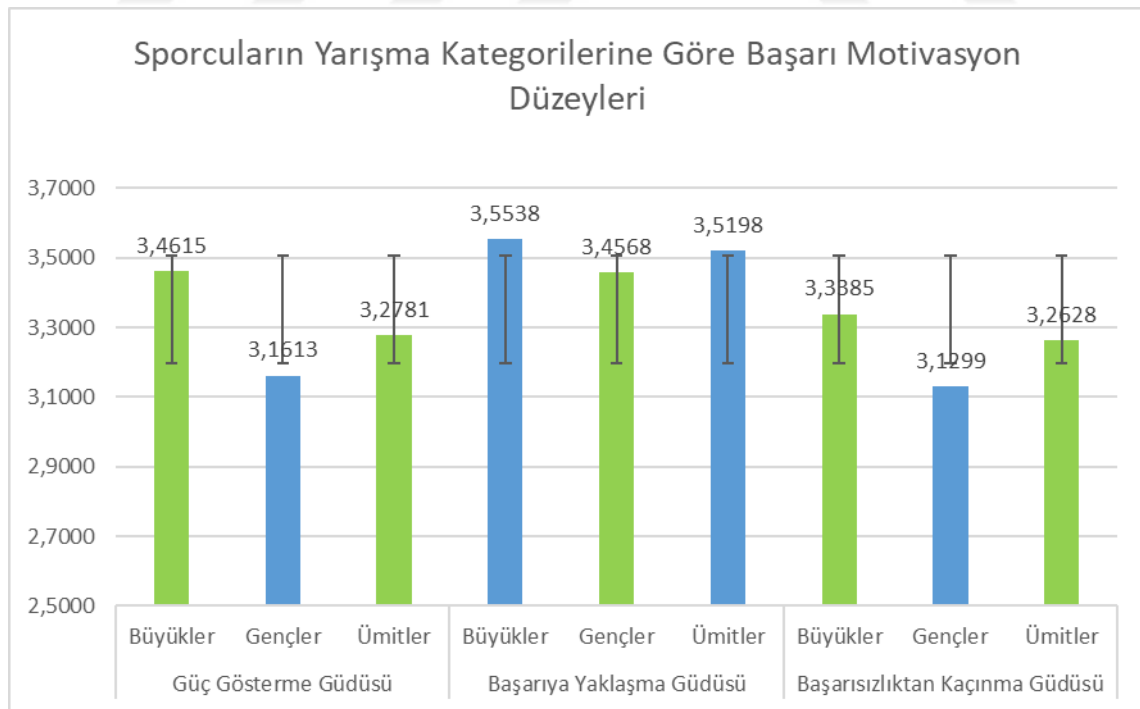
4.10. Sporcuların Yarışma Kategorilerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Tablo 4. Sporcuların Yarışma Kategorilerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Değişken	Yarışma Kategorisi	n	X	S	sd	F	p	Fark
Güç Gösterme Güdüsü	(1)Büyükler	65	3,4615	0,5492				
	(2)Gençler	77	3,1613	0,5415	2-231	5,338	0,005	1-2
	(3)Ümitler	92	3,2781	0,5517				
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	(1)Büyükler	65	3,5538	0,5211				
	(2)Gençler	77	3,4568	0,5281	2-231	0,566	0,569	
	(3)Ümitler	92	3,5198	0,6031				
Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	(1)Büyükler	65	3,3385	0,6387				
	(2)Gençler	77	3,1299	0,6921	2-231	1,570	0,210	
	(3)Ümitler	92	3,2628	0,7851				

Yarışma kategorisine bağlı olarak sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha = 0.05$ anlamlılık

düzeyinde tek yönlü varyans (oneway anova) testi uygulandı. Test sonuçları sporcuların yarışma kategorisine göre “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılıklar ortaya çıkarmıştır ($F_{(2,231)}: 5,338; p<0.05$). Büyükler kategorisinde “güç gösterme güdüsü” ortalamaları ($3,46\pm0,54$) hem gençler kategorisindeki sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyutu ortalamalarından ($3,16\pm0,54$) hem de ümitler kategorisindeki sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamalarından ($3,27\pm0,55$) daha yüksek bulundu. Yapılan ikinci aşama Tukey-HSD testi sonuçlarına göre ise bu anlamlı farklılığın büyükler kategorisindeki sporcular ile gençler kategorisindeki sporcuların arasındaki ortalama puanlarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Test sonuçlarında sporcuların yarışma kategorilerine göre “başarıya yaklaşma güdüsü” ($F_{(2,231)}: 0,566; p>0.05$) ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ($F_{(2,231)}: 1,570; p>0.05$) alt boyutlarından anlamlı farklar bulunamadı. Büyükler kategorisindeki sporcuların ortalamaları “başarıya yaklaşma güdüsü” ortalamaları ($3,55\pm0,52$) diğer iki kategorideki sporculara oranla daha yüksek olmasına rağmen bu fark anlamlı değildir. Ayrıca büyükler kategorisindeki sporcuların ortalamaları “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ortalamaları ($3,33\pm0,63$) diğer iki yarışma kategorisindeki sporculara oranla daha yüksek olmasına rağmen bu fark da anlamlı değildir.



Şekil 10. Sporcuların Yarışma Kategorilerine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

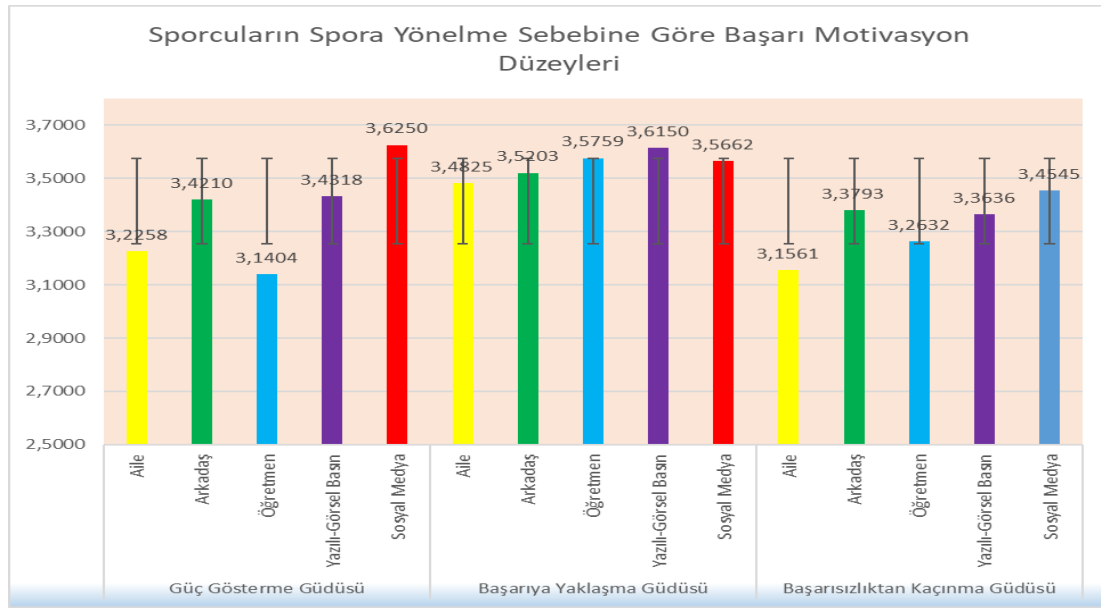
4.11. Sporcuların Spora Yönelme Sebebine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Tablo 5. Sporcuların Spora Yönelme Sebebine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Değişken	Spora Yönelme	n	X	S	sd	F	p	Fark
Güç Gösterme Güdüsü	(1)Aile	138	3,2258	0,5743	4-229	2,564	0,039	1-2/1-5/3-5
	(2)Arkadaş	58	3,4210	0,4805				
	(3)Öğretmen	19	3,1404	0,5990				
	(4)Yazılı-Görsel Basın	11	3,4318	0,6539				
	(5)Sosyal Medya	8	3,6250	0,2089				
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	(1)Aile	138	3,4825	0,5964	4-229	0,270	0,897	
	(2)Arkadaş	58	3,5203	0,4895				
	(3)Öğretmen	19	3,5759	0,5965				
	(4)Yazılı-Görsel Basın	11	3,6150	0,5151				
	(5)Sosyal Medya	8	3,5662	0,1859				
Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	(1)Aile	138	3,1561	0,7225	4-229	1,287	0,276	
	(2)Arkadaş	58	3,3793	0,7146				
	(3)Öğretmen	19	3,2632	0,7028				
	(4)Yazılı-Görsel Basın	11	3,3636	0,8049				
	(5)Sosyal Medya	8	3,4545	0,4736				

Spora yönelme sebebine bağlı olarak sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha = 0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü varyans (oneway anova) testi uygulandı. Test sonuçlarına göre sporcuların spora yönelme durumları açısından “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($F_{(4,229)}: 2,564; p < 0.05$). Yapılan ikinci düzey Tukey HSD testine göre Sosyal Medya sayesinde spora yönelen sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları ($3,62 \pm 0,20$) hem aile ($3,22 \pm 0,57$) hem de öğretmen ($3,14 \pm 0,59$) vasıtasıyla spora yönelen sporcuların ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca arkadaş vasıtasıyla spora yönelen sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları ($3,42 \pm 0,48$) ailelerinin vasıtasıyla spora yönelen sporcuların ortalamalarından ($3,22 \pm 0,57$) anlamlı şekilde daha yüksektir. Test sonuçlarında sporcuların spora yönelme sebeplerine göre “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(4,229)}: 0,270; p > 0.05$). Yazılı-görsel basın sayesinde spora yönelen sporcuların “başarıya

yaklaşma güdüsü” ortalamaları ($3,61 \pm 0,51$) diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Ayrıca sporcuların spora yönelme sebeplerine göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(4,229)}: 1,287; p > 0,05$). Sosyal medya sayesinde spora yönelen sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ortalamaları ($3,45 \pm 0,47$) diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir.



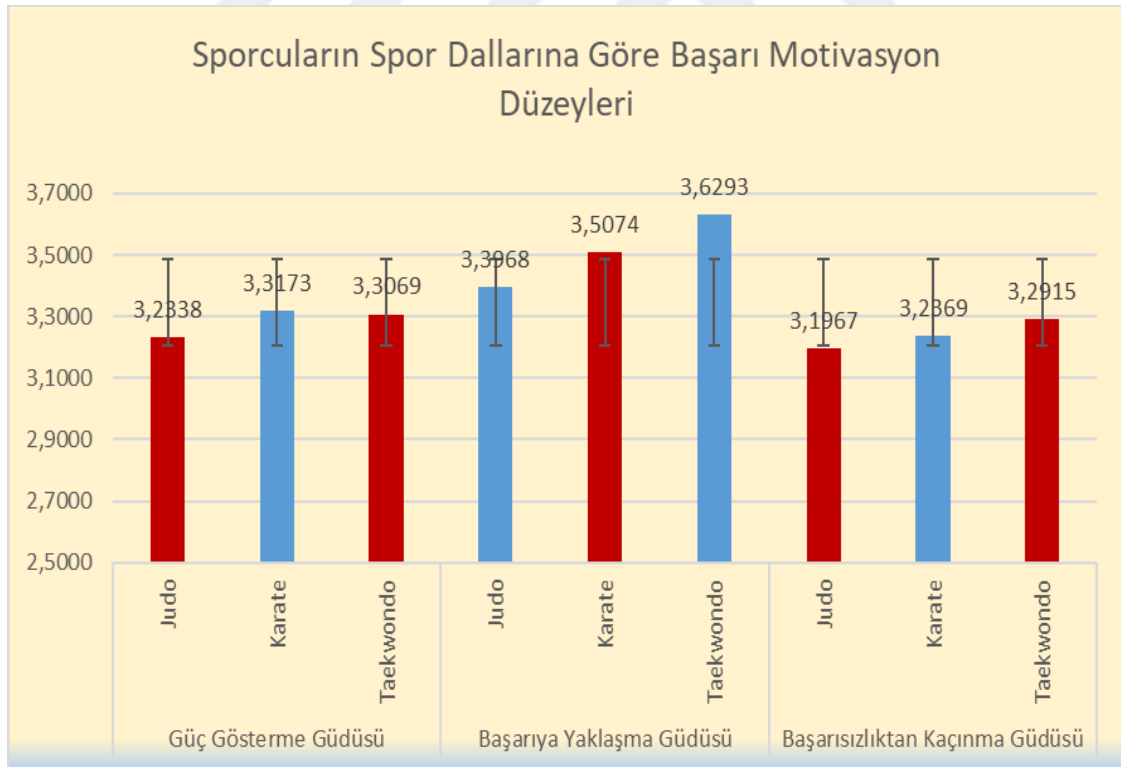
Şekil 11. Sporcuların Spora Yönelme Sebebine Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

4.12. Sporcuların Spor Dallarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Tablo 6. Sporcuların Spor Dallarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

Değişken	Spor Dalı	n	X	S	sd	F	p	Fark
Güç Gösterme Güdüsü	(1)Judo	67	3,2338	0,5415	2-231	0,491	0,613	
	(2)Karate	104	3,3173	0,5285				
	(3)Taekwondo	63	3,3069	0,6230				
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	(1)Judo	67	3,3968	0,5754	2-231	2,885	0,058	
	(2)Karate	104	3,5074	0,5634				
	(3)Taekwondo	63	3,6293	0,5037				
Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	(1)Judo	67	3,1967	0,7337	2-231	0,283	0,754	
	(2)Karate	104	3,2369	0,7258				
	(3)Taekwondo	63	3,2915	0,6972				

Spor dalına bağlı olarak sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha = 0.05$ anlamlılık düzeyinde tek yönlü varyans (oneway anova) testi uygulandı. Test sonuçlarına göre sporcuların spor dalı değişkeninin “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(2,231)}: 0,491; p>0.05$). Karate spor dalındaki sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları ($3,13 \pm 0,52$) diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Yine spor dalı değişkeni test sonuçlarına göre “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(2,231)}: 2,885; p>0.05$). Taekwondo sporcularının “başarıya yaklaşma güdüsü” ortalamaları ($3,62 \pm 0,50$) diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Ayrıca sporcuların spor dalına göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($F_{(2,231)}: 0,283; p>0.05$). Taekwondo sporcularının “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ortalamaları ($3,29 \pm 0,69$) diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir.



Şekil 12. Sporcuların Spor Dallarına Göre Başarı Motivasyon Düzeyleri

4.13. Sporcuların Lisanslı Spor Yapma Yılı Değişkenine Göre Korelasyon Düzeyleri

Tablo 7. Sporcuların Lisanslı Spor Yapma Yılı Değişkenine Göre Korelasyon Düzeyleri

		Güç Gösterme Güdüsü	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Başarısızlıktan Kaçınma	Lisanslı Spor Yılı
Güç Gösterme Güdüsü	Cor.	1	,654**	,591**	,106
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Cor.		1	,596**	,029
Başarısızlıktan Kaçınma	Cor.			1	,166*
Lisanslı Spor Yılı	Cor.				1

Sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyleri ile bağımsız değişkenimiz olan lisanslı spor yapma yılları arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon analizi uygulandı. Yapılan analizlere göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutu ile lisanslı spor yılları arasında anlamlı düzeyde ve pozitif yönde bir ilişkiye rastlanmıştır ($r=,166; p<0,05$). Buradan hareketle sporcuların lisanslı spor yapma yılları arttıkça başarısızlıktan kaçınma güdülerini ile aralarında anlamlı bir ilişki olduğu, dikkat edilmesi gereken önemli bir nokta olarak karşımıza çıkmaktadır.

5. TARTIŞMA

Rize ve Trabzon illerinde, savunma sporlarından judo, karate ve taekwondo ile ilgilenen aktif lisanslı spor yapan sporcuların, bazı demografik değişkenler açısından spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi ve spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin belirlenmesini amaçladığımız araştırmamız bulgularında;

Savunma sporları ile ilgilenen sporcuların, spora özgü başarı motivasyon düzeylerini “**cinsiyet**” değişkeni açısından değerlendirdiğimizde; sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılıklar ortaya çıktığı belirlenmiştir. Buna göre; erkek sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyut ortalamalarının, kadın sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyut ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca sporcuların, cinsiyet değişkenine göre “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılıklara rastlanmamasına rağmen; erkek sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyut ortalamalarının, kadın sporcuların alt boyut ortalamalarından yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer bir bulgu sonucumuza göre, sporcuların cinsiyet değişkenine göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılıklara rastlanmamış olmasına karşın, kadın sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyut ortalamalarının, erkek sporcuların alt boyut ortalamalarından yüksek olduğu görülmüştür.

İlgili literatür incelendiğinde Engür (2002)’ün elit sporcular üzerine yaptığı spora özgü başarı motivasyon düzeylerini araştırdığı çalışmasına; 224 erkek 55 kadın sporcu katılmıştır. Araştırmada cinsiyet değişkenine göre; kadın ve erkek sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Buna göre, araştırmaya katılan erkek sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyutuna ilişkin ortalama puanlarının, kadınların ortalama puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu ve bu bulgunun araştırmamız bulguları ile benzer nitelik göstermekte bu benzerliğin güç gösterme kavramının erkek sporcuların doğası gereği ön plana çıktığı düşünülmektedir. Buna karşın; kadın ve erkek sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu, araştırmaya katılan kadın sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutuna ilişkin ortalama puanlarının erkeklerin ortalama puanlarından anlamlı bir şekilde yüksek olduğu, araştırmamızla karşılaştırıldığında ise, cinsiyet değişkeninin “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılıklara rastlanmamış olmasına karşın kadın sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyut puan ortalamalarının, erkek sporcuların alt boyut

ortalamalarından yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca Engür (2002), kadın ve erkek sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyut ortalama puanları arasında da anlamlı farklılık olduğunu belirlemiş ve erkek sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyut puanlarının kadın sporcuların ortalama puanlarından yüksek olduğunu ifade etmiştir. Engür (2002)’ün ulaştığı bu bulgu araştırmamız sonuçlarında anlamlı fark olmamasına karşın, erkek sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyut ortalama puanlarının, kadın sporcuların alt boyut ortalamalarından yüksek olması ile karşılaştırıldığında benzer nitelik gösterdiği söylenebilir.

Er ve arkadaşları (2003) sporda başarı motivasyonunun cinsiyetler açısından analizi adlı makalelerinde, kadın ve erkek sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyut değerlemesinde anlamlı farklılık olduğunu ve bu bulgunun araştırmamız bulguları ile benzer nitelikte olduğunu görmekteyiz. Ayrıca “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutlarının her iki cinsde de farklılaşmadığını belirtirken, bu bulgularında araştırmamız bulguları ile örtüştüğü görülmektedir.

Aktaş ve arkadaşları (2006)’nın yapmış olduğu profesyonel basketbolcularda spora özgü başarı motivasyon düzeyinin cinsiyetler açısından karşılaştırılması adlı çalışmalarına, İzmir ilinde 2002-2003 yılı Türkiye basketbol 1. ve 2. liginde yer alan takımlarda oynayan, 39 bayan, 44 erkek toplam 83 sporcu katılmıştır. Araştırma bulgularında basketbolcuların cinsiyetlere göre “güç gösterme güdüsü” açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Elde edilen sonuca göre kadınların “güç gösterme güdüsü” puanları, erkeklerin güç gösterme güdüsü puanlarından daha düşük çıkmıştır. Bu bulgunun araştırmamız bulguları ile benzer nitelik göstermekte bu benzerliğin tıpkı Engür (2002)’ün çalışmasında olduğu gibi güç gösterme kavramının erkek sporcuların doğası gereği ön plana çıktığı düşünülmektedir. Ayrıca “başarıya yaklaşma güdüsü” açısından da istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuş, buna göre kadınların “başarıya yaklaşma güdüsü” puanlarının, erkeklerin puanlarından daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Basketbolcuların cinsiyetlere göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu bulgu araştırmamız bulguları ile paralellik göstermektedir.

Aktop ve Erman (2006), profesyonel basketbolcuların cinsiyetlere göre “güç gösterme güdüsünü” inceledikleri çalışmalarına, Akdeniz Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencisi 175 kişi (18-25 yaşları arasında) gönüllü olarak katılım sağlamışlardır. Erkek basketbolcuların “güç gösterme güdüsü” puanları, bayan

basketbolcuların puanlarından daha yüksek çıkmıştır. Aktop ve Erman (2006)’ın ulaştığı bu bulgu araştırmamız sonuçlarında anlamlı fark olmamasına karşın; erkek sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyut ortalamalarının, kadın sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyut ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksek olması ile karşılaştırıldığında benzer nitelik göstermekte bu benzerliğin güç gösterme kavramının erkek sporcuların doğası gereği ön plana çıktığı düşünülmektedir.

Literatür incelendiğinde Soyer ve arkadaşları (2010) sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi adlı çalışmasına, Kayseri ve Mersin illerinden spor dalı futbol olan 13–34 yaşları arası değişen kadın ve erkek 120 gönüllü sporcu olarak katılmıştır. Araştırmaya katılanların başarı motivasyonu düzeylerinde cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılığın kadınların başarı motivasyonunun erkeklere göre daha yüksek olmasından kaynaklandığını belirtmişlerdir. Bu çalışma bulguları, araştırmamızın “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda benzerlik göstermekte ve araştırmamız bulgularını desteklemektedir.

Üstün ve arkadaşları (2016)’nın sporcular için spora özgü başarı motivasyonu: yaz spor okulundan bir örnek adlı çalışmalarına, İzmir ilinde yaz spor okuluna katılan 108 gönüllü sporcu katılmıştır. Sporcuların spora özgü başarı motivasyonlarının cinsiyet değişkeni “başarıya yaklaşma güdüsü” alt ölçeğinde anlamlı sonuç olmadığı tespit edilmiştir. Bu bulgu araştırma bulgumuzu desteklemektedir. Ayrıca Üstün ve arkadaşları (2016) sporcuların spora özgü başarı motivasyonlarının “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda kadın sporcuların lehinde anlamlı olarak farklılaştığını belirlemişlerdir. Ulaşılan bu bulgu araştırmamız sonuçlarında anlamlı fark olmamasına karşın, kadın sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyut ortalamalarının, erkek sporcuların alt boyut ortalamalarından yüksek olması ile karşılaştırıldığında benzer nitelik gösterdiği söylenebilir.

Yanar ve arkadaşları (2017)’nin tenis ve badminton sporcularının sporcu kimlik algısı ve başarı motivasyon düzeyleri arasındaki farklılıkların incelenmesi ile ilgili araştırmalarında, 2016-2017 eğitim yılı üniversiteler arası şampiyonaya katılan üniversitelerin tenis takım sporcuları ile badminton takımları sporcuları arasından tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen ve gönüllü olarak katılmayı kabul eden 124 tenis sporcusu ve 86 badminton sporcusu olmak üzere toplam 210 sporcu öğrenci katılmıştır. Tenis ve badminton sporcularının başarı motivasyonu düzeylerini inceledikleri sonuçlarda

sporcuların başarı motivasyon düzeylerinin cinsiyet açısından anlamlı bir şekilde farklılaştığını, kadın sporcuların başarı motivasyon düzeylerinin erkek sporculardan daha yüksek çıktığını belirlemişlerdir. Bu çalışma bulguları araştırmamızın “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda benzerlik göstermekte ve araştırmamız bulgularını desteklemektedir.

Zorlu ve arkadaşları (2020) atletizm branşındaki sporcuların kişilik özelliklerinin başarı motivasyonuna etkisinin incelenmesi adlı çalışmalarına, araştırma grubuna Ankara, Antalya ve Mersin illerinde atletizm ile ilgilenen 104 milli takım sporcusu ve 238 milli olmayan sporcu katılmıştır. Kişilik özelliklerinin ve spora özgü başarı motivasyonlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair elde edilen sonuçlara yer vermişler ve sonuçlarında cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulamamışlardır. Bu çalışma bulguları araştırmamızın “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda benzerlik göstermekte ve araştırmamız bulgularını desteklemektedir.

Araştırmamızın bir diğer bulgusunda; savunma sporları ile ilgilenen sporcuların, spora özgü başarı motivasyon düzeylerini **“eğitim durumu”** değişkeni açısından değerlendirdiğimizde; sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Buna göre, “lise mezunu” sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyut puan ortalamalarının hem “ortaokul” hem de “üniversite mezunu” sporcuların puan ortalamalarından yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, eğitim durumu değişkenine göre, sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin “güç gösterme” ve “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olmamasına karşın; “üniversite öğrencisi” olan sporcuların “güç gösterme güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyut puan ortalamalarının diğer eğitim durumuna sahip sporcuların ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir.

Türkmen (2005) profesyonel erkek futbolcular ile amatör erkek futbolcuların başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması (İzmir-Manisa örneği) adlı çalışmada, “güç gösterme güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ölçeği alt puan ortalamalarını futbolcuların öğrenim durumları değişkeni (ilköğretim, lise, üniversite) açısından incelemiş, ve değişkenler arasında anlamlı bir fark bulmuştur. Buna göre üniversitede öğrenim gören ve mezun futbolcuların “güç gösterme güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ölçeği alt puanının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Türkmen (2005)’in ulaştığı bu bulgu araştırmamız sonucuyla karşılaştırıldığında “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda

benzerlik göstermektedir. “Başarıya yaklaşma güdüsü” alt ölçeğinde ise anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu çalışma bulguları araştırmamızın “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutuyla benzerlik göstermektedir.

Can ve arkadaşları (2009) Elit taekwondo sporcularında aile-antrenör-kulüp desteği ve başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi adlı çalışmalarına Nisan 2009 tarihlerinde Kayseri’de yapılan Türkiye taekwondo şampiyonasına katılan 300 sporcudan tesadüfi yöntemle seçilmiş 138 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Eğitim değişkeni (ilköğretim, ortaöğretim, yüksek öğretim, lisans üstü) açısından motivasyon düzeylerinde anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Bu çalışma bulguları araştırmamızın “güç gösterme güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda benzerlik göstermekte ve araştırmamız bulgularını destekler niteliktedir.

Abakay (2010) Futbolcu-antrenör iletişiminin farklı statülerdeki futbolcuların başarı motivasyonu ile ilişkisinin incelenmesi adlı doktora tezinde, “güç gösterme güdüsünün” profesyonel futbolcuların öğrenim durumlarına göre farklılaştığını saptamıştır. İlköğretim mezunları ile diğer üç grup arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu çalışma bulgusu araştırma bulgumuz ile zıtlık göstermektedir. Ayrıca “başarıya yaklaşma güdüsünün” futbolcuların öğrenim durumlarına göre farklılaştığını saptamış, ilköğretim mezunları ile diğer üç grup arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu durumda ilköğretim mezunlarının “başarıya yaklaşma güdüsünün” daha düşük olduğu söylenebilir. Bu bulgu çalışmamız ile benzerlik göstermemektedir. “Başarısızlıktan kaçınma güdüsünün” futbolcuların öğrenim durumlarına göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Bu bulgunun da araştırmamız bulgusuyla benzerlik göstermesi ve bu benzerliğin başarısızlıktan kaçınma kavramının insanlarda başarısız olmaktan korkma özelliğiyle ön plana çıktığı düşünülmektedir.

Dirmen (2014) farklı liglerde oynayan kadın futbol takımı oyuncularının başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması çalışmasında, 1.ligde oynayan futbolculardan farklı eğitim durumu olanlar (lise ve öncesi, üniversite) arasında “güç gösterme güdüsü”, “başarıya yaklaşma güdüsü” ile “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” puanı açısından anlamlı fark bulunmadığını belirlemiştir. Aynı şekilde 2.ligde oynayan futbolculardan farklı eğitim durumu olanlar (lise ve öncesi, üniversite) arasında “güç gösterme güdüsü”, “başarıya yaklaşma güdüsü” ile “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” puanı açısından anlamlı fark bulunmamıştır. Dirmen (2014)’in ulaştığı bu bulgu araştırmamız sonuçlarıyla

karşılaştırıldığında “güç gösterme güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutuyla benzerlik göstermekte ve araştırma bulgularımızı desteklemektedir.

Hoşman (2018)’ın tenisçilerin spora özgü başarı motivasyon ve benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması adlı çalışmasında, araştırmaya katılan veteran tenisçilerin “güç gösterme güdüsü”, “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsünün” eğitim durumuna göre karşılaştırılmasını incelediğinde, üniversite mezunu olan veteran tenisçilerle ortaöğretim mezunu olan veteran tenisçiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Bu sonuç araştırmamız sonuçlarıyla karşılaştırıldığında “güç gösterme güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda benzerlik göstermektedir.

Balkis (2019) Elit seviyedeki tenisçilerin görev ve ego yönelimi hedeflerinin başarı motivasyonlarına etkisinin araştırılması adlı çalışmasına, 10 yaş ve altı, 19 yaş ve üzerinde bulunan 103 kadın 150 erkek olmak üzere toplam 253 tenis sporcusu katılmıştır. Tenisçilerin başarı motivasyonu alt boyutlarından “güç gösterme güdüsü”, “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutlarında eğitim düzeyi (ilkokul, ortaokul, lise, üniversite) değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını belirlemiştir. Bu bulgu çalışmamız bulguları ile karşılaştırıldığında “güç gösterme güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda benzerlik göstermektedir.

Karakaş (2019) buz hokeyi sporcularının spora özgü başarı motivasyon düzeyleri ve genel öz yeterliliklerinin belirlenmesi adlı çalışmasının, örneklemini 2017-2018 sezonunda Türkiye buz hokeyi liginde oynayan 18 yaş üzeri 420 kadın ve erkek buz hokeyi sporcusu oluşturmaktadır. Buz hokeyi liginde oynayan buz hokeycilerin eğitim durumlarına göre başarı motivasyon düzeylerinde tüm alt boyutlarda yer alan sorulara ilişkin puan ortalamaları üzerinde yapılan varyans analizi sonucunda ortalamalar arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. İstatistiksel olarak anlamlı fark olmamakla birlikte “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda meslek lisesi mezunlarının başarı motivasyon düzeyi Anadolu lisesi mezunlarının başarı motivasyon düzeyinden, özel lise mezunlarının başarı motivasyon düzeyi spor lisesi mezunlarının başarı motivasyon düzeyinden daha yüksek belirlenmiştir. “Başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda meslek lisesi mezunlarının başarı motivasyon düzeyi Anadolu lisesi mezunlarının başarı motivasyon düzeyinden, spor lisesi mezunlarının başarı motivasyon düzeyi özel lise mezunlarının başarı motivasyon düzeyinden daha yüksek olduğunu belirtmiştir. “Başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda meslek lisesi mezunlarının başarı motivasyon düzeylerinin, Anadolu lisesi mezunlarının başarı

motivasyon düzeyi, spor lisesi mezunlarının başarı motivasyon düzeyinden daha yüksektir. Bu durum araştırma bulgularımız açısından “güç gösterme güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda benzerlik gösterir niteliktedir.

“**Aylık gelir durumu**”na bağlı olarak sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyleri arasında “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. 5.001-7.500 TL arası geliri olan sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Elde edilen sonuçlar, sporcuların gelirlerine göre “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılık rastlanmadığını gösterdi. 3.501-5.000 TL arası geliri olan sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Sporcuların gelirlerine göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. 3.501-5.000 TL arası geliri olan sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu farkda anlamlı değildir.

Türkmen (2005) profesyonel erkek futbolcular ile amatör erkek futbolcuların başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması (İzmir-Manisa örneği) adlı çalışmasında, futbolcuların aylık gelirleri ve “güç gösterme güdüsü” boyutları, “başarıya yaklaşma güdüsü” alt ölçeği ile “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt ölçeği arasında anlamlı bir fark belirlemiştir. 5.000-10.000 TL arası geliri olan futbolcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyut puanının daha yüksek olduğu, 10.000 TL ve üzeri geliri olan futbolcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyut puanı daha yüksek bulunmuştur. 50-500 TL arası geliri olan futbolcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyut puanının da daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgu araştırmamızdaki bulgular ile benzerlik göstermemektedir.

Can ve arkadaşları (2009) Elit taekwondo sporcularında aile-antrenör-kulüp desteği ve başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi adlı araştırmalarına Nisan 2009 tarihlerinde Kayseri’de yapılan Türkiye taekwondo şampiyonasına katılan 300 sporcudan tesadüfi yöntemle seçilmiş 138 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporcuların destek algılaması ve başarı motivasyon düzeylerinde gelir grupları açısından anlamlı bir farklılık bulamamışlardır. Bu çalışma bulguları araştırmamız bulgularını destekler nitelikte benzerlikler göstermektedir.

Kılınç ve arkadaşları (2011) Takım sporu yapanların motivasyon düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi adlı çalışmalarının örneklemini 2011 yılında Kayseri ilinde

1. ve 2. Ligde basketbol, voleybol ve hentbol takımlarında mücadele eden toplam 95 sporcu oluşturmaktadır. Sporcuların başarı motivasyonu alt boyutlarından aldıkları puanların gelir durumlarına göre anlamlı bir şekilde değişmediği görülmüştür. Bu durum araştırmamız bulgularını destekler nitelik göstermektedir.

Dirmen (2014) Farklı liglerde oynayan kadın futbol takımı oyuncularının başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması adlı çalışmada, sporcuların başarı motivasyon düzeyleri, futboldan maddi kazanç sağlamalarına göre değişmektedir hipotezi ile ilgili yapılan istatistikten elde edilen sonuçlara göre; 1.lig kadın futbolcuların futboldan elde edilen gelir durumları farklı olanlar arasında “güç gösterme güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır. Ancak “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu sonuç çalışmamız bulgularından “güç gösterme güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutu ile benzerlikler göstermektedir.

Yılmaz ve arkadaşları (2019) Türkiye görme engelliler yüzme şampiyonasına katılan sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi adlı makalelerine Türkiye görme engelliler federasyonu tarafından 2017 yılında, Alanya ilinde gerçekleştirilen Türkiye görme engelliler yüzme şampiyonasına toplamda 74 (27 kadın, 47 erkek) sporcu katılmıştır. Sporcuların gelir durumu değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonu ölçeğine ilişkin, “güç gösterme güdüsü”, “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutları arasında, istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanamamıştır. Bu çalışma araştırmamız bulguları ile benzerlik göstermektedir.

Araştırma bulgularında “**Yarışma kategorisi**”ne bağlı olarak sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeylerine göre “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Büyükler kategorisi “güç gösterme güdüsü” ortalamaları hem gençler kategorisindeki hem de ümitler kategorisindeki sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamalarından daha yüksek bulunmuştur. Sporcuların yarışma kategorilerine göre “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutlarında anlamlı farklar bulunamamış, büyükler kategorisindeki sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” ortalamaları diğer iki yarışma kategorisindeki sporculara oranla daha yüksek olmasına rağmen bu fark anlamlı değildir. Ayrıca büyükler kategorisindeki sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” puan ortalamaları diğer yarışma kategorisindeki sporculara oranla daha yüksek olmasına rağmen bu fark da anlamlı değildir.

Engür (2002) elit sporcularda başarı motivasyonun, durumluk kaygı düzeyleri üzerine etkisine ilişkin yapmış olduğu çalışmasına toplam 279 sporcu katılmıştır. Başarı güdülenmesinin “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutundan aldıkları ortalama puanlar, yaş kategorileri açısından (17-25 ve üzeri) değerlendirilmiştir. Yapılan varyans analizi sonucunda, sporcuların yaşı söz konusu olduğunda “başarıya yaklaşma güdüsü” alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir. Yaşları “26 ve üstü” (büyükler kategorisi) olan sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalama puanlarının, yaş gruplarındaki sporcuların ortalama puanlarından istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde yüksek olduğu belirlenirken, “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutundan aldıkları ortalama puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığını ifade etmiştir. Bu çalışma araştırmamızın büyükler kategorisindeki “güç gösterme güdüsü” alt boyutundaki bulguları destekler nitelikte olması ve bu benzerliğin güç gösterme kavramının sporcularda büyükler kategorisinde olma özelliği ve tecrübesi niteliğiyle diğer kategorideki sporculara uygulanarak ön plana çıktığı düşünülmektedir.

Türkmen (2005)’in profesyonel erkek futbolcular ile amatör erkek futbolcuların başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılmasına ilişkin yaptığı çalışmada, Futbolcuların yaşları ve “güç gösterme güdüsü” alt boyutu arasında anlamlı farklar bulunmuş, 30-34 yaşları arasındaki (n=20) futbolcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyut puanının daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Bu bulgunun araştırmamız bulguları ile benzer nitelik göstererek araştırmamızı desteklediği görülmektedir. Futbolcuların yaşları ve “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutu arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. 30-34 yaşları arasındaki (n=20) futbolcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyut puanının daha yüksek olduğu bulunmuştur. “Başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutu arasında ise anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu çalışma araştırmamızın büyükler kategorisindeki “güç gösterme güdüsü” alt boyutundaki bulguları destekler niteliktedir.

Turhan (2009) Profesyonel futbolcularda depresyon düzeyi, anksiyete düzeyi ve kişilik özellikleri ile sporda başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi adlı çalışmasına, 18-23 yaş arası ile 24 yaş ve üstü 74 profesyonel futbolcu katılmıştır. “Güç gösterme güdüsü”, 24 yaş ve üzeri 36 profesyonel futbolcуда, 18-23 yaş arası gruba göre anlamlı olarak daha düşüktür. Bununla birlikte her iki yaş grubu arasında “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık

bulunmamıştır. Elde edilen bu bulgular araştırmamız bulgularından “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutlarında benzerlik göstermektedir.

Literatür incelendiğinde Soyer ve arkadaşları (2010)’nın Sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi adlı çalışmalarına, Kayseri ve Mersin illerinden spor dalı futbol olan 13 – 34 yaşları arası değişen kadın-erkek 120 gönüllü sporcu katılmıştır. Sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişki incelenmiş, yaş ile başarı motivasyonu arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yaş arttıkça takım birlikteliğinin düştüğü görülürken, bu çalışma bulguları araştırmamız bulgularından “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda benzerlik göstermekte ve araştırmamız bulgularını desteklemektedir.

Kılınç ve arkadaşları (2011) Takım sporu yapanların motivasyon düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi adlı çalışmalarına, Kayseri ilinde 1. ve 2. Ligde basketbol, voleybol ve hentbol takımlarında oynayan, yıldızlar kategorisinden Master’lara kadar incelenen sporcuların yaşlarına göre başarı motivasyonu alt boyutları arasında farklılıkların bulunamaması ilginç bir bulgu olarak değerlendirmektedirler. Çalışmamızın “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutu ile benzerlik göstermektedir.

Dirmen (2014) Farklı liglerde oynayan kadın futbol takımı oyuncularının başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması adlı çalışmasında, farklı liglerde oynayan kadın futbolcularda 14-23 yaş grubu aralığındaki sporcuların başarı güdülenmesinin incelenmesini amaçlamıştır. Araştırma sonunda kadın futbolcularda “başarıya yaklaşma güdüsü”, “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı fark bulunmamıştır. “Güç gösterme güdüsü” puanı açısından anlamlı fark bulunurken, bu bulgu araştırmamız bulgularını destekler nitelikte benzerlik göstermekte ve bu benzerliğin güç gösterme kavramının sporcularda usta-çırak ilişkisindeki davranışlardan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Filiz ve Demirhan (2018) akademik ve spor başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi adlı çalışmalarında, sporcu öğrencilerin yaş değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonunun alt boyutu olan “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda 16 yaşın 15 yaşa göre görüşlerinin daha anlamlı olduğu sonucunu bulmuşlardır. Elde edilen sonuçta, 15 yaşa göre 16 yaş aralığındaki sporcu öğrencilerin, spor alanında daha deneyim kazanmış olarak, takımlarında değişik etkenlerle motive olmak, iyi bir sporcu olmak için istekli olmak

ve çaba göstermek gibi davranışlarda iç motivasyonlarının daha yüksek olduğu söylenebilir. Bu araştırma sonucu, çalışmamızda elde edilen sonuçları ile zıtlık göstermektedir.

Balkis (2019) Elit seviyedeki tenisçilerin görev ve ego yönelimi hedeflerinin başarı motivasyonlarına etkisinin araştırılması adlı çalışmasında “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” boyutlarında yaş grupları değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda ise yaş grupları değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir. “Güç gösterme güdüsü” alt boyutu puan ortalamaları 11-12 yaş aralığına sahip olan ve 13-14 yaş aralığına sahip olan tenisçilere göre daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu araştırmamız bulgularını destekler nitelikte benzerlik göstermektedir.

“Spora yönelme sebebi”ne bağlı olarak sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyleri arasında “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Sosyal Medya sayesinde spora yönelen sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları hem aile hem de öğretmen vasıtasıyla spora yönelen sporcuların ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca arkadaş vasıtasıyla spora yönelen sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları ailelerinin vasıtasıyla spora yönelen sporcuların ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksektir. Sporcuların spora yönelme sebeplerine göre “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Yazılı-görsel basın sayesinde spora yönelen sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Sporcuların spora yönelme sebeplerine göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Sosyal medya sayesinde spora yönelen sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir.

Allender ve arkadaşları (2006)’nın, Çocuk ve yetişkinleri spor ve fiziksel etkinliklere katılımlarını sağlayan etmenler adlı çalışmalarında çocuklar ve yetişkinleri fiziksel aktivitelere yönlendiren etmenler üzerinde durmuşlardır. İngiltere’de yaşayan çocuklar ve yetişkinler çalışmanın popülasyonunu oluşturmuştur. Bunun için 1990–2004 yılları arasında konuyla ilgili yapılan 1200 çeşitli yayın (makale, bildiri vb.) çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmanın sonucunda çocukları ve yetişkinleri spora motive eden etmenler arasında kilo kontrolünün sağlanması, sosyal etkileşim halinde olmak, güzel bir vücuda sahip olmak çocukları motive eden etmenlerken, yetişkinleri yaşlılığın etkilerini en aza indirmek, sosyal

yönden diğer insanlarla iletişim kurmak, temel becerileri daha iyi yapabilmek gibi etmenler yetişkinleri spora yönlendiren etmenler olarak karşımıza çıkmaktadır. Bizim çalışmamızda ise sosyal medyanın gücü diğer faktörlerden anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Bu araştırma çalışmamız bulgularını faktörel bazda destekler nitelikte benzerlikler gösterdiği söylenebilir.

Bayraktar ve arkadaşları (2007)'nın Türkiye'de elit bayan ve erkek voleybolcuların spora başlamasına etki eden unsurlar ve spordan beklentileri adlı çalışmalarına, 2003-2004 voleybol sezonunda 11 farklı ilde I. II. ve III. Lig play-off liglerinde mücadele eden 30 voleybol kulübünden 200 sporcu katılmıştır. Türkiye'de elit düzeyde voleybol oynayan sporcuların öncelikle voleybol sporuna başlamada beden eğitimi öğretmeni ve ailenin etkisinin yüksek, televizyon ve basın-yayın organları gibi kitle iletişim araçlarının ise voleybola yönelmedeki etkisinin oldukça az düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ayrıca Türkiye'de voleybol sporuyla ilgilenme nedeni olarak voleybol sporunu sevmek ve başarı kazanmaktan haz duymanın etkili olduğu saptanmıştır. Öte yandan voleybolcuların, voleybol sporuyla ilgilenmek suretiyle sağlıklı olmak ve sağlığını korumak ile iyi bir sporcu olarak hayatını spordan kazanmak beklentilerinde de oldukları belirlenmiştir. Çalışmamız bulgularından sosyal medya faktörü, aile ve öğretmen faktöründen daha anlamlı bulunmasına karşın; “başarıya yaklaşma güdüsünde” yazılı görsel basın faktörü diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olması ile karşılaştırıldığında benzer nitelik göstermekte ve basın yayın organlarının kitle iletişim aracı olması sebebiyle yayılımının hızlı ve kapsamlı olduğu düşünülmektedir.

Yıldırım (2007) Türkiye'de performans tenisi yapan sporcuların tenise başlama nedenleri ve beklentileri adlı çalışmasına Türkiye tenis federasyonu sıralamasından rasgele seçilen 14-16 yaş grubu sporcularından toplam 100 (kadın-erkek) sporcu katılmıştır. Türkiye'de performans tenisi yapan sporcuların spora başlamalarında diğer yapılan çalışmalarda da görüldüğü üzere ailenin teşvik edici en önemli unsur olduğu, tenis sporunu sevmenin, milli takım sporcusu olma, tanınan bir sporcu olma ve üniversite düzeyinde eğitim görme isteğinin tenis sporunu yapmada önemli etken olduğu görülmektedir. Maddi gelir artıma isteğinin tenis sporunda çok fazla önemli olmadığı ve bunun nedeninin genellikle bu sporu yapan sporcuların ailelerinin maddi olarak rahat durumda olmaları fakat bunun yanı sıra %11 fazla ve %13 çok fazla seçeneğini işaretleyen sporcularında olması bu spordan maddi gelir sağlama düşüncesinde olduklarını ortaya çıkarmıştır. Sporcuların tenis oynayarak sağlıklarını korumak istemeleri çok fazla etken olmaktadır. Ayrıca başarı

kazanma isteği ve başarıdan zevk duyma sporu yapmada çok önemli etkindir. Sporcular katıldıkları turnuvalar sayesinde yeni ülkeleri görmeyi çok istedikleri ve mutluluğu tenis sporunda buldukları konusunda birleşmektedirler. Sporcular spor yaparak iyi bir fiziki görünüme sahip olmak istemektedirler. Tenis sporu sayesinde çevrede popüler bir birey olarak ilişki kurmak, tenis sporu sayesinde yurtdışındaki üniversitelerden burs eğitimi almak istedikleri de ortaya çıkan sonuçlar arasında yer almaktadır. Bu çalışma araştırmamız bulgularıyla karşılaştırıldığında, arkadaş faktörünün aile faktöründen anlamlı şekilde yüksek çıktığı belirlenmiş ve destekler nitelikte olduğu, arkadaş çevresinin spora yönelmede etkileyici faktör olduğu düşünülmüştür.

Özbek ve arkadaşları (2011)'nın karate branşındaki üniversite elit sporcularının bu spora yönelme nedenleri ve beklentileri çalışmasına, üniversitelerde karate yapan 97 sporcu öğrenci katılmıştır. Üniversitelerde karate spor dalındaki elit sporcular, ailelerinin bu spor dalını seçme kararlarında daha fazla etkiye sahip olduğunu belirtmişlerdir. Üniversitelerdeki seçkin sporcular, beden eğitimi öğretmenlerinin ve basın medyasının kararları üzerinde neredeyse hiçbir etkisi olmadığını belirttiler. Sporcular karate yapmanın önemli bir nedeni olarak başarıdan zevk almayı düşünmüşlerdir. Milli karate takımında yer alan sporcuların başarıdan keyif alma, maddi kazanç elde etme ve ülke çapında ünlenme konusunda milli takımda olmayanlara göre daha yüksek beklentileri olduğu görüldü. Karateye katılma süreleri arttıkça maddi kazanımlar elde etme, ünlenme, antrenörlük, hakem olma, ülke çapında ünlü olma, başarıdan keyif alma ve milli takıma girme arzusunun arttığı ortaya çıktı. Bu çalışma bulguları araştırmamız bulgularından aile faktörüyle karşılaştırıldığında benzerlik göstermemektedir.

Görmez (2017)'in Ankara ili merkez ilçelerinde öğrenim gören ortaöğretim öğrencilerinin spora yönelmelerini etkileyen etmenlerin chaid analizi ile incelenmesi adlı çalışmasına 2013-2014 öğretim yılı güz döneminde Ankara ili sınırları içinde Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı merkez ilçelerinde öğrenim gören toplam 11002 öğrenciden, ilçelerin oransal olarak seçilmesi ve basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle dağıtılarak belirlenen toplam 2000 lise öğrencisi katılmıştır. Analiz sonucunda öğrencilerin spor yapmadaki en önemli amaçlarının "sağlıklarını korumak ve güzel bir fiziki yapıya sahip olmak" düşüncesi olduğu görülmüştür. Öğrencilerin spor yapmalarını etkileyen en önemli değişkenin ise "spor yapma düzeyi" olduğu görülmüştür. Ayrıca psikolojik durum, spor sonrası his ve cinsiyet değişkenlerinin de spor yapma düzeylerini etkileyen alt değişkenler olduğu görülmektedir.

Bu çalışma bulguları araştırma bulgularımızla değişkenler açısından farklılık gösterdiği için benzerlik göstermemektedir.

Çimen ve arkadaşları (2020) Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin spora başlama nedenleri ve beklentileri adlı çalışmaya, Güneydoğu Anadolu bölgesinde (Batman, Diyarbakır, Mardin ve Şanlıurfa) bulunan üniversitedeki Beden Eğitimi Spor Yüksekokullarında öğrenim gören 476 öğrenci katılmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin spora başlama nedenleri ve beklentileri alt başlıklarında spora teşvik, sporla uğraş ve spordan beklenti düzeylerinin ortalamanın üstünde olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışma bulguları araştırma bulgularımızla değişkenler açısından farklılık gösterdiği için benzerlik göstermemektedir.

Sporcuların “**spor dalına**” göre “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Karate spor dalındaki sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Sporcuların spor dalına göre “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Taekwondo sporcularının “başarıya yaklaşma güdüsü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Sporcuların spor dalına göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Taekwondo sporcularının “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Judo sporcularının puan ortalamalarının tüm alt boyutlarda taekwondo ve karate sporcularının puan ortalamalarından daha düşük düzeyde olduğu görülmüştür.

Literatür incelendiğinde; Yaman ve arkadaşları (2001) Türkiye ligindeki müsabık voleybolcu, hentbolcu ve futbolcu kadınlar arasındaki başarı motivasyonu farklılıklarının araştırılması adlı çalışmalarında, “güç gösterme güdüsü” ve “başarıya yaklaşma güdüsünün” kadın hentbolcularda yüksek olduğu ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsünün” de kadın voleybolcular ile kadın futbolcularda yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Bu çalışmada elde edilen bulgular bizim bulgularımızla benzerlik göstermemektedir.

Bora (2013)’nın Beden eğitimi öğretmeni ve sporcu öğrenciler arasındaki iletişimin, sportif başarı motivasyonu ile ilişkisi adlı çalışmasında, ortaöğretim öğrencileri ile beden eğitimi öğretmenleri arasındaki iletişim düzeyleri ile başarı motivasyonları arasındaki ilişkiyi belirlemek, cinsiyet, spor dalı, spor yapma yılı, aynı antrenörle çalışma süresi gibi değişkenlerin de iletişim düzeyleri ve başarı motivasyonları üzerinde etkisinin olup

olmadığını ortaya koymayı amaçlamıştır. Mardin ili merkez ortaöğretim okullarında eğitim gören sporcu öğrencilere uygulanmıştır. Çalışma grubu atletizm, futbol, basketbol, voleybol ve diğer spor dalları sporcularından oluşmaktadır. Sporcu öğrencilerin spor dalı bağımsız değişkenine göre spora özgü başarı motivasyonu ölçeğinin “güç gösterme güdüsü” alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Bu durumda gerek takım sporu ile uğraşan gerekse bireysel spor ile uğraşan öğrenciler benzer güç gösterme algısına sahiptir. “Başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma” alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Bu bulgu araştırmamız bulgusunu destekler nitelikte benzerlik göstermektedir.

Kuşan (2014) güreş, boks, taekwondo branşındaki elit düzeydeki sporcuların başarı motivasyonunun çeşitli değişkenlere göre değerlendirilmesi adlı çalışmasında, taekwondo, boks ve güreş spor dalındaki sporcuların “güç gösterme güdüsü” puanları arasında anlamlı bir farklılaşma bulamamıştır. Taekwondo ve boks spor dalındaki sporcuların, “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” puanları arasında anlamlı bir farklılaşma bulamamıştır. “Başarıya yaklaşma güdüsü” puanları arasında anlamlı bir farklılaşma bulmuş ve bu bulguların bizim çalışmamızdaki “güç gösterme güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutu ile destekler nitelikte benzerlik gösterdiği görülmüştür.

Yanar ve arkadaşları (2017) tenis ve badminton sporcularının sporcu kimlik algısı ve başarı motivasyon düzeyleri arasındaki farklılıkların incelenmesi adlı çalışmalarına, 2016-2017 eğitim yılı üniversiteler şampiyonasına katılan üniversitelerin tenis takımları sporcuları ile badminton takımları sporcuları arasından tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 124 tenis sporcusu ve 86 badminton sporcusu olmak üzere toplam 210 öğrenci sporcusunu dahil etmişlerdir. Araştırmaya katılan tenis ve badminton sporcularının başarı motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulmuşlardır. Bu sonuca göre, badminton sporcularının başarı motivasyon düzeyleri tenis sporcularına göre daha yüksektir. Bu çalışma araştırmamız bulguları ile benzerlik göstermemektedir.

Sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeyi ile **“lisanslı spor yapma yılları”** arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon analizi uygulandı. Yapılan analizlere göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutu ile lisanslı spor yapma yılları arasında anlamlı düzeyde ve pozitif yönde bir ilişkiye rastlanmıştır. Başka bir ifade ile sporcuların

lisanslı spor yılları arttıkça “başarısızlıktan kaçınma güdüsünde” anlamlı artışlar meydana geldiği belirlenmiştir.

Thomassen ve Halvari (1996)’nin, başarı güdülenmesi üzerine yaptıkları çalışmada da “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ile spora katılım arasında negatif ilişki, buna karşın spor ortamlarında yarışmaya katılma miktarı ile “başarıya yaklaşma güdüsü” puanları arasında pozitif ilişki olduğunu belirlemişlerdir (Hayashi, 1996). Bu çalışma araştırmamız bulgularıyla benzerlik göstermemektedir.

Turhan (2009) profesyonel futbolcularda depresyon düzeyi, anksiyete düzeyi ve kişilik özellikleri ile sporda başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesine ilişkin yapmış olduğu çalışmasına, 2008-2009 yıllarında Türkc cell Süper Liginden Trabzonspor, TFF 2. Liginden Beylerbeyi spor, Arsin spor, Trabzon Karadeniz spor, Ankara Demirspor ve Avrupa’nın çeşitli liglerinde futbol oynayan Türkiye ümit milli futbol takımı futbolcuları ile birlikte, toplam 74 profesyonel erkek futbolcu katılmıştır. Yapılan korelasyon analizi sonucuna göre “güç gösterme güdüsü” arasında istatistiksel olarak negatif yönlü bir ilişki, “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ile arasında ise, istatistiksel olarak pozitif yönlü, zayıf bir ilişkinin (korelasyon) olduğu “başarıya yaklaşma güdüsü” ile arasında ise, istatistiksel olarak negatif yönlü, ileri derece anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Bu çalışma araştırmamız bulgularından “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt puanı ile benzerlik göstermekte ve bu benzerliğin başarısızlıktan kaçınma kavramı ile karşılaştırıldığında lisanslı spor yapma yılı arttığında başarısız olma korkusunda da artış olduğu düşünülmektedir.

Abakay (2010) Futbolcu-antrenör iletişiminin farklı statülerdeki futbolcuların başarı motivasyonu ile ilişkisinin incelenmesi adlı doktora tezinde, profesyonel futbolcuların; “güç gösterme güdülerini” ile iletişim düzeyleri arasında zayıf ancak pozitif bir ilişki bulmuştur (değişkenlerden biri artarken diğeri de artmaktadır). Profesyonel futbolcuların “başarıya yaklaşma güdülerini” ile iletişim düzeyleri arasında zayıf ve pozitif bir ilişki vardır. Bu iki değişken arasında bir ilişkiden söz edilebilir. Profesyonel futbolcuların “başarısızlıktan kaçınma güdülerini” ile iletişim düzeyleri arasında zayıf ve negatif bir ilişki vardır. Bu iki değişken arasında bir ilişkiden söz edilemez. Bu çalışma araştırmamız bulgularıyla zıtlık içerisindedir. Amatör erkek futbolcuların; “güç gösterme güdülerini” ile iletişim düzeyleri arasında çok zayıf ve pozitif bir ilişki vardır. Bu iki değişken arasında bir ilişkiden söz edilebilir. Amatör futbolcuların “başarıya yaklaşma güdülerini” ile iletişim düzeyleri arasında

çok zayıf ve pozitif bir ilişki vardır ve istatistiksel olarak anlamlıdır. Bu iki değişken arasında bir ilişkiden söz edilebilir. Amatör futbolcuların “başarısızlıktan kaçınma güdülerini” ile iletişim düzeyleri arasında zayıf pozitif bir ilişki vardır, istatistiksel olarak anlamlı değildir. Bu çalışma araştırmamız bulgularını destekler nitelikte benzerlikler göstermekte ve başarısızlıktan kaçınma ve spor yapma yılı arasında doğru bir orantı olduğu düşünülmektedir.

Khan ve arkadaşları (2011) sporda başarı motivasyonu ve yarışma kaygısı ilişkisini incelemişlerdir. Araştırmaya Aligarh’ın kuzey bölgesinde üniversiteler arası uluslararası düzeyde yarışmalara katılan ve turnuvalardan rastgele seçilen yaşları 17 ile 25 arası değişen 20 badminton sporcusu katılmıştır. Sonuç olarak başarı motivasyon düzeyi sürekli kaygı arasında anlamlı bir negatif ilişki olduğu saptanmıştır. Başarı motivasyon düzeyinin artması ya da azalmasını gösteren bu çalışmada kaygı düzeyinin artması ya da azalması üzerine etki yapmıştır. Bu çalışma araştırmamız bulgularıyla benzerlik göstermemektedir

Tazegül (2016)’ün bireysel branşlarda Türkiye şampiyonlarında ilk üç dereceye giren sporcuların motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması adlı çalışmasında sporcuların “güç gösterme güdüsü” skoru ile derece değişkeni arasında olumlu yönde bir ilişki belirlemişlerdir. İstatistiksel olarak sporcuların “güç gösterme güdüsü arttıkça” elde ettikleri başarı değişkeni de artmaktadır. Bu çalışma araştırmamız bulgularıyla benzerlik göstermemektedir.

Yanar ve arkadaşları (2017) tenis ve badminton sporcularının sporcu kimlik algısı ve başarı motivasyon düzeyleri arasındaki farklılıkların incelenmesi adlı çalışmalarına; 2016-2017 eğitim yılı üniversiteler şampiyonasına katılan üniversitelerin tenis takımları sporcuları ile badminton takımları sporcuları arasından tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 124 tenis sporcusu ve 86 badminton sporcusu olmak üzere toplam 210 sporcu öğrenci katılmıştır. Sporcuların sporcu kimlik algısı ile başarı motivasyonu düzeyleri arasında pozitif yönde ilişki bulmuşlardır. Bu sonuca göre sporcuların sporcu kimlik algısı yükseldikçe başarı motivasyon düzeyleri de yükselmektedir. Bu çalışma araştırmamız bulgularından “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutuyla benzerlik göstermekte ve araştırmamız bulgularını desteklemektedir.

6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırmamızda "Savunma Sporları ile İlgilenen Sporcularda Başarı Motivasyonu" incelenmiştir. Bu bağlamda savunma sporu ile ilgilenen sporcuların başarı motivasyonlarının demografik değişkenler (cinsiyet, eğitim durumu, spora yönelme sebebi, aylık gelir durumu, yarışma kategorisi, spor dalı ve lisanslı spor yapma yılı) açısından farklılaşıp farklılaşmadığı değerlendirilmiş ve buna göre araştırmamızdan elde edilen sonuçlar şu şekilde sunulmuştur;

Demografik özelliklerimizden ilki olan “Cinsiyet” değişkeninin; savunma sporcularının başarı motivasyonları üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Öyle ki; Erkek sporcuların “güç gösterme güdüsü” alt boyut ortalama puanlarının, kadın sporculardan daha yüksek olduğu, dolayısıyla başarı motivasyonu kavramında erkek sporcuların güç gösterme güdülerinin daha ön plana çıktığı sonucuna ulaşılmıştır.

Buna karşın savunma sporcularının, cinsiyet değişkenine göre “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda herhangi bir anlamlı farklılık olmamasına rağmen, erkek sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyut ortalamalarının, kadın sporcuların ortalama puanlarından yüksek olduğu belirlenmiştir. Özellikle yukarıda belirttiğimiz cinsiyet değişkeninin iki alt boyut sonucuna karşın, “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda kadın sporcuların alt boyut ortalamalarının, erkek sporcuların alt boyut ortalamalarından yüksek olduğu görülmüş ve kadın sporcuların başarısızlıkla yüzleşme durumu dikkate alınması gereken bir kavram olarak karşımıza çıktığı görülmüştür.

Demografik özelliklerimizden olan “Eğitim Durumu” değişkeninin “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutu ortalama puanları savunma sporcularının başarı motivasyonları üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Öyle ki, lise mezunu sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” ortalamaları ortaokul mezunları ve üniversite mezunu sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamalarından daha yüksek bulunmuştur.

Demografik özelliklerimizden olan “Sporcuların Spora Yönelme Durumları” değişkeninin; savunma sporcularının başarı motivasyonları “güç gösterme güdüsü” alt boyutu üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Sosyal medya sayesinde spora yönelen sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları hem aile hem de öğretmen vasıtasıyla spora yönelen sporcuların ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Anlaşıldığı üzere sosyal medyanın her insan üzerinde oluşturduğu etki gibi spora yönelen sporcular üzerinde de etkisi yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Spor müsabakaları ve

organizasyonlarının sosyal medyada, TV ve tüm mecralarda yayınlanması, özellikle madalya seremonilerinde, uluslararası müsabakalarda bayrağımızın göndere çekilmesi, milli marşımızın okunması gibi sosyal paylaşımlar sporcular üzerinde pozitif yönde olumlu etkiler uyandırmaktadır.

Ayrıca arkadaş vasıtasıyla spora yönelen sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalamaları ailelerinin vasıtasıyla spora yönelen sporcuların ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksektir. Bu iki bulgu sonucunda spora yönelme durumu, aileye göre arkadaşın daha fazla etkili olduğu, sosyal medyanın ise aile ve öğretmenden daha etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Demografik özelliklerimizden olan “Yarışma Kategorisi” değişkeninin; savunma sporcularının başarı motivasyonları “güç gösterme alt boyutunda” etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Büyükler kategorisinde “güç gösterme güdüsü” ortalamaları hem gençler hem de ümitler kategorisindeki sporcuların güç gösterme ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Anlamlı bu farklılığın büyükler kategorisindeki sporcular ile gençler kategorisindeki sporcular arasındaki ortalama puanlarından kaynaklandığı belirlenmiştir. Büyükler kategorisindeki sporcuların toplum içerisinde kendilerini ispat ve ifade etme duygularının daha baskın olduğu bu dönemde, gençler ve ümitler kategorisindeki sporculara nazaran bu duygulara bağlı olarak “güç gösterme güdülerinin” daha etkin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Demografik özelliklerimizden olan “Lisanslı Spor Yapma Yılı” değişkeninin yapılan analizlere göre “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutu ile lisanslı spor yılları arasında anlamlı düzeyde ve pozitif yönde bir ilişkiye rastlanmıştır. Başka bir ifade ile sporcuların lisanslı spor yılları arttıkça “başarısızlıktan kaçınma güdüsü”nde anlamlı artışlar meydana gelmektedir. Bu sonuç sporcularda başarıya yaklaşımdan daha fazla “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” duygusunu ön plana çıkardığı görülmüştür.

Demografik özelliklerimizden olan “Yarışma Kategorisi” değişkeninin; savunma sporcularının başarı motivasyonlarında “başarıya yaklaşma güdüsü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdülerinin” alt boyutlarında anlamlı farklar bulunamamıştır. Anlamlı farklılık bulunamamasına rağmen, büyükler kategorisindeki sporcuların “başarıya yaklaşma güdüsü” ortalamaları diğer yarışma kategorisindeki sporculara oranla daha yüksek olarak belirlenmiştir. Ayrıca büyükler kategorisindeki sporcuların “başarısızlıktan kaçınma

güdü” ortalamaları diğer yarışma kategorisindeki sporculara oranla daha yüksek olmasına rağmen bu fark da anlamlı değildir.

Demografik özelliklerimizden olan “Spora Yönelme Sebebi” değişkeninin; savunma sporcularının başarı motivasyonları alt boyutlarından “başarıya yaklaşma güdü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdü”nde anlamlı bir farklılığa rastlanmazken yazılı ve görsel medya sayesinde spora yönelen sporcuların “başarıya yaklaşma güdü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı bulunmamıştır. Ayrıca sosyal medya sayesinde spora yönelen sporcuların “başarısızlıktan kaçınma güdü” ortalamalarının diğer sporcuların ortalamalarından yüksek görünse de anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Demografik özelliklerimizden olan “Eğitim Durumu” değişkeninin; savunma sporcularının başarı motivasyonları “güç gösterme güdü” ve “başarıya yaklaşma güdü” alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmadı. Üniversite öğrencilerinin “güç gösterme güdü” ve “başarıya yaklaşma güdü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir.

Demografik özelliklerimizden olan “Aylık Gelir Durumu” değişkeninin; savunma sporcularının başarı motivasyonları “güç gösterme güdü”, “başarıya yaklaşma güdü”, “başarısızlıktan kaçınma” güdü alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Buna rağmen, 5.001-7.500 TL arası geliri olan sporcuların “güç gösterme güdü” ortalamalarının diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olduğu fakat anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Aynı şekilde 3.501-5.000 TL arası geliri olan sporcuların “başarıya yaklaşma güdü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark da anlamlılık içermemektedir.

Demografik özelliklerimizden olan “Spor Dalı” değişkeninin; savunma sporcularının başarı motivasyonları “güç gösterme güdü”, “başarıya yaklaşma güdü”, “başarısızlıktan kaçınma” güdü alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Karate spor dalındaki sporcuların “güç gösterme güdü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlı değildir. Taekwondo sporcularının “başarıya yaklaşma güdü” ve “başarısızlıktan kaçınma güdü” ortalamaları diğer sporcuların ortalamalarından yüksek olsa da bu fark anlamlılık düzeyinde değildir.

Tüm bu değerlendirilmeler sonrasında ortaya çıkan sonuçlarımız değerlendirildiğinde; “Savunma Sporcularının Başarı Motivasyonu” üzerinde etkili olduğu

gözlemlenen demografik değişkenlere ve bu değişkenlerin başarı motivasyonunun alt boyutları açısından değerlendirildiğinde; Cinsiyet, Spora Yönelme Sebebi ve Yarışma Kategorisi değişkeni üzerinde “Güç Gösterme Güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılık ortaya çıkarken, Eğitim Durumu değişkeni üzerinde “Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü” alt boyutunda anlamlı farklılık ortaya çıkmıştır. Ayrıca sporcuların, her ne kadar anlamlı düzeyde farklılık olmasa da lisanslı spor yapma yılı değişkenine göre spor yapma yılı arttıkça başarılı olmaya daha fazla odaklandıkları bu duruma paralel olarak da “başarısızlıktan kaçınma güdülerinin” de ön plana çıktığı ifade edilebilir.

Sonuç olarak bakıldığında savunma sporu ile ilgilenen sporcuların, başarı motivasyon düzeylerinin demografik özellikler açısından değişkenlikler gösterdiği, özellikle sporcuların spor yönelmelerindeki motivasyon faktörünün sosyal medya ve arkadaş yönlendirmesi ile ön plana çıktığı, ayrıca motivasyonun sporda başarı üzerine önemli bir etkisinin olduğu ve bu etkinin analizlerimiz sonucunda spor yapma yılı, yani tecrübe ile daha da arttığını söyleyebiliriz. Bu bağlamda sporda başarı motivasyonu kavramı ve üç alt boyutu ile sporcuların başarılarının artırılmasında önemli bir faktör olduğu ve sporcuların demografik özellikleriyle de farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

Öneriler

Günümüz dünyasında spor sektörü, ciddi yatırımlar gerektiren, değişim ve gelişimini sürekli yenileyen, organizasyon toplulukları olarak varlığını sürdürmektedir. Bu değişim ve gelişime ışık tutan en önemli verileri ise bilimsel araştırmalardan almaktadır. Sporcuyla başarıya götüren en önemli kaynak motivasyondur. Sporcuların olumlu ya da olumsuz motivasyon durumları, performanslarına ciddi anlamda etki etmektedir. Bu bağlamda sporcuların başarıya ulaşmalarında, duygu durumlarını kontrol altında tutabilmek için bilimsel anlamda başarı motivasyon verilerden yardım alarak performanslarına olumlu yönde etki etmesi amaçlanmıştır. Bu amaçlar özelinde, araştırmamızda ortaya çıkan sonuçlar ışığında ve ilgili literatür taraması doğrultusunda bundan sonraki alan yazına katkı sağlaması açısından aşağıdaki önerilerde bulunulmuştur;

- ✓ Araştırmamız Rize ve Trabzon illeri ile sınırlıdır. Diğer illerimiz ve ülke genelindeki sporcularla daha kapsamlı ve geniş örneklem grubu üzerinde çalışılabilir.
- ✓ Yapılan bu araştırmada sporcuların çalıştığımız demografik özellikleri dışında sosyal çevre ile ilgili farklı değişkenler de dikkate alınarak benzer çalışmalar yapılabilir.

- ✓ Sporda başarıya ulaşabilmek için kulübünden maddi kaynak alan ve almayan sporcuların başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi, değerlendirilebilir.
- ✓ Cinsiyet farklılığından ortaya çıkan hormonal farklılıkların başarı motivasyonuna etkisi konusunda araştırmalar artırılabilir.
- ✓ Farklı araştırmalarda savunma sporları (judo, karate, taekwondo) ile ilgilenen sporcular haricinde farklı spor dallarıyla ilgilenen sporcular üzerinde de gerçekleştirilebilir.
- ✓ Sporcu-antrenör çatışmasının başarı motivasyonuna etkisi incelenebilir.
- ✓ Aile ve çevre faktörlerinin, sporcuların başarı motivasyonunun antrenman ve müsabaka performansına etkisi araştırılabilir.
- ✓ Son olarak, sporcuların başarı motivasyonu bağlamında, “spora yönelme” kavramının neredeyse yok denecek kadar az çalışılmış olması, araştırmamız bulguları ve ilgili literatür taraması sonucunda alan yazına çeşitli değişkenler açısından sosyal medya, arkadaş ve yazılı görsel basın faktörüyle katkı sağlayacak daha detaylı çalışmalar yapılabilir.

7. KAYNAKLAR

- Abakay U (2010). Futbolcu-antrenör iletişiminin farklı statülerdeki futbolcuların başarı motivasyonu ile ilişkisi. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Abakay U, Kuru E (2010). Profesyonel ve amatör futbolcuların statü değişkeni açısından başarı motivasyonu farklılıkları. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi 4(3): 186-181.
- Abakay U, Kuru E (2013). Kadın futbolcularda antrenörle iletişim düzeyi ve başarı motivasyonu ilişkisi. University of Gaziantep Journal of Social Sciences 12(1): 20-33.
- Abramson LY, Seligman ME, Teasdale JD. (1978). Learned helplessness in humans: critique and reformulation, journal of abnormal psychology 87(1): 49–74.
- Afyon YA, Tunç A (1997). Beden Eğitimi ve Spor Tarihi. Damla Ofset, Konya; Sayfa: 2-14
- Akandere M, Baştuğ G, Akdoğan Z (2009). Erkek maratoncularda sosyal çevre ve ekonomik durumun spora yönelmeye etkisi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 22: 459-466.
- Akarçeşme C (2004) Voleybolda müsabaka öncesi durumluk kaygı ile performans ölçütleri arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Akbaba S (2006). Eğitimde motivasyon. Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi 13: 343-361.
- Akçakoyun F, Çalışkan E, Karlı H (2010). Dövüş ve takım sporcularının empati düzeylerinin karşılaştırılması. Türkiye Kickboks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi 3(2): 1309-1336.
- Akgün N (1993). Egzersiz Fizyolojisi. Dördüncü baskı. Ege Üniversitesi Matbaası, İzmir.
- Aksu F (2005). Spor işletmelerinde marka oluşturma. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul
- Aktaş Z, Çobanoğlu G, Yazıcılar İ, Er N (2006). Profesyonel basketbolcularda spora özgü başarı motivasyon düzeyinin cinsiyetler açısından karşılaştırılması. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi 4(2): 55-59.
- Aktop A (2002). Spora özgü başarı motivasyonu ile psikolojik ve yapısal özellikler arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Antalya

- Aktop A, Erman KA (2006). Relationship between achievement motivation, trait anxiety and self-esteem. *Biology of Sport* 23(2):127-141.
- Allender S, Cowburn G, Foster C (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. *Health Education Research* 21(6): 826-835.
- Amman MT (2000). “Spor Sosyolojisi”, Sporda Sosyal Bilimler, Can İkizler (ed.), Alfa Yayınları, İstanbul, Sayfa: 85-150.
- Arkonaç SA (1998). Psikoloji Zihin Süreçleri Bilimi. Dördüncü baskı. Alfa Yayınları, İstanbul; Sayfa: 510-515.
- Arslanoğlu K (2005). Futbolun Psikiyatrisi, İthaki yayınları, İstanbul; Sayfa: 309-350.
- Aslan A (2000). Türkiye profesyonel 1. 2. 3. ligi ve amatör takımların başarı motivasyonu farklılıkları ve sportif tecrübe dağılımları üzerine bir araştırma. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Aslan M, Doğan S (2020). Dışsal motivasyon, içsel motivasyon ve performans etkileşimine kuramsal bir bakış. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi* 11(26): 291-301.
- Atasoy B, Kuter FÖ (2005). Küreselleşme ve spor. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü. Eğitim Fakültesi Dergisi 18(1): 11-22 [http://ucmaz.home.uludag.edu.tr/PDF/egitim/htmpdf/2005-18\(1\)/MAK-2.pdf](http://ucmaz.home.uludag.edu.tr/PDF/egitim/htmpdf/2005-18(1)/MAK-2.pdf) [Erişim Tarihi 26 Haziran 2020].
- Atkinson JW (1964). Introduction to motivation. Princeton, NJ: Van Nostrand. Page: 220-250.
- Avcıoğlu H (2005). Etkinliklerle Sosyal Beceri Öğretimi. Birinci baskı. Kök Yayıncılık, Ankara; Sayfa: 100-120.
- Azeez AO (2016). 14 -16 yaş grubu Irak’lı ve Türk erkek çocukların spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep
- Balkis F (2019). Elit seviyedeki tenisçilerin görev ve ego yönelimi hedeflerinin başarı motivasyonlarına etkisinin araştırılması. Yüksek lisans tezi, İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ağrı

- Başer E (1985). Uygulamalı Spor Psikolojisi Performans Sporunda Psikolojinin Rolü. Birinci baskı. T.C. Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü Yayınları, Yayın No: 31, Ankara; Sayfa: 65-72.
- Başer E (1998a). Uygulamalı Spor Psikolojisi. Üçüncü baskı. Bağırhan Yayinevi, Ankara; Sayfa: 186-188.
- Başer E (1998b). Futbolda Psikoloji ve Başarı. Bağırhan Yayinevi, Ankara; Sayfa: 25-65.
- Baumann S (1994). Uygulamalı Spor Psikolojisi. Çeviren: İkizler HC, Özcan AO, Alfa Basım Yayın, İstanbul; Sayfa: 20-35.
- Bayraktar B, Sunay H (2007). Türkiye’de elit bayan ve erkek voleybolcuların spora başlamasına etki eden unsurlar ve spordan beklentileri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi 5(2): 63-72.
- Baysal AC, Tekerarslan E (1996). İşletmeciler İçin Davranış Bilimleri. İkinci baskı. Avcıol Basım-Yayın, İstanbul; Sayfa: 250-300.
- Bezci Ş (2007). Elit Taekwondocuları antrenman öncesi ve sonrası bazı hematolojik ve biyokimyasal parametrelerin incelenmesi. Doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya
- Biçer T (2008). Sporda Toplam Kalite Yönetimi ve Futbol Uygulamaları. Birinci baskı. Beyaz Yayınları, İstanbul; Sayfa: 57-75.
- Binbaşoğlu C (1992). Eğitim Psikolojisi. Kadioğlu Matbaası, Ankara; Sayfa: 300-360.
- Binder B (1999). Psychosocial Benefits of the Martial Arts: Myth or Reality? A Literature Review. Çeviren: Tekin A (2007) Dövüş Sanatlarının Psikososyal Faydaları: Mit Mi Gerçek Mi? Türkiye Kick Boks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi 1: 1-12.
- Bompa TO (1998). Antrenman Kuramı ve Yöntemi. Birinci baskı. Çeviren; Keskin İ, Taner AB, Bağırhan Yayinevi, Ankara; Sayfa: 400-410.
- Bora MV (2013). Beden eğitimi öğretmeni ve sporcu öğrenciler arasındaki iletişimin sportif başarı motivasyonuı ilişkisi. Yüksek lisans tezi, Harran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Şanlıurfa.
- Büyükoztürk Ş, Kılıç-Çakmak E, Erkan-Akgün Ö, Karadeniz Ş, Demirel F (2018). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Yirmibeşinci baskı. Pegem Akademi, Ankara; Sayfa: 80-90.

- Can Y, Güven H, Soyer F, Demirel M, Bayansaldüz M, Şahin K (2009). Elit taekwondo sporcularında aile-antrenör-kulüp desteği ve başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 6(2): 241-252.
- Castarlenas JL, Planas A (1997). Estudio de la estructura temporal del combate de judo. *Apunts. Educación Física y Deportes* 47: 32-39
- Cavanagh PR, Landa J (1976). A biomechanical analysis of the karate chop. *Research quarterly. American alliance for health, Physical education and recreation* 47(4): 610-618.
- Cox JC (1993). Traditional Asian martial arts training: A review. *Quest* 45: 366-388
- Cox RH. (1990). *Sport Psychology, Concepts and Applications*. Second Edition. Dubuque: Wm C. Brown Publishers. Usa; Page: 49-85.
- Çam İ (1990). Sporda bir olgu olarak motivasyon ve motivasyonun sportif performans üzerine etkileri. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, İzmir
- Çimen E, Yaman MD (2020). Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin spora başlama nedenleri ve beklentileri. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi* 3(2): 25-39.
- Daniels K, Thornton EW (1990). An analysis of the relationship between hostility and training in the martial arts. *Journal of Sports Sciences*. 8(2): 95-101.
- Davis B, Byrd RJ (1975). Effects of Judo on the educable mentally retarded. *Journal of Sports Medicine* 15(4): 337-341.
- Deci EL, Ryan RM (1985). The general causality orientations scale: self-determination and intrinsic motivation in human behavior. *Journal of research in personality* 19: 109-134.
- Deci EL, Ryan RM. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry* 11(4): 227-268.
- Deci EL, Vallerand RJ, Pelletier LG, Ryan RM (1991). Motivation and education: The selfdetermination perspective. *Educational Psychologist*, 26(3-4): 325-346.
- Degoutte F, Jouanel P, Filair E (2003). Energy demands during a Judo match and recovery. *Br J Sports Med* 37(3): 245-249.

Demir MK, Budak H (2016). İlkokul dördüncü sınıf öğrencilerinin öz düzenleme, motivasyon, biliş üstü becerileri ile matematik dersi başarılarının arasındaki ilişki. Buca Eğitim Fakültesi Dergisi 41: 30-41.

Desiderato O, Miller IB (1979). Improving tennis performance by cognitive behavior modification techniques. The Behavior Therapist 2(4): 19.

Dirmen A (2014). Farklı liglerde oynayan kadın futbol takımı oyuncularının başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul

Doğan E (2003). Türkiye Cumhuriyeti'nde Karate sporunun tarihi gelişimi (1970- 2000). Yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü, İstanbul.

Doğan O (2005). Spor Psikolojisi. İkinci Baskı. Nobel Kitabevi, Adana; Sayfa:162.

Ekici H (2012). Halkın sporla ilgili belediyelerden beklentileri: Gaziantep'te bir uygulama. 1(3): 53-77.

Engür M (2002). Elit sporcularda başarı motivasyonunun durumluk kaygı düzeyleri üzerine etkisi. Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir

Er N, Çobanoğlu G, Er G (2003). Sporda Başarı Motivasyonunun Cinsiyetler Açısından Analizi. Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi Poster Bildiri Kitabı. Ankara.

Eren E (1996). Yönetim ve Organizasyon. Beta Basım Yayım Dağıtım, İstanbul; Sayfa: 503-510.

Erkan U (1998). Sporcular İçin Zihinsel Antrenör Rehberi. Bağırhan Yayınevi, Ankara; Sayfa: 9-11.

Eroğlu F (1996). Davranış Bilimleri. Üçüncü baskı. Beta Basım Yayım Dağıtım A.Ş, İstanbul; Sayfa: 598-398.

Eroğlu F (2000). Davranış Bilimleri. Beşinci baskı. Beta Basım Yayım Dağıtım A.Ş, İstanbul; Sayfa 587-365.

Ersoy G (1986). Spor ve Beslenme. Milli Eğitim Basımevi, Ankara; Sayfa:6-20.

Filiz B, Demirhan G (2018). Akademik ve spor başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Spormetre 17(2): 138-152.

- Filiz K (2002). Sporun tanımlanması ve kapsamının belirlenmesi üzerine bir çalışma. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi 22(2): 203-211.
- Finkenberg ME (1990). Effect of participation in taekwondo on college women's selfconcept. Perceptual and Motor Skills 71: 891-894.
- Fişek K (1998). Dünyada ve Türkiye’de Spor Yönetimi. İkinci baskı. Bağırhan Yayınevi, Ankara; Sayfa: 13-20.
- Fişekçioğlu B (1994). Toplumsal Yaşamda Sporun Yeri ve Önemi (Ankara Üniversitesi BESYO, 1.Spor Kongresi Kitabı). Erzurum; Sayfa:15-24.
- Fleisher SJ, Avelar C, Latorre SE, Ramirez J, Cubillos S, Christiansen H, Blaufarb H (1995). Evaluation of a judo/community organization program to treat predelinquent Hispanic immigrant early adolescents. Hispanic Journal of Behavioral Sciences 17: 237-248.
- Franchini E, Del Vecchio FB, Matsushigue KA, Artioli GG (2011a). Physiological profiles of elite Judo athletes. Sports Medicine 41(2): 147-166.
- Franchini E, Miarka B, Matheus L, del Vecchio FB (2011b). Endurance in judogi grip strength tests: Comparison between elite and non-elite judo players. Archives of Budo 7(1): 1–4.
- Franchini E, Takito MY, Kiss MAPDM, Sterkowicz S (2005). Physical fitness and anthropometrical differences between elite and non-elite Judo players. Biology of Sport, 22(4): 315-328.
- Franchini E, Takito MY, Nakamura FY (2003). Effects of recovery type after a judo combat on blood lactate removal and on performance in an intermittent anaerobic task. J Sports Med Phys Fitness 43(4): 424-31
- Funakoshi G (1996). Karate-Do Yaşam Yolum. Birinci baskı. Çeviren: Tokcan G, Dharma Yayınları, İstanbul; Sayfa: 100-126.
- Gagne M, Deci EL (2005). Self-determination theory and work motivation. Journal of Organizational Behavior, 26(4): 331-362.
- George D, Mallery M (2010). SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17,0 update (10a ed.) Boston: Pearson Page: 250-295.

Ghorbanzadehkoshki B (2009). Milli Olan ve Olmayan Taekwondocuların Bazı Fiziksel Özelliklerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Ankara

Gibson JL, Ivancevich JM, Donnelly JH Jr., Konopaske R (1997). Organizations Behavior Srtucture Processes (Ninth edition). Boston: MA: Irwin / McGraw-Hill. Inc. Page: 251-310.

Gill DL (1986). Psychological dynamics of sport. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers. Page: 153-247.

Gleser JM, Margulies JY, Nyska M, Porat S, Mendelberg H, Wertman E (1992). Physical and Psychosocial Benefits of Modified Judo Practice for Blind, Mentally Retarded Children: A Pilot Study. 74 (3 Pt 1): 915-25.

Gonzalez MB (1989). The effects of martial arts training on the cognitive, emotional, and behavioral functioning of latency-age youth: Implications for the prevention of juvenile delinquency. Proquest Abstracts. AAC 9008022.

Görmez A (2017). Ankara ili merkez ilçelerinde öğrenim gören ortaöğretim öğrencilerinin spora yönelmelerini etkileyen etmenlerin chaid analizi ile incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara

Green JR (1987). A comparison of the effects of two recreational interventions on various aspects of adaptive behavior and selfconcept among male adolescent offenders with mild mental retardation in residential treatment. Proquest Dissertation Abstracts. AAC 8717644.

Gün T (1994). Judoda psikolojik antrenmanın performans üzerine etkileri. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul

Güney S (2000). Davranış Bilimleri. Genişletilmiş 2. Baskı. Nobel Yayıncılık, Ankara.

Gür A (1979). Spor ve Sosyal Sınıflar. Birinci baskı. Kent basımevi Aydınlik Yayınları, İstanbul; Sayfa: 55-75.

Güven Ö (1992). Spor anlayışımız ve sporun sosyo-psikolojik işlevi. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi 8(1): 35-42.

Haddad M, Ouergui I, Hammami N, Chamari K (2015). Physical Training İn Taekwondo: Generic And Specific Training. Performance Optimization İn Taekwondo: From Laboratory To Field, 85-93.

Hasırcı S (2000). Sporda Denetim Odağı. Birinci baskı. Bağırğan Yayınevi, Ankara; Sayfa: 60-73.

Hayashi CT (1996). Achievement motivation among Anglo-American and Hawaiian male physical activity participants; Individual differences and social contextual factors; Journal of Sport and Exercise Psychology 18(2): 194-215.

Hazar M (1996). Beden Eğitimi ve Sporda Oyunla Eğitim. Beşinci baskı. Tutıbay Yayınları, Ankara; Sayfa: 7-10.

Horst DEM (1976). Sportphysiologie, Tropon Werke Köln- München; Page: 350-485.

Hosseinalipour F (2015). Üniversiteli sporcu öğrencilerin sporda, motivasyon düzeyleri ve stresle başa çıkma yöntemlerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara

Hoşman OY (2018). Tenisçilerin spora özgü başarı motivasyon ve benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması. Doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Konya

Houlston DR, Lowes R (1993). Anticipatory cue-utilization processes amongst expert and non-expert wicketkeepers in cricket. International Journal of Sport Psychology 24(1): 59-73.

IJF- International Judo Federation (2020a). What is Judo? Erişim adresi: <https://www.ijf.org/history/judo-culture> [Erişim tarihi 05 Ocak 2020].

IJF- International Judo Federation (2020b). Judo in women. Erişim adresi <https://www.ijf.org/history/from-martial-art-to-olympic-sport>. [Erişim tarihi 05 Ocak 2020].

IJF- International Judo Federation (2020c). Grading System. Erişim adresi: <https://www.ijf.org/history/judo-corner> [Erişim 05 Ocak 2020].

İkizler HC, Karagözoğlu C (1997). Sporda başarının psikolojisi. Üçüncü baskı. Alfa Yayınları, İstanbul; Sayfa: 41-85.

Joe B (1995). Construction of three-dimensional improved-quality triangulations using local transformations. SIAM Journal on Scientific Computing 16(6): 1292-1307.

Kajbafnezhad H, Ahadi H, Heidarie AR, Askari P, Enayati M (2011). Difference between team and individual sports with respect to psychological skills, overall emotional intelligence and athletic success motivation in Shiraz city athletes. *Journal of Physical Education and Sport* 11(3): 249.

Kano J (1986). *Kodakan Judo*. Kodansha International Ltd., 15-20.

Kantar H (2013). *İşletmede Motivasyon*. Kum Saati Yayınları, İstanbul; Sayfa: 95-130.

Karabulut N (1988). *Judo Eğitim El Kitabı 1*. Milli Eğitim Basımevi, Ankara; Sayfa: 21-22.

Karakaş (2019). Buz hokeyi sporcularının spora özgü başarı motivasyon düzeyleri ve genel öz yeterliliklerinin belirlenmesi. Yüksek lisans tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı. Bolu

Karakoç Ö (2014). *Judo Öğreniyorum* (1st ed.). Spor Yayınevi, Ankara; Sayfa:22-25.

Kat H (2009). Bireysel sporcularla takım sporcularının stres düzeyleri ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılması. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Anabilim Dalı, Kayseri

Kaya C (2010). Sporda yarışma psikolojisi ve motivasyon, Kazanmak mı? Kaybetmek mi? Erişim Adresi: http://www.tavsiyedyorum.com/makale_4709.htm [Erişim Tarihi 25 Aralık 2020].

Khan N, Khan S (2014). Comparative study of sports competitive anxiety and sports achievement motivation between basketball players and all India intervarsity running eventes athletes. *International Journal of Modern Chemistry and Applied*. April

Khan Z, Haider Z, Ahmad N, Khan S (2011). Sports achievement motivation and sports competition anxiety: A relationship study. *Journal of Education and Practice* 2(4): 1-5.

Kılınç M, Ulucan H, Kaya K, Türkçapar Ü (2011). Takım sporu yapanların motivasyon düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 11(2): 133-144.

Kim SK (1995). What is taekwondo (the concept of taekwondo), WTF, taekwondo, No:55, Summer.

- Koç H (2004). Profesyonel futbolcularda durumluk kaygı düzeylerini etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya
- Koç Ş (1994). Spor Psikolojisine Giriş. Saray Medikal Yayıncılık, İzmir; Sayfa: 286.
- Koçel T (2003). İşletme Yöneticiliği. Beta Yayınları, İstanbul; Sayfa: 633-653.
- Koçel T (2010). İşletme yöneticiliği. Onikinci baskı. Beta Basım, İstanbul; Sayfa: 342-353.
- Koh JO, Watkinson EJ (1999). Video analysis of blows to the head and face at the 1999 world taekwondo championships, J Sports MedPhysfitness 42: 348- 53.
- Konter E (1996). Sporda Stres ve Performans. Saray Tıp Kitabevi, İzmir; Sayfa: 45-55.
- Konter E (1998). Sporda Psikolojik Güç ve Performans. 5. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Özetleri. Sayfa: 129-135.
- Kuru E (2000). Sporda Psikoloji. Gazi Üniversitesi, İletişim Fakültesi Basımevi, Ankara: 82-90.
- Kuşan O (2014). Güreş, boks, taekwondo branşındaki elit düzeydeki sporcuların başarı motivasyonunun çeşitli değişkenlere göre değerlendirilmesi. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara
- Küçükahmet L (2000). Sınıf yönetiminde yeni yaklaşımlar. Nobel Yayıncılık, Ankara. Sayfa: 47-88.
- Layton C (1988). Psychological Effects of Unemployment: A Selected Overview. University of London Institute of Psychiatry, De Crespigny Park, Denmark Hill, London SE5 8AF
- Lokman K (1998). Taekwondo İz Bırakanlar. Ulus Basımevi, Ankara; Sayfa: 53-88.
- Madden ME (1995). Perceived vulnerability and control of martial arts and physical fitness students. Perceptual and Motor Skills 80: 899-910.
- Mark H (1984). Taekwondo entwicklung, lehre, erfolge, European taekwondo Union, Stuttgart; Page: 15-20.
- Maslow AH (1943). A theory of human motivation. Psychological Review 50(4): 370-396.
- Matsumoto T (2004). Gummy finger and paper iris: an update. The 2004 Workshop on Information Security Research: Yokohama National University.

Mavi S, Tuncel S, Tuncel F, Akdemir B (2012). Ankara'da yaşayan insanların spor yapma ve yapmama nedenleri. Uluslararası Hakemli Akademik Sosyal Bilimler Dergisi 2(3): 44-52.

McClelland DC, Atkinson JW, Lowell EW (1976). The achievement motive. New York: Halsted Press.

Mengütay S (1997). Morpa Spor Ansiklopedisi. Cilt 2. Orhan Ofset, İstanbul.

Merrilee N. Zetaruk, Mariona A. Violan, David Zurakowski, Lyle J. Micheli (2000). Karate injuries in children and adolescents, accident analysis and prevention 32: 421-425.

Michael J, Howe A (2001). Öğrenme Psikolojisi. Çeviren: Kılıç E, Alfa yayıncılık, İstanbul; Sayfa: 75-135.

Mouloud K, El-Kadder BA (2016). Self-efficacy, achievement motivation and anxiety of elite athletes. Institute of physical education and sport, Mostaganem University. Journal of Sports and Physical Education 3(4): 45-48.

Mungan S (1995). Sporda motivasyon faktörü olarak ödül ve ceza. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul

Muramatsu S, Horiyasu T, Sato SI, Hattori Y, Yanagisawa H, Onozawa K, Tezuka M (1994). The relationship between aerobic capacity and peak power during intermittent anaerobic exercise of Judo athletes. Bulletin of the Association for the Scientific Study on Judo Kodokan 8: 151-160.

Murray HA (1938). Explorations in personality: A clinical and experimental study of fifty men of college age. New York: Oxford University Press. Page: 142-230.

Neumeister KLS, Finch H (2006). Perfectionism in High-Ability Students: Relational Precursors and Influences on Achievement Motivation. The Gifted Child Quarterly; Summer 50(3): 238-251.

Nicholls, JG (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. Psychological Review, 91 (3): 328-346. Erişim Adresi: <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328> [Erişim Tarihi 22 Kasım 2020].

Ohlenkamp N (2001). IJF Requirements for a Competition Judogi. Erişim Adresi: <https://judoinfo.com/gi1/> [Erişim Tarihi 12 Aralık 2020].

- Özbek O, Şanlı E (2011). Karate branşındaki üniversite elit sporcularının bu branşa yönelme nedenleri ve beklentileri. *Journal of Physical Education & Sports Science / Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 5(3): 203-214.
- Özerkan KN (2004). *Spor Psikolojisine Giriş Temel Kavramlar*. Birinci baskı. Nobel Yayınları, Ankara; Sayfa: 45-139.
- Özkalp E (1997). *Davranış Bilimlerine Giriş*. Anadolu Üniversitesi Yayınları, Yayın No:1027, Eskişehir; Sayfa: 331-340.
- Öztek İ (1999). *Judo Sözlüğü*. Ata ofset, Ankara; Sayfa: 2-45.
- Öztürk F (1998). *Toplumsal Boyutlarıyla Spor*. Bağırhan Yayınevi, Ankara; Sayfa: 95-100.
- Page SJ, O'Connor E, Peterson K (2001). Leaving the disability ghetto: A qualitative study of factors underlying achievement motivation among athletes with disabilities. *Journal of Sport and Social Issues* 25(1): 40-55.
- Polga İ (1999). Milli Takım seviyesinde Serbest ve Grekoromen Türk Güreşçilerinin sosyo ekonomik yapılarının araştırılması. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara
- Ramazanoğlu F (2000). *Taekwondo Teorisi*. Özal Matbaası, İstanbul; Sayfa: 69–80.
- Richman CL, Rehberg H (1986). The development of self-esteem through the martial arts. *International Journal of Sport Psychology* 17(3): 234-239.
- Roberts GC (1992). Motivation in sport and exercise: Conceptual constraints and convergence. In GC Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* Champaign, IL: Human Kinetics. Page: 3-29.
- Rusillo MTC, Arias PFC (2004). Gender differencies in academic motivation of secondary school students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* 2(1): 97-112.
- Ruthankoon R, Ogunlana S (2003). Testing Herzberg's Two-Factor Theory n The Tai Construction Industry. *Engineering, Construction And Architectual Management* 10(5): 333-341.
- Ryan RM, Deci EL (2000a). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definations and new directions. *Contemporary Educational Psychology* 25: 54-67.
- Ryan RM, Deci EL (2000b). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social develeopment and well-being. *American Psychologist* 55(1): 68-78.

Sanchez AG, Dominguez AS, Turpin JAP, Tormo JMC, Llorca CS (2011). Importance of hand-grip strength as an indicator for predicting the results of competitions of young judokas. Archives of Budo 7: 167-172.

Savaş İ (1993). Spor Sözlüğü Terimler ve Açıklamalar. Remzi Kitabevi, İstanbul.

Schneider RC, Robert EB (2006). Obtaining maximum effort and results from your athletes through motivation strategies 19(6): 27-31.

Sihag A (2016). Factors affecting employee motivation for organizational effectiveness health care employees. Indian Journal of Positive Psychology 7(2): 256-260.

Sikorski W, Mickiewicz G, Majle B, Laksa C (1987). Structure of the contest and work capacity of the judoist. Proceedings of the International Congress on Judo “Contemporary Problems of Training and Judo Contest”. Spala. Proceedings. Spala, European Judo Union. 9(11): 58-65.

Soyer F, Can Y, Güven H, Hergüner G, Bayansaldüz M, Tetik B (2010). Sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi 7(1): 226-239.

Şahan H (2007). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü. Doktora tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Anabilim Dalı, Konya

Şahin HM (2002). Beden Eğitimi ve Sporda Temel Kavramlar Sözlüğü. Gaziantep Spor Kulübü, Spor Eğitim Yayınları, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara; Sayfa: 70-85.

Tanrıkulu B (2019). Taekwondo, judo, karate sporu ile uğraşan 10-15 yaş grubu elit sporcuların başarı algılarının incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Konya

Tavacıoğlu L (1999). Spor psikolojisi-bilişsel değerlendirmeler. Sporsal Kuram Dizisi 23 Bağırhan Yayınevi, Ankara; Sayfa: 39-44.

Tazegül Ü (2016). Bireysel branşlarda Türkiye şampiyonalarında ilk üç dereceye giren sporcuların motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması. Uluslararası Spor Araştırmaları Dergisi 6(2).

Tekin G, Aykora E, Bozacı S, Eliöz M (2010). Dövüş ve takım sporcularının yalnızlık düzeyleri açısından karşılaştırılması. Türkiye Kickboks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi 3(2): 29-36.

Thomas R (1996). Science and Soccer, An Imprint of Chapman& Hall. Great Britain. Page: 280-285.

Thomas SG, Cox MH, Legal YM, Verde TJ, Smith HK (1989). Physiological profiles of the Canadian National Judo Team. Can. J.Sport Sci. 14: 142-147.

Tiryaki Ş (2000). Spor Psikolojisi, Kavramlar, Kuramlar ve Uygulama. Eylül Kitap ve Yayınevi, Mersin; Sayfa: 10-19.

Tiryaki Ş, Gödelek E (1997). Spora özgü başarı motivasyonu ölçeğinin Türk sporcuları için uyarlama çalışması; 1. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu Bildiri Kitapçığı, Bağırhan Yayınevi, Ankara; Sayfa: 128-141.

Turhan M (2009). Profesyonel futbolcularda depresyon düzeyi, anksiyete düzeyi ve kişilik özellikleri ile sporda başarı motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, İstanbul Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul

Türkel Ç (2010). İlköğretim öğrencilerinin sportif faaliyete katılım düzeyi ile sosyal uyum ve iletişim beceri düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri

TJF- Türkiye Judo Federasyonu (2020). Judo ve tarihçe. Erişim Adresi: <https://www.judo.gov.tr/kurumsal/tarihcesi>. [Erişim 25 Aralık 2020]

TKF- Türkiye Karate Federasyonu (2020). Karate ve Tarihçe. Erişim Adresi: <http://www.karate.gov.tr/?s=tarihce>. [Erişim 12 Aralık 2020].

TTF- Türkiye Taekwondo Federasyonu (2020). Taekwondo ve tarihçe. Erişim Adresi: <https://www.turkiyetaekwondofed.gov.tr/default.asp?SayfaID=10> [Erişim 22 Kasım 2020].

Türkmen M (2005). Profesyonel ve amatör erkek futbolcuların sporda başarı motivasyonu ve başarı gereksinimi düzeylerini belirlemek. Yüksek lisans tezi, Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Öğretmenliği Anabilim Dalı, İzmir

Üstün ÜD, Acet M, Ersoy A (2016). Sporcular için spora özgü başarı motivasyonu: Yaz spor okulundan bir örnek. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi 49: 115-123.

Van Malderen K, Jacobs C, Ramon K, Zinzen E, Deriemaeker P, Clarys P (2006). Time and technique analysis of a Judo fight: a comparison between males and females. In: Hoppeller H, et al., editors. Annals of the 11th Annual Congress of the European College of Sport Science. Cologne: Sportverlag Strauss. 5-8 July 101.

Weinberg RS, Gould D (1995). Foundations of sport and exercise psychology. Champaign, IL: Human Kinetics. 59-72, 137-160.

Weinberg RS, Smith J, Jackson A, Gould D (1984). Effect of association, dissociation and positive self-talk strategies on endurance performance. Canadian Journal of Applied Sport Sciences 9(1): 25-32.

Whetten AD, Cameron KS (1995). Developing Management Skills (Third edition). New York: Harper Collins Collage Publishers. Page: 350-400.

Williams C (1979). The Sports Science. H.Ü. 1. Ulusal Spor Bilimleri Kongre Kitabı, (14 15 Mart 1990).

Willis DJ (1982). Three scales to measure sport related motives in sports. Journal of Sport Psychology 4: 338-353.

WTF- World Taekwondo Federation (2020). Origin of taekwondo. Erişim Adresi: <http://www.worldtaekwondo.org/rules-wt/rules.html> [Erişim Tarihi 20 Ekim 2020].

Yalçın İ (2015). İşitme engelli futsal sporcularının başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Elazığ

Yaman M, Duman S, Hergüner Ç (2001). Türkiye ligindeki müsabık voleybolcu, hentbolcu ve futbolcu bayanlar arasındaki başarı motivasyonu farklılıklarının araştırılması. Eğitim Araştırmaları Dergisi 25: 102-107.

Yanar Ş, Kırandı Ö, Can Y (2017). Tenis ve badminton sporcularının sporcu kimlik algısı ve başarı motivasyon düzeyleri arasındaki farklılıkların incelenmesi. Spor Eğitim Dergisi 1(1): 51-58.

Yetim AA (2000). Sosyoloji ve Spor. Topkar Matbaacılık, Ankara; Sayfa: 27-28.

Yıldırım Y (2007). Türkiye’de performans tenisi yapan sporcuların tenise başlama nedenleri ve beklentileri. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor, Spor Yönetim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Ankara.

Yıldız SM (2009). Spor ve Fiziksel Etkinlik Hizmetleri: Geniş Bir Sınıflama. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 12(22): 1.

Yılmaz A, Kırımoğlu H, Kaynak K (2019). Türkiye görme engelliler yüzme şampiyonasına katılan sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi Journal of Sports and Performance Researches 10(3): 270-281.

Zinsser N, Bunker L, Williams JM (1998). Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance. Cognitive techniques for building confidence and enhancing performance; Page: 291.

Zorba E (2001). Fiziksel Uygunluk. Başak ofset, Muğla; Sayfa: 3-7.

Zorlu E, Algün Doğu G, Yıldız AB, Yılmaz B (2020). Atletizm branşındaki sporcuların kişilik özelliklerinin başarı motivasyonuna etkisinin incelenmesi. Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi 3(1): 24-35.

EKLER

EK 1. Ölçek Formu

Değerli Sporcular; Bu Akademik Çalışmamızın Amacı Savunma Sporları ile İlgilenen Sporcularda Başarı Motivasyonunun İncelenmesidir. Tek Sayfadan Oluşan Bu Çalışmamız Sadece Bilimsel Amaçlı Kullanılacaktır. Ayıracağınız Zaman İçin TEŞEKKÜR EDERİM...						
Doç.Dr.Hayri AYDOĞAN Tez Danışmanı			Gülcan ÇAKMAKÇI Yüksek Lisans Öğrencisi			
Cinsiyetiniz?	☐ Kadın (1)	☐ Erkek (2)				
Eğitim Durumunuz?	☐ Ortaokul (1)	☐ Lise (2)	☐ Üniversite (3)			
Aylık Gelir Durumu	☐ 0 - 1.603 TL (1)	☐ 1.604–3.500 TL(2)	☐ 3.501 –5.000 TL (3)	☐ 5.001 –7.500 TL (4)	☐ 7.501 TL ve Üzeri (5)	
Yarışma Kategorisi	☐ BÜYÜKLER (1)	☐ GENÇLER (2)	☐ ÜMİTLER (3)			
Spora Yönelme Sebebiniz?	☐ Aile (1)	☐ Arkadaş (2)	☐ Öğretmen (3)	☐ Yazılı-Görsel Basın (4)	☐ Sosyal Medya (5)	
Spor Dalı	☐ Judo(1)	☐ Karate(2)	☐ Taekwondo(3)			
Lisanslı Spor Yapma Yılı						
SPORA ÖZGÜ BAŞARI MOTİVASYON ÖLÇEĞİ						
Mensubu Olduğunuz Spor Kulübü ile alakalı Değerlendirme Yapınız. Tabloda "Spora Özgü Başarı Motivasyon Ölçeği" İçin Verilen İfadelerden Size En Uygun Şıkka (X) İşareti Koyunuz.						
		(1) Hiçbir Zaman	(2) Çok Az	(3) Bazen	(4) Oldukça Fazla (4)	(5) Her Zaman
1	Takım arkadaşlarım oyundaki mücadeleciliğime saygı duyarlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2	Maçtan hemen önce gergin oluyorum ve olduğum yerde duramıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3	Takım arkadaşlarımı oyuna ısındırma becerisine sahibim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4	Zor bir antrenman anında çalıştırıcının takdiri bana zorluğu unutturur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5	Diğerleri beni önde gelen bir yarışmacı olarak görmüyorlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6	İyi bir oyun çıkarmak bana heyecan veriyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7	Takım arkadaşlarım liderlik yeteneğime saygı duyarlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8	İzleyiciler varken daha iyi oynadığımı düşünüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9	Takım arkadaşlarım kadar psikolojik olarak sert ve dayanıklı görünmüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10	Takım arkadaşlarım iş bitiriciliğimi ve kararlılığımı beğeniyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11	Diğer oyuncuların eğitilmesi için çok çaba gösteriyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12	Sportaki geçmiş başarılarımdan söz etmeyi sevmiyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13	Takım lideri olmaktan hoşlanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14	Maçta kendimi oyuna öylesine veriyorum ki geçici olarak gerçekle bağlantımı yitiriyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15	Kaybedilen bir maçtan sonra uyumakta güçlük çekiyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16	Bir maçı kazanınca kendimi çok tatmin olmuş hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17	Bir maçtan önce sakin olmak benim için zordur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18	Yeteneklerini geliştirmek için fazladan antrenman yapmaya istekli olan sporcuları takdir ediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19	İnsanların maç sırasında beni izlemelerinden hoşlanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20	Sporda başarılı olmayı istiyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
21	Benimle aynı düzeyde olan birisiyle basa bas mücadele ederken kazanmaktan çok kaybederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
22	Kaybetmek beni gereğinden fazla etkiler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
23	Sporda başarılı olmak için tüm yıl boyunca çalışmayı isterim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
24	Amacım, bir spor dalında önde gelen biri olmaktır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
25	Maç sırasında, maçı verebilecek bir hata yaparsam kendime gelmem biraz zaman alır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
26	İyi bir sporcu olmak benim için önemli değildir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
27	Bazen, maçı kaybettiğimizde günlerce bunu kendime dert ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
28	Bir maçtan hemen önce karnıma ağrılar girer.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
29	Sportif kapasitemi beğenmiyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
30	Çok yetenekli rakiplere karşı daha iyi oynadığımı sanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
31	En iyisini yapmak için çok çaba gösteriyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
32	Birisiyle maç hakkında konuşurken heyecanlanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
33	Tanınmak umuduyla spor branşında çok çalışıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
34	Bir hata yaptığımda maçın geri kalan bölümünde bu beni çok üzüyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
35	Bir takım arkadaşımın oynamasına yararlı olacak önerilerde bulunmaktan hoşlanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
36	Başkalarının güç bulduğu bir görevin bana verilmesinden zevk duyuyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
37	Bir maçtan önce olabilecekleri kendime çok dert etmiyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
38	Sezon dışında sporu unutmaktan hoşlanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
39	Maçtan önceki gece uyumakta güçlük çekiyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
40	Başarıya açılan yol, şanstın daha çok fazla çalışmadan geçer.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

EK 2. Etik Kurul Raporu



T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
Tıp Fakültesi
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul Başkanlığı

Sayı : 40465587-050.01.04-155
Konu : Etik Kurul

20.06.2019

Sayın Doç. Dr. Hayri AYDOĞAN

Üniversitemiz Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kuruluna yapmış olduğunuz **“Savuma sporu ile ilgilenen sporcularda başarı motivasyonu”** isimli başvurunuz etik kurulumuz yönergesine göre **29.05.2019** tarihinde yapmış olduğunuz toplantıda incelenmiş olup, **2019/87** karar numarası ile bilimsel ve etik yönden **uygun** bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla rica ederim.

 e-imzalıdır
Dr. Öğr. Üyesi Atilla TOPÇU
Başkan

Tel : Fax :

Bilgi : BURAK HANKAYA

*Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanununa göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Kodu : 99AA66BA-03C5-4572-9390-32D826CBF3AF - <http://ebys.erdogan.edu.tr/EBYS/eimzadogrulam>*



ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Soyadı, Adı : ÇAKMAKÇI Gülcan

Uyruğu : TC

Doğum Tarihi ve Yeri : [REDACTED]

Telefon (İş) : [REDACTED]

E-Posta : [REDACTED]

Yazışma Adresi (İş) : [REDACTED]

EĞİTİM BİLGİLERİ

Derece	Mezun Olduğu Kurumun Adı	Mezuniyet Yılı
Lisan	Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi (Spor Yöneticiliği)	2013
Lise	Rize Lisesi	2007

YABANCI DİL

İngilizce

ÖDÜLLER/ TEŞVİKLER/ BURSLAR

- Ümitler Türkiye Judo Şampiyonası İkinciliği / 2006

HOBİLER

Spor yapmak, kitap okumak ve seyahat etmek.