



TÜRKİYE CUMHURİYETİ
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

ÜST DÜZEY TENİS SPORCULARININ TENİSİ BIRAKMA NEDENLERİNİN İNCELENMESİ

SERDA ÖRNEK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

DANIŞMAN
PROF.DR. TURGAY BİÇER

2020 - İSTANBUL

Beyan

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün safhalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışması ile elde edilmemiş bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tezin çalışılması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığı beyan ederim.

Serda ÖRNEK

İmza



Teşekkür

Bu çalışmanın her aşamasında bana destek olan ve hayatımın dönüm noktasında yeni bir bakış açısı sağlayan, benim için çok değerli olan danışmanım, hocam, dostum, abim, arkadaşım olan sevgili Prof. Dr. Turgay BİÇER'e sonsunuz desteklerinden dolayı teşekkürlerimi sunarım.

Tüm bilgilerini benimle paylaşan, her başım sıkıştığında yanımda olan ve bu çalışmanın teknik kısmından fikirlerini paylaşan sevgili eski iş arkadaşım olan Enka Tenis baş antrenörü Bora Gerçeker'e en içten teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın bu değişim aşamasında her zaman bana destek olan, verdiğim kararlara güvenen ve bana güç veren sevgili babam ve ablama sonsuz minnetlerimi sunarım. Son olarak beni büyüten, güçlü bir birey olamamı sağlayan, bana tüm bildiklerini aktaran, ayaklarım üzerinde durmayı öğreten ve sonsuz sevgisini ilgisini esirgemeyen benim gibi bir eğitimci olan sevgili annem Silva Örnek'e minnetle teşekkürü bir borç bilirim.

Serda ÖRNEK

İçindekiler

Beyan	i
Teşekkür	ii
İçindekiler	iii
Tablolar Listesi	v
Şekiller Listesi	vi
1. ÖZET	1
2. ABSTRACT	2
1. GİRİŞ	3
2. GENEL BİLGİLER	7
2.1. Üst Düzey Sporcu	7
2.2. Tenis	7
2.2. Tenisin Tarihçesi	13
2.3. Tenisin Gelişimi	16
2.3.1. Dünyada Tenisin Gelişimi	16
2.3.2. Türkiye’de Tenisin Gelişimi	20
2.4. Tenis Sporcularında Gerekli Olan Performans Özellikleri	21
2.4.1. Tenis Sporcularının Fizyolojik Özellikleri	21
2.4.2 Tenis Sporcularının Zihinsel ve Psikolojik Özellikleri	24
2.4.2.1 Güdülenme (Motivasyon)	26
2.4.2.2 Tutum	28
2.4.2.3 Tatmin	32
2.6. Sporcuların Tenisi Bırakma Nedenleri	35
3. GEREÇ VE YÖNTEM	47
3.1. Araştırmanın Amacı	47
3.2. Araştırmanın Önemi	48

3.3. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Varsayımları.....	49
3.4. Araştırmanın Yöntemi.....	49
3.5. Araştırmanın Deseni.....	49
3.6. Örneklem Seçimi	50
3.7. Veri Toplama Aracı.....	50
3.8. Verilerin Analizi	50
4. BULGULAR VE YORUM	51
4.1. Katılımcıların Demografik Bulgularının Analizi.....	51
4.2. Nitel Bulguların Analizi	54
4.2.1. Sporcuların Nasıl Bir Sporcu Olduklarına İlişkin Görüşleri.....	54
4.2.2. Tenis Sporunun Sporcular Açısından Anlamı	56
4.2.3. Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri	58
4.2.4. Sporcuların Teniste En Çok Nelerden Hoşlandıklarına İlişkin Görüşleri	62
4.2.5. Sporcuların Eleştiri ve Yenilgi Karşısındaki Tepkileri	67
4.2.6. Sporcuların Tenis Oynarken Karşılaştıkları Zorluklara İlişkin Görüşleri	69
4.2.7. Sporcuların Tenisten Beklentileri.....	71
4.2.8. Sporcuların Tenisi Bırakma Nedenlerine İlişkin Görüşleri	73
4.2.9. Sporcuların Tenisi Bırakma Sürecine İlişkin Görüşleri.....	75
4.2.10. Sporcuların Tenisi Bırakma Kararından Sonraki Görüşleri.....	76
5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....	78
6. KAYNAKLAR	83
7. EKLER.....	99
8. ÖZGEÇMİŞ.....	102

Tablolar Listesi

Tablo 1. Çocukların sporu bırakma nedenleri	36
---	----



Şekiller Listesi

Şekil 1. Tenis saha ölçüleri	8
Şekil 2. Le Jeu du Paume	14
Şekil 3. Çim kortta oynanan bir tarihi tenis oyunu	15
Şekil 4. Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımları.....	51
Şekil 5. Katılımcıların yaşlarına göre dağılımları	52
Şekil 6. Katılımcıların medeni durumları.....	53
Şekil 7. Katılımcıların eğitim durumlarına göre dağılımları.....	53
Şekil 8. Katılımcıların mesleklerine göre dağılımları.....	54



Üst Düzey Tenis Sporcularının Tenisi Bırakma Nedenlerinin İncelenmesi

Öğrenci Adı: Serda ÖRNEK

Danışman Adı: Prof. Dr. Turgay BİÇER

Anabilim Dalı: Beden Eğitimi ve Spor

1. ÖZET

Amaç: Üst düzey tenis sporcularının tenisi bırakma nedenlerinin detaylı bir biçimde incelenmesi.

Gereç ve yöntem: Yapılandırılmış mülakat formu

Bulgular: Üst düzey tenis sporcularının yorumları

Sonuç: Araştırmanın sonunda sporcuların tenisi bırakma sürecine ilişkin görüşlerinde ise tenisi bir anda bırakmaya karar vermedikleri zaman içerisinde yaşananlarla tenisi bırakmaya karar verdiklerini, sporcuların her ne kadar tenisi bırakmaya karar vermiş olsalar da, bu kararın kendileri açısından zor bir karar olduğunu ve bu süreçte bir takım zorluklarla karşılaştıklarını ve kendilerini boşlukta hissettiklerini ifade ettikleri görülmüştür. Sporcuların tenisi bırakma nedenlerine ilişkin görüşlerinde ise bazılarının gönüllü olarak tenisi bırakmayı istedikleri, bazılarının ise zorunlu olarak tenisi bırakmak durumunda kaldıkları görülmektedir. Buna göre, bazı sporcuların sağlık sorunlarından dolayı tenisi bırakmak durumunda kaldıkları, bazılarının ise maddi koşullarından ve başarısız olma kaygısından ötürü tenisi bırakmak zorunda kaldıkları görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Tenis, tenisi bırakma, sağlık sorunu, maddi koşullar

Examining the Reasons of Elit Tennis Players Giving Up Tennis Career

Student Name: Serda ÖRNEK

Name of Supervisor: Prof. Dr. Turgay BİÇER

Department: Physical Training and Sports

2. ABSTRACT

Objective: To elaborate the reasons for senior tennis athletes to quitting tennis.

Material and method: Structured interview formula

Results: Examination of senior tennis athletes

Conclusion: At the end of the research, in the opinions of the athletes about quitting the tennis, they decided to quit the tennis with what happened when they did not decide to quit the tennis at once, although the athletes decided to quit the tennis, this decision was a difficult decision for them and they faced some difficulties in this process. It was seen that they expressed their feelings in emptiness. In the opinions of the athletes about the reasons for quitting tennis, it is seen that some of them want to quit tennis voluntarily and some of them have to quit tennis. Accordingly, it was observed that some athletes had to quit tennis because of their health problems, while others had to quit tennis because of their financial conditions and anxiety to fail.

Key words: Tennis, giving up tennis, health problem, financial conditions

1. GİRİŞ

Spor insan bedeninin sahip olduğu işlevsel ve yapısal niteliklerinin geliştirilebilmesi, kaslar ve eklem dengeli ve kontrollü bir şekilde geliştirilmesini sağlayan; en ekonomik şekilde fiziksel gücün kullanımı ile organ ve uzuvların kontrolünü ve düzenli bir biçimde hareket etmeyi kapsayan çalışmalar bütünüdür. Spor faaliyetleri ayrıca bireylerin sosyal ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik, genetik kapasitesi ve bulunduğu yaş döneminin gerektirdiği gücü elde edebilmesi için rekabete dayalı olmaksızın yapılan ve uygulanan bir bilim dalını oluşturmaktadır.

Spor kavramı günümüzde birçok alanı kapsayan önemli bir olguyu oluşturmaktadır. Bu bağlamda hem çağdaş yaşamının getirdiği hareketsiz hayat tarzına karşı farklı seçenekler oluşturmakta hem de sağlıklı kalabilmenin bir yolu olarak değerlendirilmektedir. Öte yandan uluslararası önemli organizasyonların yapıldığı, ulusal ve uluslararası saygınlık sağlamaya yardımcı olan ve aynı zamanda çelişkili olarak sağlığı tehdit edecek düzeyde rekorların kırıldığı bir alan haline de gelmiştir. Sosyalleşme, eğlenme, oyun hedeflerinin gerçekleştirilmesi gibi unsurları yerine getirmesi yanı sıra günümüzde önemli bir meslek dalını da oluşturmaktadır. Profesyonel anlamda birçok dalı olan sporda ön plana çıkan spor dallarından birisi de tenistir.

Tenis sporu günümüzde en gözde beş spor dalından birisidir. İnsanlar turnuvalarda hem oynama hem de izlemenin hazzını tatmaktadır. Bu nedenle bireylerin tenis oynamaya ve izlemeye ayırdığı zaman da katlanarak artmaktadır. Günümüzde dünyada Profesyonel Erkek Tenisçiler Birliği (ATP)'de 1814 profesyonel erkek tenis oyuncusu kayıtlı iken, Profesyonel Kadın Tenisçiler Birliği (WTA)'da 1106 profesyonel kadın tenis oyuncusu kayıtlıdır. Dünyada toplamda 2920 profesyonel tenisçi bulunmaktadır (OTI, 2020).

Dünyada iyi profesyonel tenisçilerin sayısına bakıldığında Amerika Birleşik Devletleri (ABD)'nin ilk sırada olduğu görülmektedir. Bunu İsviçre, Almanya, Sırbistan, Çek Cumhuriyeti, İsveç, İspanya, Belçika, Avusturalya ve Danimarka takip etmektedir (Tennis365, 2018). Bunun yanı sıra dünyanın birçok yerinde profesyonel tenis oldukça önemli bir yer tutar. Örneğin İtalya'da gözde altıncı spor

dalını oluşturmakta ve 1 milyon 298 bin profesyonel tenis sporcusu olduğu görülmektedir (Wikipedia, 2020). ABD’de lisanslı tenis sayısı günümüzde 17,9 milyon iken (TA, 2020); İngiltere’de bu rakamın 608 bin olduğu görülmektedir (LTA, 2020). Ülkemize bakıldığında ise 2015 yılında 36 bin 900 olan lisanslı tenisçi olduğu (Haber Türk, 2016), bu rakamın 2019’da 56 bin’lere ulaştığı görülmektedir (Kocalar, 2019). 2020 yılında ise tenise olan ilginin büyüdüğü ve 61 bin’lere yaklaşan rakamın 100 binlere ulaşmasının hedeflendiği görülmektedir ( zden, 2020).

Tenis oyuncularının şimdiki nesle kadar çoğunluğunun 30 yaşından önce emekli olduğu görülmektedir. Ancak antrenman, teknoloji, beslenme ve daha birçok gelişme ile birlikte tenisçilerin emekli olma yaşı biraz daha uzamıştır. Günümüzde en iyi oyuncuların 30’larında oynadığı, bazılarının 40’ına yaklaştığı görülmektedir. Bir tenisçi için g n m zce ortalama emeklilik yaşının ise 33-37 olduğu belirtilmektedir (Simonsson, 2020). Otoritelere göre, Türkiye’de ise tenis sporu ile uğraşan aktif (m sabık) kulüp sporcuları sayıları ile tenise yeni başlayan çocukların sayıları göz önüne alındığında, başlangıç seviyesinden sonra çocukların çoğunun yaklaşık 15 yaşına kadar tenise devam edip daha sonra en verimli çağlarında spor yaşamlarına devam etmedikleri görülmüştür.

Tenis oyuncularının emekli olması ya da sporu bırakmasının birçok nedeni olduğu düşünülmektedir. Bunlardan birisi sponsorluktur. Profesyonel tenis oyuncularının neredeyse tamamı geçimini tenis oynayarak sağlamaya çalışmaktadır. Ancak bunların ilk 200’ nde bulunanlar geçimini sağlayacak kadar para kazanabilmektedir. Diğer her birey ailesinin, bir kulüp takımının ya da diğer bağışçıların sponsorluğuna güvenmek zorunda kalmaktadır (OTI, 2020). Bu bağlamda sponsorluk hem dünyada hem de ülkemizde birçok sporcunun amacına ulaşması ve hayatını devam ettirebilmesi için önemli bir unsur oluşturmaktadır (Tınaz, 2011). Tenis branşı bütün dünyada kamuoyu tarafından büyük ilgiyle takip edilmektedir. Dünyaya bakıldığında sporculara birçok kurum ve kuruluşun destek verdiği ve sponsorluk yaptığı çeşitli örnekler görülebilmektedir. Ancak  lkemizde tenis hem izleyici hem de katılımcı açısından birçok batı ülkesine göre daha az ilgi görmektedir ve tenis sporuna gönül vermiş bireylerin çalışmaları ve kurumun dışında

gelişmesine çok önem verilmemekte; ülkemizde tenis sponsorluğunun olması gereken yerde olmadığı açıktır. Bu durum, ülke olarak tenis (spor) kültürünün eksikliği, vergi mevzuatındaki aksaklıklar, halk çapında bilgi ve bilinç eksikliği, basının konuya gereken önemi göstermemesi ve üst düzey bir yıldız tenisçinin olmaması gibi pek çok sebepten kaynaklanmaktadır (Tınaz, 2008).

Sponsorluğun yanı sıra tenis oyuncularının başarılı olmak için sürekli emek harcaması gerekmektedir. Kasım ve Aralık aylarında yalnızca küçük bir sezon dışı dönem bulunmakta ve oyuncuların çoğu yıl boyunca sert kortlarda antrenman yapmaktadır. Yorucu bir programa sahip olan tenisçiler genellikle çok küçük yaşlardan itibaren yollarda zaman geçirmektedir. Bu da oyuncularda tükenmişlik durumuna girmelerine neden olabilmektedir. Tenis için hayati önem taşıyan el-göz dengesi ve uyumu yaş arttıkça tenis oyuncularında düşüş göstermektedir (Simonsson, 2020).

Genel olarak tenis dışında diğer spor dallarını bırakma nedenlerini araştıran çalışmalara bakıldığında sporu bırakma nedenleri arasında meslektaşlarının beklenti değer modeli (Fredricks ve Eccles, 2005), kendi kaderini tayin teorisi (Boiche ve Sarazin, 2007), sosyal değişim teorisi (Guillet ve ark., 2002) gibi okulu bırakmayı için kullanılan güdüleme teorilerinin kullanıldığı görülmektedir. Sporun bırakmada beklentilerin, güdülerin ve cinsiyetin neden olduğu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Fredricks ve Eccles, 2005). Göreceli yaş etkisi de sporu bırakmada etkili faktörlerden birisi olmaktadır. Göreceli yaş etkisinin sporu bırakmadaki etkisi oldukça fazla araştırılmakta olmasına rağmen; sporu bırakmayı etkileyen psikolojik ve sosyal faktörler arasındaki yeri halen tam olarak bilinmemektedir (Musch ve Grondin, 2001). Özellikle genç yaşta sporu bırakma davranışını inceleyen çalışmalara bakıldığında sporcuların birçoğunun sporculuk yaşamının erken ve en iyi durumlarına gelmeden bıraktıkları bilinmektedir. Bunun nedenleri olarak, çıkar çatışması, eğlenmeme, düşük yetenek algısı ve aşırı beklentilerin ön plana çıktığı görülür (Cervelle ve ark., 2007). Zaten sporu bırakma alan yazınındaki çalışmaların büyük birçoğunun çocuk ve ergenlere odaklandığı, keyifsizlik, sosyal baskılar, rakip önceliği ve fiziksel faktörlerden kaynaklandığı görülmektedir (Crane ve Temple,

2015). Bu faktörlerin üst düzey ve kıdemli olan sporculara uyarlanması, üst düzey sporculuğun doğasının farklı olması nedeniyle oldukça zordur.

Ancak literatüre bakıldığında tenis oynayan amatör bireylerin ya da elit sporcuların tenisi bırakmasının nedenleriyle ilgili çok az sayıda çalışma olduğu ayrı bir gerçekliktir (Young ve ark., 2006; Deleen ve ark., 2018; Nalepa, 2018). Bu bağlamda tenis sporcularının tenisi bırakma nedenlerinin incelenmesi için daha fazla çalışma yapılması gerekir.

Ayrıca sporu bırakma nedenlerini anlamak, kendilerini sürdürülebilir kılmak ve büyümek zorunda olan spor federasyonları açısından oldukça önemli bir konuyu oluşturmaktadır. Her geçen gün artan tenisçi sayısına rağmen, tenisi bırakan sporcu sayısının da göz ardı edilemeyecek sayılarda olması, üst düzey tenis sporcularının tenisi bırakma nedenlerinin ivedilikle belirlenmesini gerektirmektedir.

Bu doğrultuda bu çalışmada tenis sporcularının tenisi bırakma nedenlerinin amaçlanmaktadır. Bu bağlamda 2019 Ekim ve Kasım aylarında 16 yaş sonrasında tenis sporunu bırakmış, üst düzey tenis oynamış, tercihen milli olmuş; uluslararası veya ulusal turnuvalara katılmış, 16-30 yaş aralığındaki tenis sporuyla ilgilenmiş 12 eski sporcu üzerinde yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşme tekniği kullanılması planlanmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Üst Düzey Sporcu

Sporcular, amatör veya profesyonel (üst düzey sporcu) olmak üzere iki şekilde spor hayatlarını sürdürmektedirler. Amatör sporcular, sporu sosyalleşme, sağlıklı kalmak ve boş zamanını değerlendirme faaliyeti olarak yaparken, profesyonel sporcular ise sporu sistemli, disiplinli ve bir amaca yönelik, kendisine hedef belirleyerek bir iş olarak gören bireylerdir (İnal, A. N. 2000).

Başka bir tanımda ise üst düzey sporcu; yaptığı işten maddi ve manevi yönden tatmin arayan, belirli kurallar dahilinde ekipmanlı ya da ekipmansız olarak bireysel veya toplu halde yapan, sporun faal elemanı” olarak tanımlamıştır (Cengiz, R. 2004).

Tiryaki (2000) üst düzey sporcu, ulusal ve uluslararası yarışmalarda dereceye girmiş, dalında şampiyon olmuş, rekor kırmış, ya da birinci kategoride (lig vb.) yarışan sporcu olarak belirtmiştir.

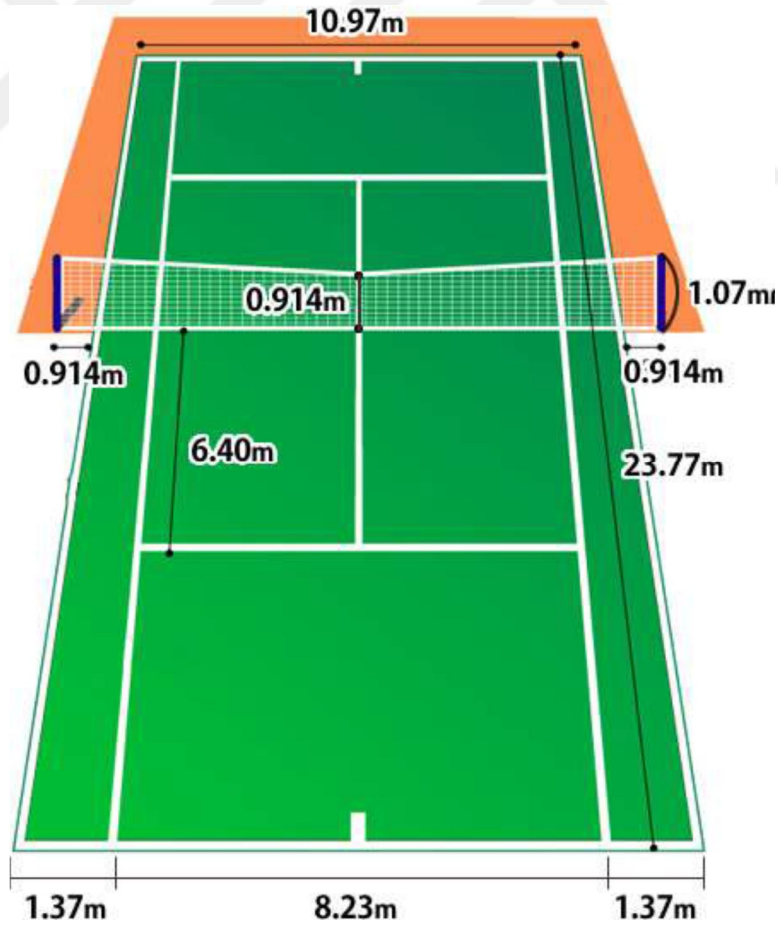
2.2. Tenis

Tenis “düzgün ve sert bir zemin üzerinde raket ile üzeri keçe kaplı topa vurularak, sahanın ortasında 91 cm yüksekliğindeki bir filenin üzerinden aşırılarak oynanan sportif bir oyun” şeklinde tanımlanmaktadır. Günümüzde tenis elit ya da profesyonel olarak oynanan bir spor dalı olmasının yanı sıra rekreasyonel bir spor olarak da her geçen gün daha gözde bir spor haline gelmektedir (Kermen, 1996).

Cambridge Dictionary (2020)’e göre tenis özel bir oyun alanında iki veya dört kişi arasında oynanan ve raket kullanarak merkezi bir ağ üzerinden küçük bir topa vurmayı içeren bir oyun şeklinde tanımlanmaktadır. Teniste ekonomik, kuvvetli, etkili hareket ve vuruş yapabilmek ve topu oyunda tutabilmek temel amaçtır. Yapılan her vuruşta, topun eğilimi, uçuş uzunluğu, uçuş yönü, uçuş hızı ve topun yüksekliği önemlidir. Tenis bütün kas grupları ve vücut organlarını hareket ettiren bir spor dalı olarak bütün fiziksel uygunluk parametrelerinin üst seviyede olmasını gerektirmektedir. Ferdi bir spordur ve rakip oyuncuya temas gerektirmemektedir. Bu nedenle de kuvvete, hamle ve sıçramalara, hızlı kol hareketlerine, hızlı yön

değiştirmelerine gereksinim duyulmaktadır. Bu özelliklerin geliştirilmesi doğrudan başarıya etki etmektedir.

Tenis sert ve düzgün bir zemin üstünde raket adı verilen tokaç şeklindeki araç ile keçeyle kaplanmış olan bir topa vurularak ve 91,4 cm yüksekliğindeki sahanın tam ortasına yerleştirilmiş ağ üzerinden oynanan bir oyundur. (Kotzamanidis ve ark., 2005). Tennis oyunu maç anında öngörülmesi zor bir yapısı olan, özel enerji gereksinimleri bulunan temponun yüksek ve hızlı olduğu spor dallarından birisidir. Bir tenis kortu 8,23 x 23,77 m boyutlarındaki dikdörtgen alandan oluşmaktadır. Tennis kortları çim, kil, sert yüzey ya da halı saha şeklinde olabilmektedir. Kortun her iki tarafından çiftler oyununda kullanılan 1.37 m enine sahip alanlar bulunmaktadır (Gökgönül, 2008). Filenin orta yüksekliği 91,4 cm iken, her iki yanda bu 107 cm olmaktadır. Solda ve sağda olmak üzere her iki yarı sahada iki servis kutusu vardır ve bunlar fileden 6,40 m mesafede durmaktadır (Kermen, 1996).



Şekil 1. Tennis saha ölçüleri

Tenis oyunu erkeklerde 3, bayanlarda 2 set şeklinde oynanmakta; her oyun 6 setten oluşmaktadır. Oyunun kazanılabilmesi için 15, 30, 40 ve oyun (60) biçiminde 4 puan almak gerekmektedir. Eğer 5-5 durumu olursa oyunda 7. set uzaması yapılmaktadır. Bu sette de 6-6 durumu görülürse “tei-break” olarak adlandırılan oyuna başlanmaktadır. Bu eşitliği bozmak için oynamaktadır. Sayılar tenis sporunda 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 diye sayılmaktadır. Her hata sayı olarak değerlendirilmektedir ve 7 sayıya ulaşan kişi tei-break oyununda seti kazanmaktadır (Kotzamanidis ve ark., 2005).

Çiftler oyunun da aynı set, oyun ve puanlama kuralları kullanılmaktadır. Servis atma sırası çiftlerin kendi aralarında anlaşması ile belirlenmektedir. Servis, ilk oyun bitince rakip çifte geçmektedir. Üçüncü sette ilk servisi atacak olan çifte servis atmayan oyuncu atış yapmakta ve servis sırası dönüşümlü olarak bu şekilde devam etmektedir. Her oyun sırasında çiftler servisi dönüşümlü olarak karşılamaktadır (Baker, 1996).

Teniste elastik bir topa raket ile vurma esastır. Bu bağlamda teniste en önemli unsurlardan birisi vuruşlardır. Genel olarak temel ve yardımcı vuruşlar olmak üzere iki vuruş bulunmaktadır. Bunlar şu şekildedir (Yılmaz, 2001):

1. Temel vuruşlar
 - a. Uçaralar
 - b. Servisler
 - c. Yer vuruşları
2. Yardımcı vuruşlar
 - a. Vole
 - b. Dalış ve Atış
 - c. Smaç
 - d. Lob

e. Damla atış

Temel vuruşlar servis vuruşu, bachand, forehand teknik vuruşları ile yapılırken; yardımcı vuruşlar yarı uçara, gömülü vuruş, dalgıç vuruş, küt inme vuruş, aşirtma vuruş ve damlak vuruş ile yapılmaktadır. Bir maçı almak için yapılan stratejik vuruşlar yardımcı vuruşlardır (Kermen, 1996).

Tenisin kuralları temelde şu şekilde sıralanabilmektedir (Simonsson, 2020):

Temel kurallar;

- Bir top, oyunun devam edebilmesi için sınırların içine inmelidir; Eğer bir oyuncu topu sınırların dışına vurursa, bu, onlar için sayının kaybedilmesine neden olur.
- Oyuncular/takımlar ağa veya direklere dokunamaz veya rakibin tarafına geçemez.
- Oyuncular/takımlar topu taşıyamaz veya raketle yakalayamaz.
- Oyuncular topa iki kez vuramazlar.
- İki kez zıplamadan canlı bir topu geri döndürmeyen bir oyuncu puanı kaybeder.
- Top oyunculara vurur veya dokunursa, ceza alır.
- Raket eli terk ederse veya sözlü taciz meydana gelirse ceza verilir.
- Sınır çizgilerinde seken toplar iyi kabul edilir.
- Alıcı oyuncunun bir servisi iade edebilmesi için servisin önce zıplaması gerekir.

Ekipman;

- Raket: Raket, çapraz dokuma desenine bağlı bir sap, çerçeve ve tellerden oluşur. Bir raket çerçevesinin uzunluğu 32 inçten fazla olmamalı, sapı 12,5

inçten daha uzun ve toplam uzunluğu 15,5 inçten veya 11,5 inçten fazla olmayan bir yüzey olmalıdır. Raket üzerinde titreşimi, aşınmayı ve yıpranmayı önleyenler dışında hiçbir nesne veya cihaz bulunmamalıdır.

- Top: Bir tenis topu, 2-1 / 2 ila 2-5 / 8 inç çapında ve 2 ila 2-1 / 16 ons arasında bir ağırlığa sahiptir. Turnuvalar için beyaz veya sarı renktedir.

Puanlama;

- Puan: En küçük ölçü birimi olup (0)-15-30-40 şeklindedir.
- Oyunlar: her bir oyun 4 puandan oluşur ve bir oyuncu en az 2 puan olacak şekilde avantajlı 4 puana ulaştığında kazanılır.
- Setler: Bir set 6 oyundan oluşur ve en az 2 puan önde olmak üzere 6 oyuna ulaşan oyuncu/takım tarafından kazanılır.
- Avantaj Seti: 6-6'lık bir oyun skoruna ulaşırsa ve avantaj seti kuralları kullanılırsa, bir oyuncu / takım sadece 2 oyun önde gelen bir seti kazanabilir.
- Maçlar: Bir maç genellikle 3 veya 5 set olarak oynanır.
- Deuce: 40-40 puanına ulaşıldığında oluşur. Bir oyuncunun/takımın oyunu alabilmesi için arka arkaya 2 puan kazanması gerekir. Eğer bir oyuncu bir puan kazanırsa, avantajı vardır, ancak bir sonraki puanı kaybederse, puan düşmeye başlar.
- Tie-break oyunu: 6-6 oyun skoruna ulaşırsa ve tie-break set kuralları kullanılırsa, oyuncular seti kimin kazanacağına karar vermek için tie-break oyunu oynamalıdır. Bir tie-break oyununda, bir oyuncu/takım kazanmak için iki puan avantajı ile 7 puana ulaşmalıdır.

Kort çizgileri;

- Taban çizgisi: Taban çizgileri, oyun alanının uzunlamasına giden sınırlarını belirleyen kortun iki ucundaki çizgilerdir. Ayrıca bir oyuncunun arkada servis yaptığı yerlerdir.
- Merkez İşareti: Merkez işaret tenis kortunun iki yarısını belirler. Esas olarak, bir oyuncunun servis yapmadan önce nerede durması gerektiğinin belirlenmesinde rol oynamaktadır.
- Orta Hat: Orta hat iki servis kutusunu kortun her iki yanındaki ayrı bir sol servis kutusuna ve sağ servis kutusuna böler.
- File: File, direklerin bulunduğu yerde 103 cm yüksekliğinde dururken, ağın ortası 91,4 cm uzunluğundadır, direkler her iki tarafta kortun 3 metre dışındadır.
- Tekli Kenar Çizgisi: Tekli kenar çizgisi, uzunlamasına en içteki çizgidir ve tekil eşleşmeler için oyun sınırını ve servis kutusunun genişliğini belirler.
- Çiftler Kenar Çizgisi- Çiftler kenar çizgisi, uzunlamasına en dıştaki çizgidir ve yalnızca çiftler eşleşmelerinde kullanılır.

İlk başlayan oyuncu/takım;

- Madalyonun atılması olarak bilinen raketin dönüşü, hangi oyuncunun ya da takımın önce hizmet edeceğini belirler. Doğru bir şekilde yapılırsa, bunu yapan oyuncu veya takım ilk önce kimin servis vereceğini seçer. Doğru şekilde yapamayan oyuncu / takım, kortun hangi tarafında oynamak istediklerine karar verir.

Ralli;

- Ralli, bir oyuncu/takım bir hata yapana ve puanı kaybedinceye kadar servis yapıldıktan sonra atış değişiminden oluşur. Sınırlar içinde vurulan her atış iyi kabul edilir ve rallinin devam etmesine izin verir.

Servis;

- Ayak Hatası: Ayak hatası, bir oyuncunun topla temas etmeden önce sahaya adım atması veya orta işaretini aşmasıdır. Bu servis kaybına neden olur.
- Düzgün (proper) Servis: Bir oyuncu, her oyunun başında kortun sağ tarafında, topu çapraz servis kutusuna göndermek için servis yapar. Eğer servis doğru servis kutusuna gelirse oyun devam edebilir.
- İlk Servis: Oyuncuların toplarını servis kutusuna indirmesi için iki şans verilir. İlk girişim ilk servis olarak bilinir. İlk servisin başarısız olması ikinci servise yol açar.
- İkinci Servis: İkinci girişim ikinci servis olarak bilinir. İkinci servisin başarısız olması puan kaybına neden olur.
- Net: Net, doğru servis kutusuna düşmeden önce topun file kordona çarpmasına rağmen servis yapan oyuncuya verilen yeniden servis atma hakkıdır.
- Servis Sırası: Atışı kazanan oyuncu/takım ilk önce servis yapar. Tekli maçlar oynanıyorsa, oyuncular her oyunda servis atmak ve almak arasında geçiş yaparlar. Eğer çiftler maç yapıyorsa, takımlar her oyuncuda servis atmak ve almak arasında geçiş yapar ve takımdaki her oyuncu döngü tekrarlanmadan önce servis yapma şansı elde eder.
- Anahtarlama Tarafları: Oyuncular/takımlar her tek numaralı oyun için taraf değiştirir (oyunlar 3, 5, 7 vb.)

2.2. Tenisin Tarihçesi

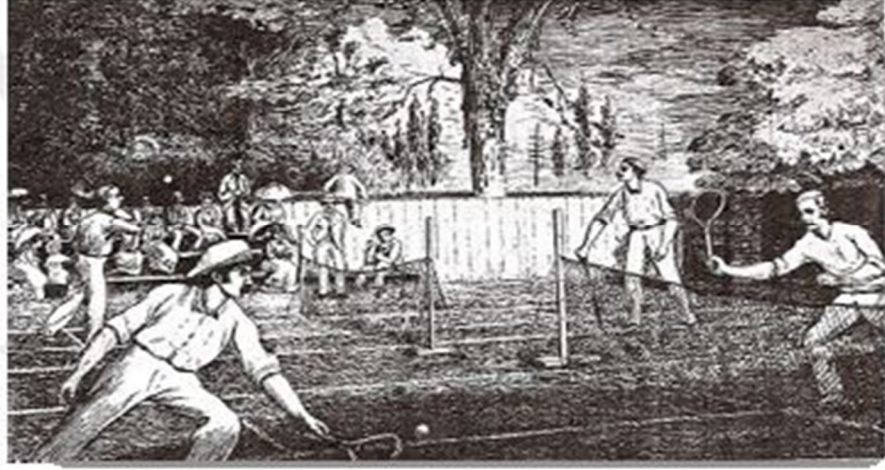
Bazı kaynaklar tenisin Antik-Roma dönemlerinden köken aldığını ve çıplak eller ile sert topların sararak oynandığı belirtilmektedir. Bunun yanı sıra İtalya, Mısır ve Meksika gibi yerlerde de buna benzeyen oyunların ilkel metotlarda oynandığı söylenmekte ve genellikle eski resimlerden bu kanıya varılmaktadır (Büyük Kültür Ansiklopedisi, 1984).

Tenis sporu geçmişten günümüze değin elit bir spor dalı olarak değerlendirilmiş, elit bir spor dalı olarak ilk kez Fransa'da 13. yy'da "Le Jeu du Paume" yani "avuç oyunu" (Şekil 2) ismiyle yalnızca halkın üst kesimi olan aristokratlarca oynanmıştır. 17. yy'da ise Fransız aristokratlar tarafından vazgeçilmez bir raket sporu haline gelmiş; tenisin kökeni olarak görölen avuç oyununu halkta oynamaya başlamıştır. Erkek ve kadının birlikte oynayabildiğı az sayıdaki spor dallarından birisini oluşturduğu için çok ilgi çekmiş; sevilen bir spor olarak her geçen gün daha fazla yapılmıştır (Kermen, 2002).



Şekil 2. Le Jeu du Paume

18. yy'da birtakım değışiklikler ile teniste reformlar yapılmıştır. İlk zamanlar 24 oyun şeklinde gerçekleştirilen tenis maçları ilk olarak 12 oyuna düşürölmüş ve daha sonra 3 seri şeklinde 6 oyunlu hale getirilmiştir. Sayılar ise 15, 30, 40 ve 60 şeklinde günün 24 saatinden 60 dakikasını dörde bölerek sayılmıştır. Daha sonra 60 demek yerine 40 sonrasında "oyun" demek gelenek haline gelmiştir. 19. yy'da oyun sistemindeki değışiklikler son haline gelmiş ve İngiltere Birmingham'da 1858'de ilk tenis kortu (Şekil 3) kurulmuştur (Kermen, 1998).



Şekil 3. Çim kortta oynanan bir tarihi tenis oyunu

Tenis sporu hızlı bir şekilde gelişmeye devam etmiş ve ülkelerarası rekabete açılarak uluslararası organizasyonlar yapılmaya başlanmıştır. Bunlardan en önemlileri 1 milli takım bazındaki Davis kupası ve 4 Grandslam şeklindedir:

1. Wimbledon: All-England Şampiyonaları adıyla da bilinen Wimbledon Şampiyonası, her yıl Londra'da Wimbledon'da oynanmaktadır. Haziran sonu ve Temmuz başında düzenlenen turnuva, Avustralya, Fransız ve ABD Açılışları ile birlikte dört yıllık “Grand Slam” tenis etkinliğinden biri olup; hala doğal çimde oynanan tek etkinliği oluşturmaktadır. İlk Wimbledon şampiyonası, 1877'de All England Kroket ve Çim Tenis Kulübü'nün kroket çim sahalarından birinde yapılmıştır. Başlangıçta amatörler tarafından oynanan Wimbledon Şampiyonası 1968'de profesyonel oyunculara açılmıştır (Britannica, 2020a).
2. USA Open (ABD Açık): ABD Açık Tenis Şampiyonası, uluslararası tenis turnuvası olarak yıllık Grand Slam tenisini oluşturan büyük etkinliklerin dördüncü ve sonuncusudur. ABD Açık Ağustos ve Eylül başında iki hafta boyunca her yıl düzenlenmektedir. 1978'den beri tüm ABD Açık şampiyonaları, Flushing Meadows, Queens, NY'daki ABD Tenis Birliği (Ulusal Tenis Merkezi'nin akrilik sert kortlarında oynanmaktadır (Ever, 2020).

3. Davis Cup (Davis Kupası): Resmi adı Uluslararası Çim Tenis Mücadelesi Kupası'dır. Kupa ilk defa 1900 yılında Amerikan Dwight F. Davis tarafından ABD ve İngiltere takımları arasındaki bir yarışmada verilmiştir. 1912'den beri turnuva Uluslararası Çim Tenis Federasyonu'nun gözetimi altında yapılmakta ve 1970'ten itibaren ulusal derneklere kayıtlı profesyonel oyuncuların yarışmasına izin verilmektedir (Britannica 2020b).
4. Australia Open (Avusturalya Açık): Avustralya'nın Melbourne kentindeki Melbourne Park'taki Ulusal Tenis Merkezi'nde düzenlenen, dünyanın en büyük tenis şampiyonalarından biri, dört yıllık Grand Slam etkinliğinin ilkidir. Erkekler için ilk turnuva 1905'te ve kadınlar için ilk turnuva 1922'de yapılmıştır. Turnuva Ocak ayında yapılmaktadır (Britannica, 2020c).
5. French Open (Fransa Açık): Fransa Açık, Fransız Şampiyonası adıyla oynanan uluslararası tenis turnuvasıdır ve yıllık tenis Grand Slam'ı oluşturan önemli etkinliklerden ikincisidir. 1891'de ilk Fransız ulusal şampiyonaları Stade Français'te bir erkeklerin kulüpler arası yarışması olarak yapılmıştır. 1897'de turnuva oyununa kadın tekli maçları da eklenmiştir. 968'de turnuva, en köklü şampiyonalar gibi amatör ve profesyonel oyunculara açılmıştır. Fransa Açık genellikle Mayıs ayı sonunda- Haziran başında yapılmaktadır (Britannica, 2020d).

2.3. Tenisin Gelişimi

Tenisin gelişimi dünyada ve Türkiye'de olmak üzere aşağıda başlıklar halinde ele alınmaktadır.

2.3.1. Dünyada Tenisin Gelişimi

Dünyada tenisin gelişimi tenisin tarihçesinde de ele alındığı üzere Neolitik zamanlara kadar uzanmaktadır. Bir çeşit top ve raket kullanarak oynanan oyunlarla ilgili kalıntılarda bu oyunların kültürde önemli yer oynadığı görülmektedir. Ayrıca eski Mısır, Roma ve Yunanlıların da tenise benzeyen oyunlar oynadığı düşünülmektedir. Modern tenisin başlangıcı olarak Fransız'ların avuç içi oyunu olarak adlandırılan topa raket yerine elle vurulan oyun ön plana çıkmaktadır. Avuç oyunu zaman içerisinde gelişmiş ve 1500'lerde ahşap çerçeveler ve bağırsak

iplerinden yapılmış raketler ve mantar ve deriden yapılmış toplar hazırlanarak daha büyük bir kitle tarafından oynanmaya başlamıştır. Ayrıca ilk dönemlerde tenis iç mekanlarda oynanmış, uzun ve dar bir tenis binasının çatısında topun ağır içerisine girmesinden ibaret olmuştur (Bellis, 2019).

Eski dünyada, özellikle de eski Mısır'da tenise benzeyen bir top oyununun var olduğuna dair bazı kanıtlar olsa da, akademisyenler bu oyunun modern oyunu etkilediği konusunda hemfikir değillerdir. Bu kanıtların çoğu oyunlarda tenis ve raket kelimesine benzer kelimelere sahip araçlar kullanılmasından gelmektedir. Bununla birlikte, birkaç çizim veya açıklama, bu erken oyunların neye benzediğini göstermekte ve spor için net bir antik köken olup olmadığını bilmeyi zorlaştırmaktadır (Gillmeister, 1998).

Tenisin kökenine dair en açık kanıt 12. yüzyılda Fransa'daki Orta çağ dönemine aittir. Bu süre zarfında, bir ipin geçtiği bir tür kort kullanılmış; top elle ileri geri vurularak oynanmıştır. Bu süre zarfında şeytanın sporu keşişlerin sırasına soktuğu ve belki de kilisedeki yetkililerin bu oyunu keşişlerin ana görevlerinden bir sapma olarak gördüklerini işaret eden hikayeler ortaya çıkmıştır. Bir başka Orta çağ kitabı da başpiskoposların ve piskoposların neden spora katıldığını sorgulamıştır. "Summa de ecclesiasticis officiis" olarak adlandırılan bu kitap, bir tür hentbolu andıran oyunun, bazı önemli kiliselerde popüler hale geldiğini ve bu oyunun din adamları tarafından kabul edilmesini önerdiğini belirtmektedir (Bryant, 2011).

"Gerçek tenis" olarak bilinen şey, 13. yüzyılın başlarında Fransa'da ortaya çıkmıştır. X. Louis, hentbol tenis oyununun bir meraklısı olarak bilinmektedir. İngiltere de tenis oyunundan etkilenmiştir. Artık bu dönemde bir eldiven kullanılmaya başlanmıştır. Temel dönüşüm, oyunun kraliyet hane halkları tarafından benimsenmesi şeklinde başlamıştır. Tenis kortları bu dönemde, kilise avluları yerine saray zeminleri üzerine inşa edilmeye başlanmıştır. Henry V, İngiltere'de sporu benimsediği bilinen ilk kraldır. 16. yüzyılda artık bir raket kullanılmaya başlanmıştır. 16. yüzyılda, tenis oyunu İngiltere'deki kraliyet mahkemesinde daha da popüler hale gelmiştir. VIII. Henry'nin Hampton Court Sarayı'nda bir tenis kortu inşa ettiği ve oyunu oynadığı bilinmektedir. (Guttman, 2004).

1700'lerde bir dönem tenisin tamamen terk edildiği görülmektedir. Ancak 1850'de yapılan bir icat ile spor dalına yeni bir soluk gelmiştir. Goodyear lastiklerinin kurucusu Charles Goodyer doğal kauçuğu çok daha dayanıklı ve böylece günlük kullanım için daha uygulanabilir hale getiren bir süreç yaratmıştır. Bununla birlikte dışarıda çim üstünde kullanılabilecek bouncier toplar üretilmeye başlamıştır. 1874'de ise Walter Clopton Wingfield, Yunanca top oynamak için anlamına gelen "sphairistike"yi icat etmiştir. Bunlar açık tenis versiyonu için kurallar, toplar ve raketleri içermiştir. Bu dönemde Wingfield kortlarının kuralları çok eleştirilmiş ancak modern için çerçeve oluşturmuştur. Aynı yıl ABD'de tenis kortları yapılmaya başlanmış ve ertesi yıl Rusya, Hindistan ve Kanada'ya yayılmıştır. Spharistike'nin icadından üç yıl sonra All England Kroket Kulübü'nün bazı kırık ekipmanı düzeltmek için para toplama gereksinimi İngiltere'de modern tenisin temellerini atmıştır. Kroket sahası kolayca bir tenis kortuna dönüştürülebildiğinde kulüp Londra'nın Wimbledon adlı bir varoшта ilk tenis turnuvası düzenlenmeye karar verilmiştir. Turnuva komitesi Wingfield tarafından tasarlanan kum saati şeklinde tenis kortunu ve birçok kuralı reddetmiş ve yeniden şekil vermiştir. Çim tenisini yaratan İngilizler; Wimbledon turnuvalarının dünyanın en saygın turnuvalarından birisi haline gelmesini sağlamıştır ve o günden bugüne her yıl Wimbledon Şampiyonası yapılmaktadır (Gillmeister, 1998).

19. yüzyılın sonları ve 20. yüzyılın başlarındaki kortlar artık standart hale gelmeye başlamıştır. Kil, çim ve beton sahalar günümüzde üzerinde en çok kullanılan yüzey tiplerini oluşturmaktadır. Bu dönemde meydana gelen diğer büyük değişiklikler ise giysiler üzerinde olmuştur. Kadınlar için etekler 1920'lerde kullanılmaya başlanmış ve boyu daha kısa hale getirilmiştir. Erkekler için ise kıyafetler daha az resmi ve koşmaya daha elverişli hale getirilmiştir (Lake, 2015).

1900'lü yılların başlarında teniste yapılan değişiklikler ise çoğunlukla turnuva oyunlarının gelişimi ve uluslararası turnuvaların gelişmesiyle ilgili olmuştur. Bunlardan biri, turnuvasını ilk kez 1900'de düzenleyen Davis Cup'tır. 1920'lere gelindiğinde, o zamanın dört büyük turnuvası bugünküyle aynı olmuş; Wimbledon, ABD Açık, Fransız Açık ve Avustralya Açık olmak üzere en önemli tenis turnuvaları başlamıştır. ABD açık 1881'de, Fransa Açık 1891'de ve Avustralya Açık ise 1905'te başlamıştır (Collins ve Hollander, 1994).

19. yüzyılda kitleler daha fazla tenis oynamaya başlamış olsa da, hala büyük ölçüde üst sınıfların bir sporu kabul edilmiştir. Bunu değiştiren, 1930'lardaki Büyük Buhran'dır. Bu süre zarfında, Amerika Birleşik Devletleri'ndeki bayındırlık projeleri özellikle okullarda ve kamu alanlarında tenis kortları inşa etmeyi içermiştir. Bu, daha fazla insanın tenis oyununa girmesine yardımcı olmuş ve popülaritesini arttırmıştır. Turnuvalar artık sadece seçkin kulüplerde değil diğer alanlarda da yapılmaya başlanmıştır. Profesyonel uluslararası organizasyonların geliştirilmesi, uluslararası turnuva oyunlarının, standardizasyonun ve uluslararası düzeyde modern profesyonel tenis oyununun yolunu açmıştır (Baker, 1988). Uluslararası Çim Tenis Federasyonu, daha sonra Uluslararası Tenis Federasyonu olarak 1913 yılında adını değiştirmiştir. 1968'de, amatörler ve profesyonel sporcular yarışmaya başlamış ve büyük turnuvalar yapılmıştır (Bowers, 2013). Tüm bu gelişmeler oyunun kitlesel popülaritesine ve hala bizimle olan profesyonel turnuvalara yol açmış ve tenisi günümüzdeki haline getirmiştir.

Dünyada tenisin gelişimi tenis kortlarının tarihçesi üzerinden de ele alınabilmektedir. Bu doğrultuda (Giller, 1998);

Çim Kort Tarihi; Çok sert paketlenmiş toprak tabakasının üstünde düzgünce kesilmiş kısa çim en popüler tenis yüzey tipidir, ancak ne yazık ki bugün yaygın olarak kullanılmamaktadır. Bunları en iyi durumda tutmak için gereken yüksek bakım ve zaman, birçok kortu kil veya diğer yüzey türlerine geçmeye itmiştir.

Çim en hızlı hareketi sunmakta, ancak çim yoğunluğundaki farklılıklar topun nasıl sıçrayacağını belirlemektedir. Çim sahalarının olumsuz yönleri, uzun süreli oyunlardan sonra aşınma ve yıpranma olmadan düzenli olarak kesilmeleri ve iyi durumda tutulmaları şeklindedir.

Kil Kort Tarihi; Kil, Avrupa ve Latin Amerika'daki en popüler tenis kortu yüzeyidir. Kil zıpladıktan sonra topun hızını azalttığından, bu yüzey hızlı serviscileri büyük ölçüde dezavantajlı hale getirmekte ve oyuncuları teşvik etmektedir. Kil kortların başlangıçta oluşturulması kolay kabul edildiği için çok yaygın kullanılmış, ancak bakım ve üst yüzeyi düzgün bir şekilde kuru tutmak için önemli maliyetler gerektirdiği için yaygınlığı azalmıştır. Tüm Majörlerde, sadece Fransız Açık bu kort yüzey tipini kullanmaktadır.

Sert Kort Tarihi; Sert kortların yüzeyi, bazen kumla karıştırılan ek bir akrilik yüzey tabakası ile yaygın olarak kaplanan sert ve homojen bir malzemeden yapılmaktadır. Kum miktarı topun sıçramalarının ne kadar hızlı olacağını belirlemektedir. Bu yüzey tipi, çim ve kil sahalarının hızı arasında bir yerde topun biraz sekmesini yavaşlatmaktadır. ABD Açık ve Avustralya Açık turnuvalarında farklı sert yüzey türleri kullanılmaktadır.

Halı Kort Tarihi; Tenisteki “halı yüzeyi” çıkarılabilecek veya eski haline getirilebilecek herhangi bir yüzeyi temsil etmektedir. Birçok kapalı alan, suni çim üzerinde oynanan tenis turnuvalarına kolayca dönüştürmek için kauçuk destekli mahkeme yüzey ruloları kullanılmaktadır. Bu yüzey türü Asya'da çok yaygındır ve bazı büyük turnuvalar da (Paris Masters, WCT Finalleri ve diğerleri gibi) kullanılmaktadır.

2.3.2. Türkiye’de Tenisin Gelişimi

Ülkemizde tenis 1900 yılında ilk defa İngilizler tarafından İstanbul’da oynanmıştır. Çelenç Kupası olarak adlandırılan ve üç yıl art arda şampiyon olanın aldığı bir turnuva olarak İngilizler İstanbul’da turnuva düzenlemesi yapmışlardır. Zeki Sporel ve Tevfik Taşçıoğlu gibi sporcular Türkiye’de bu çok yeni olan spor dalının ilk temsilcileri olmuştur. Bir İngiliz subayı ile birlikte Suat Subay 1924 yılında adını Çelenç Kupası’na yazdırmıştır. Aynı sene Tenis Federasyonu’da kurulmuş ve tenise duyulan ilgi artmaya başlamıştır. Tarabya ve Milliyet Kupaları düzenlenmiştir. Tenis eğitimi ise 1950’ler sonrasında Amerikan, Rus ve Avusturalyalı Kültür ve Amerikan merkezlerinin uluslararası turnuvalardaki oyuncularını izletmesi ve 15’er günlük kurs vermeleri ile yapılmıştır. İstanbul Tenis Turnuvası ilk defa 1946’da düzenlenmiş ve 14 yıl boyunca 1951-1965 yıllarında turnuvada Nazmi Bari isimli sporcu üst üste şampiyonluk alarak rekor kırmıştır. Nazmi Bari ülkemizi yurtdışında da temsil edip dereceler alan önemli bir tenis sporcusu ve Wimbledon’da oynayan ilk Türk tenisçidir (Büyük Kültür Ansiklopedisi, 1984).

Ülkemiz uluslararası alanda ilk defa 1930 yılındaki Balkan Şampiyonası’na katılmış ve Vahyam Şirinyan ile Sedat Erkoğlu bu turnuvadan birincilikle dönmüşlerdir (Can, 2007). Tenis Eskrim ve Dağcılık Kulubu 1940’da çalışmalarını

artırmaya başlamış ve teniste yeni bir dönem başlamıştır. Vedat Abut ve Kerim Bükey gibi öncülerin çalışmasıyla Nazmi Bari, Bahtiye Musulloğlu, Mualla Grodetsy, Enis Talay, Suzan Gürel, Behbut Cevanşir, Belig Beler, Fehmi Kızıl gibi isimler ön plana çıkmıştır (Kermen, 2002). Bu isimler öncülüğünde Türk tenisinde ciddi adımlar atılmaya başlanmıştır. Özellikle bu kulübün başına Hasan Aksev'in gelmesi ile ülkemizde tenis modern anlamda gelişmeye başlamıştır (Can, 2007).

2.4. Tenis Sporcularında Gerekli Olan Performans Özellikleri

2.4.1. Tenis Sporcularının Fizyolojik Özellikleri

Teniste sporcunun fizyolojik özellikleri oldukça önemlidir. Bu özellikler sporcunun psikolojik durumu, eklem yapısı, tenis branşına ilgisi, vücut ağırlığı, boyu, tenise ya da spora başlama yaşı şeklindedir. Üstün bir başarıya ulaşılması için tenis sporuna etken yaşlarda başlanması oldukça önemlidir. Bu bağlamda tenise başlamak için en ideal yaşı 6-8 olduğu düşünülmektedir. Genel olarak tenisçilerin üstün performans göstermesi ve başarılı olması için şu özelliklere sahip olmaları gerekmektedir (Bompa, 1994).

- İşbirlikçi özellikler ve taktiksel zekâ
- Strese ve yorgunluğa karşı koyma özelliği
- Fiziksel denge ve uyum yetilerin gelişmişlik düzeyi
- Üst seviyede anaerobik güç
- Uzun bacak ve kollar

Yapılan birçok çalışmada fiziksel yetkinliklerin tenis performansındaki önemi vurgulanmaktadır. Tenis sporcularındaki bu yetkinlikler çeviklik, hız, alt ve üst vücut ile güçten oluşmaktadır. Genç tenisçilerde göreceli yaş ve olgunlaşma da tenis performansını etkileyebilmektedir. Örneğin sporcular arasında yaş kategorisinde yalnızca iki yıl olabilmektedir. Çünkü daha fazla yaş bilişsel, fizyolojik ve biyolojik farklılıklara sebep olabilmektedir. Buna ek olarak sporcunun tenis performans

düzeyine göre ergenlik ele alınırsa; yetkinliklerin olgunlaşma durumuna da bakılması gerekmektedir. Bu yetkinliklerin olgunlaşması fiziksel açıdan avantaja sebep olabilmekte ve tenis performansı bundan olumlu ya da olumsuz etkilenebilmektedir (Kıvrak A. Ve Zorlu A., 2019).

Bunlara ek olarak gerçekleştirilen araştırmalarda bir tenis sporcusunda olması gereken kondisyonel özelliklerin (Kermen, 2002):

- %10'u esneklik,
- %35'i koordinasyon,
- %25'i dayanıklılık
- %15'i kuvvet ve
- %15'i hızdan oluşmaktadır.

İçerisinde sürat, çeviklik ve kuvvet gibi birden çok fiziksel unsurun olduğu tenis sporu, ayrıca anaerobik ve aerobik enerji sistemlerini karmaşık şekilde kullanmayı da gerektirmektedir (Kovacs, 2007). Kortta yeteneklerini en iyi şekilde göstermeleri gereken sporcuların hareketlerinin birçoğu yanal (sola ve sağa doğru kayma ve koşma gibi) olup patlayıcı kuvvet ile yapılmakta ve vuruşların büyük bir kısmı süre baskısında gerçekleştirilmektedir (Kerr, 2015). Teniste güç, hız ve esneklik gibi çok sayıda faktör fonksiyonel performansa dayanmaktadır (Ölçücü ve Vatansever, 2015). Yaşın yanı sıra sporcularda cinsiyet gibi değişkenlerin de performans düzeyine etkisinin değerlendirilmesi başarı açısından oldukça önemlidir (Fernandez ve ark., 2014).

Teniste performansın önemli etkenleri arasında yanal hareketler, hızlı yön değiştirme yeteneği, kısa mesafe hızı, ilk adım çabukluğu ve reaksiyon zamanı yer almaktadır (Girard ve Millet, 2009). Tenisçiler devamlı yön değiştirdikleri için maksimum koşu hızına ulaşamamaktadır. Bu nedenle negatif ve pozitif yavaşlama, hızlanma ve ivmelenme oldukça önemlidir (Bompa ve Haff, 2015). Öte yandan tenis sporunda gerçekleştirilen vuruşlarda kaslardaki kasılmalar, kaslarda kısılma ve uzama döngüsüyle gerçekleşmektedir. Bunlar farklı beden pozisyonlarında oluşan

sıçramalar, yavaşlamalar, hızlanmalar ve yapılan vuruşlar gibi anaerobik gücün üretildiği şeklindedir (Cronin ve Hansen, 2005).

Sporu araştıran araştırmacılar, sporcuların gelişebilmesi için günümüzde çok sayıda çalışma yapmakta ve en iyi performansın elde edilmesi için neler yapılacağı üstünde durmaktadır. Tüm spor dallarında olduğu gibi teniste de tenisçilerin en üst seviyede performans göstermesi için belli motor özelliklerini geliştirmesi gerekmektedir (Salonidikis ve Zaferidis, 2008; Ojala ve ark., 2013).

Tenis kondisyonel parametre ve koordinatif özelliklerin yaygın biçimde kullanıldığı bir spordur. Tenise özgü araştırma ve antrenmanlar yapılırken fizyolojik istekler önemlidir. Tennis sporunda rakibi etki altında bırakan fizyolojik değişken, hava koşulları, maçın süresi, taktik, vuruşlarda yapılan seçim ve sporcuyla top arasındaki uzaklığı önceden bilmek zordur. Bu neden birçok fizyolojik değişkenin bilinmeye çalışılması en iyi performansta oldukça önemlidir. Tennis de her maç ya da antremanda birden çok enerji patlaması gerekmektedir ve diğer birçok spor dalına göre zaman açısından da kısıtlama bulunmaktadır. Müsabakalar genellikle beş set üstünden oynanmakta, süreleri değişkenlik göstermektedir. Bu nedenle tenis oyuncularında anaerobik ve aerobik kapasitenin antrenmanlar ile artırılması ve maçlardan sonra toparlanma döneminin kolaylaştırılması hedeflenmelidir. Sporda performansın gelişmesi için anaerobik ve aerobik kapasitenin kullanımına, taktik ve teknik parametrelerin geliştirilmesine ve nöromusküler fonksiyonların etki etmesine dayalıdır. Bir tennis maçında maçın yoğunluğu ve oyunun devam etme süresine bakıldığında tüm biyomotor özellikler önem arz etmekte; kuvvet bunlardan en önemlisini oluşturmaktadır. Tennis karşılaşmalarında; taktik, teknik, esneklik, dayanıklılık ve kuvvet gibi özellikler yüksek performansın sergilenmesi için gerekli olan yetilerdir. Bedenin tamamının enerji tükettiği belli periyotları kapsayan, şiddetli yoğunluğa sahip hareketleri içeren ve kısa toparlanmaların bulunduğu, uzun dinlenme süreleri olan bir oyun türüdür. Sporcular oyun esnasında yaklaşık yapılan vuruşlar için 3 m, her bir puan için 8 ile 15 m arası ve 4-5 kere topa vuruş yapması gerekir (Villanueva ve ark., 2007; Kuroda ve ark., 2015).

Tennis oyuncularını, fiziksel durumuna ve kort yüzeyine göre, müsabaka boyunca bir saatlik sürede 1300-3600 metre yol almaktadır. Bir tennis maçında

fizyolojik istekler çevresel etkenler, kort çeşidi, oyun türü, sporcunun cinsiyeti, kort çeşidi ve topların farklı olması gibi etkenlere göre değişmektedir (Fernandez-Fernandez ve ark., 2009).

2.4.2 Tenis Sporcularının Zihinsel ve Psikolojik Özellikleri

Sporcuların üstün performans göstermeleri için motor özellikleri ve fiziksel durumlarının yanı sıra zihinsel ve psikolojik yönlerinin geliştirilmesi de oldukça önemlidir. Sporcu başarıma hedefinin verdiği baskı ile psikolojik bir yük altına girmektedir. Bu yük ile birlikte psikolojik baskı artmakta ve başarı isteğinin hayal kırıklığı alabilmektedir. Sporcu başarılı olabilmek için çok sayıda ışık, seyirci, gürültü, iklim ve rakip gibi fiziksel engellerin yanı sıra reddedilme, kabul görmeme, bıkkınlık, acı, endişe, kaygı ve en önemlisi kazanmak endişesini yenmek zorundadır. Öte yandan bir maçta bir tenisçi 1 saniyeden az bir zaman diliminde 900-1000 ayrı karar vermek zorundadır ve doğası gereği psikolojik ve zihinsel faktörler oldukça önemli bir spor olduğu için hata yapma riski her an söz konusudur. Bu hata yapma riski de kaygıyı meydana getirmektedir. Kaygı az miktarda olduğunda sporcuyu motive etse de; bu kaygının fazlası başarısızlığa sebep olabilmektedir. Usta sporcular genellikle zorluklar ve koşullar ne olursa olsun olaylar karşısında sakinliğini koruyabilmektedir. Vücutla zihin arasındaki doğrudan bağlantı nedeniyle düşünsel duygular vücutta da yansımaktadır. Coşku, korku, sevgi ve heyecan gibi durumlarda zihinde oluşan düşünce doğrultusunda vücut hareket etmekte ve ikisi bütün halinde çalışmaktadır. Bu bağlamda sporda fizyolojik ve psikolojik faktörlerin yönetildiği ve sporcunun beden zihin dengesini sağladığı “ideal performans durumu” tenis için oldukça önemli görülmektedir. İdeal performans durumu genel olarak şu faktörlere bağlıdır (Biçer, 2018).

- Sporcunun gösterdiği performans, psikolojik durumla yakın ilişkilidir.
- Sporcu kendisini iyi hissettiği zaman performansı üst düzeye çıkar.
- Sporcunun performansı duygu durumu ve içinde bulunduğu iç atmosfere bağlı olarak gelişir.

- İdeal performans durumu sporcuların şartlar nasıl olursa olsun, öğrendikleri ve üstünde çok çalışarak bir beceri haline dönüştürdükleri bir psikolojik yetkinliktir.
- İdeal performans durumunun en önemli ölçütü, koşul ve durumlara aldırmaksızın zihinsel yöntemlerin uygulanmasıdır.
- Diğer bir ifadeyle ideal performans durumu şu deneyim ve duyguların toplamıdır:
 - Odaklanma yüksektir.
 - Zorlanma olmaz.
 - Her şey kendiliğinden olur.
 - Yapılan işten büyük keyif alır.
 - Gerçekçi ve olumludur.
 - Son derece coşkulu ve enerji doludur.
 - İç gerginlik ve kaygı yoktur.
 - Zihin huzurlu ve sakinidir.
 - Vücut son derece serbest, kaslar gevşek ve rahattır.

Biz zamanların en değerli sporcusu olan Jimmy Connor, teniste bir maç kazanmanın %95'inin psikoloji olduğunu söyler. Bazı antrenör oyuncular zihinsel çalışmaların maçta başarının en az yarısını oluşturduğunu ve bazı durumlarda ise %80-90'ını düzeyinde oluşturduğunun altını çizerek. Genel olarak büyük tenis sporcularının kendilerini iyi tanıyıp, kapasitelerini en üst düzeyde değerlendiren ve sahip oldukları yetenekleri olayları kontrol edip yönlendirmekte kullanılabilen kişiler olduğu görülmektedir. Ayrıca sporcunun kendisini yenmeyi öğrenmesinin diğerlerini yenmesinde anahtar rol oynadığı düşünülmektedir. İnsan kendisinin en zor rakibi olarak kendisini gördüğünde, davranışlarının farkına varmakta, olumsuz duygu ve

düşüncelerini olumlu duyguya çevirerek davranışlarına yansıtmakta; sonuçtan çok sürece odaklanabilmekte ve bu da başarıyı getirmektedir (Biçer, 2018).

Bu bilgiler doğrultusunda sporu bırakma nedenlerini araştıran çalışmalara bakıldığında sporu bırakma nedenleri arasında meslektaşlarının beklenti değer modeli (Fredricks ve Eccles, 2005), kendi kaderini tayin teorisi (Boiche ve Sarazin, 2007), sosyal değişim teorisi (Guillet ve ark., 2002) gibi okulu bırakmayı için kullanılan güdülenme teorilerinin kullanıldığı görülmektedir. Bu bağlamda tenis için gereken performans özelliklerinin yanı sıra psikolojik özellikler kapsamında güdülenme, tutum ve tatmin kavramlarının da oldukça önemli olduğu düşünülmektedir.

Aşağıda bu kavramlar detaylı şekilde açıklanarak sporda neden gerekli olduğu ve bırakmayı neden etkilediği kapsamında ele alınmaktadır.

2.4.2.1 Güdülenme (Motivasyon)

İnsan davranış ve tutumlarının karmaşık doğasını anlamak ve açıklamak için birçok bilimsel girişimde bulunulmuştur. Farklı araştırmacılar, insanlara özgü bu özelliklerle uğraşmakta, gerçekleştikleri ortam, kendilerine tahsis edilen zaman, onları başlatan nedenler ve kişisel özellikleri gibi farklı açılara odaklanmaktadır. Açıklamaya çalışan insan tutumlarından biri olan güdülenme, kavramsallaştırılarak daha somut hale getirilmeye çalışılan karmaşık bir olgudur. Tıpkı diğer tutumlar gibi, insana özgü farklı özellikler içermekte ve farklı disiplinlerin odak noktasını oluşturmaktadır.

Güdülenme, psikoloji, sosyoloji, eğitim, siyaset bilimi ve ekonomi gibi disiplinlerde birçok farklı şekilde incelenmiştir. Bu durum birçok farklı güdülenme tanımının ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bunlardan bazıları şu şekildedir;

- Bireyi harekete geçirip hareketlerini belirleyen bireye ait düşünceler, umutlar ve inançlar (Şahin, 2004);
- Bireyleri belirli koşullar altında belirli davranış türlerini gerçekleştirmeye yönlendiren faktöre verilen isim (Ergül, 1996);

- Bireyleri kendi benliklerinden veya çevrelerinden kaynaklanan bir davranışa teşvik eden çeşitli içgüdüler veya içgüdüler grubu (Genç, 2005);
- Bireylerin istekleri, ihtiyaçları ve korkularını ifade eden ve harekete geçmesinde rol oynayan olgu (Fındıkçı, 2000);
- İnsan davranışını başlatan ve yönlendiren öncü bir güç (Romando, 2007).
- Davranışı canlandırmaya, seçmeye ve yönlendirmeye ek olarak, güdülenme sürekli eylemden de sorumlu bir olgu (Biehler ve Snowman, 1997);
- Bir kişinin değişkenleri (bağımlı veya bağımsız) ve davranışları arasında bir tür ilişkidir (Campbell ve Pritchard, 1976).

Tanım gereği güdülenme, davranışın büyüklüğü ve yönünü ifade etmektedir. Başka bir deyişle, insanların hangi deneyimlere veya hedeflere yaklaşacakları veya nelerden kaçacakları konusunda yaptıkları seçimler ve bu konuda gösterecekleri çaba derecesini ifade etmektedir (Keller, 1983).

Tanımlara bakıldığında güdülenmede, insan ihtiyaçlarına ve bireysel davranışlarına, bu ihtiyaçlarının karşılanmasına yönelik bir vurgu olduğu açıkça görülmektedir. Bu doğrultuda güdülenme bir şey için harekete geçmek olarak görülebilmektedir. Harekete geçmek için herhangi bir dürtü veya güdüye sahip olmayan herkes, yukarıda belirtilen güdülenme tanımına uygun olarak, verimsiz olarak kabul edilirken, aktif olan ve bu aktiviteyi sonuca götürenlerin motive olduğu kabul edilebilmektedir. (Ryan ve Deci, 2000).

Tanımlarla ilgili çeşitliliğe rağmen, hepsi benzer kavramları kapsamaktadır. Güdülenme, birisinin bir olgu-durum-olay üzerinde çalışmasını sağlama eylemidir (Burton, 2012).

Güdülenm sözcüğü, 1880'lerin başında psikologların insan davranışını çalışmalarını yoğunlaştırdıkları bir dönemde ortaya çıkmıştır. Güdülenmenin doğasını keşfetmek için birçok teori geliştirilmiştir ve bu güdülenme ilkeleri genellikle iki gruba ayrılmıştır. Birinci grup, insanların ilham kaynağının nedenlerini

ve içeriğini inceleyen teorileri yerleştirirken, ikinci bölüm güdülenme teorisinin oluşumunu araştıran 'süreç enstitüsü' olarak işlev görmektedir (Ergül, 2005).

Güdülenme, hem bireyin kişisel duygularını ya da hedeflerini ortaya çıkarma girişimlerini hem de sosyal yaşamın ödülleri kazanma girişimlerini kapsamaktadır. Güdülenmenin içsel (içsel) ve dışsal (dışsal) olmak üzere iki başlıkta ele alınabilmektedir. Dışsal güdülenme düşük ihtiyaçlarla ilişkiliyken, iç güdülenme Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi modelinde daha yüksek seviyelere karşılık gelmektedir (Girmus, 2011).

Spor ve fiziksel aktivitenin rolü, sağlık, sosyal ve ekonomik hedeflere katkıda bulunma potansiyeli olan bir strateji olarak çok önemlidir. Aslında, son on yılda, bireylerin spor faaliyetlerine katılma fırsatı artmıştır, bu yüzden araştırmacılar spora katılım ve güdülenme arasındaki ilişkiyi ve bunun önemini belirlemeye çalışmaktadır (Cunningham ve Kwon, 2003).

Güdülenme, bir kişinin davranışını uyaran, onları belirli bir yöne yönlendiren ve koordinasyon sağlayan faktörleri ifade etmektedir. Bireyler sadece belirli bir işi yapma yeteneği açısından değil, aynı işi yapma isteği ve o işi bırakma isteği ya da onları başlamaya veya bırakmaya yönlendiren güdülenme açısından da farklılık göstermektedir. Spora katılım güdülenmesinde, davranışın ardındaki güdülenmesi, katalizörün ne olduğunu ve davranışı neyin değiştirdiğini anlamak önem arz etmektedir. Bireyler, iç faktörler (zevk veya beceri geliştirme ve ustalık gibi) ve dış faktörler (ödülleri, iyileştirilmiş sağlık, iyi görünme) nedeniyle spor yapmaya motive olabilmektedir. Bazı çalışmalar, spor katılım güdülenmenin en önemli nedenlerinin beceri geliştirme, rekreasyon, yeni beceriler öğrenme, dövüş ve fiziksel uygunluk olduğunu göstermektedir (Moradi ve ark., 2020).

2.4.2.2 Tutum

İnsanlar hayatlarını devam ettirebilmek için içerisinde bulundukları topluma uyum sağlamak zorundadır. İçerisinde bulunduğu toplumda uyum sağlamaya çalışan bir bireyin hayatında tutumların rolü oldukça büyüktür. Tutumlar bir insanı toplum içerisindeki davranışlarının açıklanmasında anahtar rol oynamaktadır. Diğer bir ifade ile tutumlar kişinin toplum ile kuracağı bağı ve nasıl bütün olacağını belirlemektedir. Bireyler çevrelerindeki sosyal ve fiziki ortamlarda birçok uyaran ile karşı karşıya

kalmaktadır. Bu uyarılardan elde ettikleri verileri zihinsel sistemlerinde düzenlemekten ve bu uyarılara karşı bir takım inanç ve yargılar geliştirmektedir. Obje, olgu ve olayların bireyde geliştirdiği bu inanç ve yargıların sonucunda da uyarana karşı bir davranış sergilenmektedir. İşte bu davranışların sürekliliği ve kalıplaşması ile tutumlar gelişmektedir. Tutum en basit haliyle “gözlemlenebilir bir davranış olmayıp bireyi davranışa hazırlayan, görülebilen davranışlara yol açan, davranış yönündeki eğilim” şeklinde tanımlanmaktadır. Diğer bir ifade ile tutum “bir bireye atfedilen ve onun bir psikolojik obje ile ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını düzenli bir biçimde oluşturan eğilimdir” (Kağıtçıbaşı, 1988).

Tutum, bireyin çevresindekiler ile etkileşimi sonucunda oluşan algıları ile meydana getirdiği inanç, duygu ve düşüncelerin toplamıdır. Bu doğrultuda tutum bireyi davranışa yönlendiren bilgi birikimi ve yönelimdir. Yani bireyin sergilediği tutum ile bireyin inanç, düşünce ve duyguları yansıtılmaktadır (Erdoğan, 1999).

Yaşamın farklı alanlarında birçok uyarana maruz kalan bireyler bu uyarılardan az ya da çok miktarda etkilenmektedir. Dolayısıyla elde ettikleri veriler doğrultusunda bu uyarılara karşı bireysel inanç sistemlerini kurmaktadır. Çevre ve çevredeki uyarılar ile etkileşim sonucunda birey inanç sistemine göre düzenlediği uyarıları zihinsel sisteminde depolamaktadır. Aynı uyarı ile yeniden karşılaştığında ise zihninde depoladığı düşünce ve inançları harekete geçirmekte yani o uyarana karşı “tutumunu” sergilemektedir. Bireylerin bu uyarılar ve genel olarak yaşam içerisindeki durumlar karşısında tutumlarını düzenlemesinde inançların oldukça önemli bir yeri vardır. Tutumlar ve inançlar bir sonucu zihin tarafından kabul edilmesi sonucunda ortaya çıkmakta; şüphenin tamamen tersini yansıtmaktadır. Şüphe içerisindeki bir birey olumsuz ya da olumlu herhangi bir sonuca varamazken, inanç da sonucun kabullenilmesi vardır. Yani bir “kesinlik” rol oynamaktadır. Bireylerin inançlarının meydana gelmesinde rol oynayan bazı etmenler bulunmaktadır (Eren, 2000):

- Sosyal yaşam
- Duygu
- Zekâ

- Tecrübe ve gözlem

Bu etmenlere göre, inanç ve tutumların meydana gelmesinde bireyin kendi duygusal ve zihinsel niteliklerinin yanı sıra içerisinde bulunduğu sosyal kurum ve çevrelerde etkili olmaktadır. Tutum, bu etmenler sonucunda oluşarak; bireylere ve nesnelere karşı olumsuz veya olumlu cevap verme eğilimini ifade etmektedir. Bir birey herhangi bir şeyi beğenir ya da ondan hoşlanmazsa, o nesne ya da bireye karşı tutumunu gösterecek davranış içerisinde girmektedir. Davranışın oluşmasında etkili tutumun birbirleriyle etkileşim içerisinde olan üç ögesi bulunmaktadır. Bunlar davranışa, duyguya ve bilince ilişkin olan davranışsal, duygusal ve davranışsal ögelerdir ve her bir öge tutumun farklı bir yönünü ifade etmektedir (Nal, 2003):

- Bilişsel Öge: İnsanlar bulundukları ortamda ve çevrelerinde çok fazla çevresel uyarıcı bulunmaktadır. Bireyler bu uyarıcılarla ilgili dolaylı şekilde (medya aracılığıyla, birinden duymak gibi) ya da doğrudan (görerek, kendi okuyarak gibi) çeşitli tecrübe, inanç ve bilgi edinmektedir. Buradan hareketle, tutumların bilişsel ögeleri, bireylerin belli bir tutum ögesine dair inanç, bilgi ve olguları içeren düşüncelerinden oluşmaktadır (Akgül, 2011). Bilişsel öge, “bireyin tutum konusu olan nesne ya da duruma ilişkin sahip olduğu inanç ve bilgilerin tümü”nden oluşmaktadır (Akyüz, 2015).
- Duyuşsal öge, “tutumun bireyden bireye değişen ve gerçeklerle açıklanamayan, tutum konusundan hoşlanma ya da hoşlanmama durumunu” ifade etmektedir (Akyüz, 2015). Duyuşsal ögeler; kişinin çevreyle ilişkili tüm uyarıcılara, herhangi bir duruma ya da olaya, diğer bir ifadeyle tutum ögelerine dair heyecanlarından, duygularından, olumsuz ve olumlu değerlendirmelerinden oluşmaktadır. Duyuşsal öge kapsamında tutum, bireyi bir obje ile kıyasladığında olumsuz-olumlu biçimde yanıt vermeye hazırlayan bir his şeklindedir. İçerdiği duyuşsal ögelere göre tutumlar farklılaşabilmektedir. Çünkü herhangi bir tutumun toplum için ayrı, birey için ayrı bir değeri olabilmektedir (Akgül, 2011).
- Davranışsal öge; “bireyin tutum konusuna ilişkin davranış eğilimini ifade etmektedir (Akyüz, 2015). Davranışsal öge, bireyin tavır, söz ya da diğer

hareketlerinden anlaşılabilen, tutum objesine karşı olumsuz ve olumlu davranma eğiliminden oluşmaktadır. Bireyin alt kültürleri, normları ve alışkanlıklarının birey üstündeki etkisi, tutum konusunun bireyin hoşuna gitmeme-gitme gibi durumları sergilenen davranış üstünde etkili olmaktadır (Akgül, 2011).

Tutum bu üç ögesi ile insanlara oldukça önemli hizmetlerde bulunmaktadır. Bunlar içerisinde;

- Bireysel hedeflere ulaşmak için eldeki yolların seçimine ve karşılaştırılmasına yardım etmek,
- Günlük faaliyet ve olayları yorumlayarak anlamlandırmaya destek olmak,
- Bireylerin karar ve kişiliğine süreklilik katmak bulunmaktadır.

Bu şekilde tutumlar bir bireye dünyayı değerlendirme ve çevresinde gerçekleşenleri anlama konusunda yardımcı olmakta ve şu anda içinde bulunduğu ya da gelecekte karşılaştığı durumları anlamasına tutarlılık kazandırmaktadır (Eren, 2000).

Spor ile tutum arasında bir ilişki olduğu düşünülmektedir. Bireylerin ve toplumun spora veya spora katılımı ilgili görüş ve tutumları; yaşam tarzı, eğitim ve hayata bakış açısı gibi faktörlerle şekillenebilmektedir. Sporun fiziksel, bilişsel, zihinsel ve sosyal faydalarının doğru algılanması, spor tutumlarının iyileştirilmesini sağlamaktadır. Spor ülkelerin üstünlüğü için fırsat sağlarken, aynı zamanda kültürel, sosyal ve ekonomik yönler için de açık bir çağrıdır (Biçer, 1997; Nicholson ve ark., 2011). Bununla birlikte, bu çağrının algılanması ve buna karşı tutumun olumlu olması kitlesel spor faaliyetlerini genelleştirerek ve toplumda spor tutumunu benimseyerek sağlamaktadır. Sporun toplumda yaygınlaşması ve olumlu bir spor tutumu sergilemesi, sporun kültürel bir unsur olarak çocuklara ve ergenlere aktarılması ve düzenli spor alışkanlıklarının benimsenmesi ile yakından ilgilidir. Günümüzde spor, fiziksel, sosyal ve duygusal gelişimlerini tamamlamış nitelikli

kişilerin yetiştirilmesinde önemli bir faktördür ve aynı zamanda çocuklar ve ergenler için sosyalleşme sürecini destekleyici olarak kabul edilebilir (Koçak ve ark., 2013). Spora katılım, genç neslin sağlıklı gelişimine ek olarak sosyal ve duygusal gelişimi de etkilemektedir (Marquis ve Baker, 2015). Düzenli fiziksel aktiviteye katılmak, çocuklar, ergenler ve yetişkinler için sağlıklı yaşlanma sürecinin desteklenmesi ile birlikte bilişsel işlevlerin gelişimine önemli ölçüde katkıda bulunmaktadır (Booth ve ark., 2000; Weuve ve ark., 2004).

Spor, bireyin rekabet edebilme, çalışma disiplini ve mücadele hırısı kazandığı, kişilerin aynı kurallar çerçevesinde topladığı ve bireysel ya da takım olarak rekabet ettiği tüm çeşitliliklere rağmen iş birliğini öğrenen bir alandır (Şahan, 2008). Eğlence, rekabet ve rekabetin geliştirilmesi gibi faktörler bu alana katılmayı motive etmektedir (Koivula, 2009). Spora katılım, tüm toplumu güçlendirmek, iletişim, iş birliği, dayanışma ve toplumdaki sosyal bağları güçlendirmek açısından önemli işlevlere sahiptir (Edwards, 2013). Sporla kazanılan sosyal, kültürel ve eğitsel kazanımlar da bireylerin sosyal yaşamlarını etkilemektedir. Bu nedenle, sağlıklı bir toplum oluşturmak için çocukların ve gençlerin spora dahil olmaları, spora ilişkin olumlu bir tutum geliştirmeleri esastır.

2.4.2.3 Tatmin

Tatmin Türk Dil Kurumu Güncel Türkçe Sözlüğü'nde "istenen bir şeyin gerçekleşmesini sağlama, gönül doygunluğuna erme, doyum" şeklinde tanımlanmıştır (Türk Dil Kurumu, 2020). Tatmin olmak bireylerin gereksinimlerinin karşılanması sonucunda hissedilen hazzı ifade etmektedir (Halsey, 1988). Bu his yalnızca tatmin olan kişi tarafından hissedilmekte ve bireyin huzurlu hissetmesini sağlamaktadır (İşcan ve Sayın, 2010).

Yaşam tatmini bir bireyin istediklerini, elindekilerle karşılaştırması ile meydana gelen sonuçtur. Diğer bir deyişle yaşam tatmini moral, mutluluk gibi niteliklere bağlı olarak iyilik halini ifade etmekte ve kişinin hayata dair arzuları ve bunların gerçekleşmesiyle ortaya çıkan durumdur (Özer ve Karabulut, 2003). Yaşam tatminine dair algılama ve değerlendirmelerden oluşan yaşam tatmini üç bölümde ele alınmaktadır. Bunlardan ilki günlük ilişkiler sonucunda ortaya çıkan memnuniyet halidir. İkincisi hayatın sorgulanması sonucunda ortaya çıkan memnuniyet hali ve

sonuncusu da öznel iyi oluşu içeren ve bireyin dış kriterler ile yaşamını kıyaslaması ile oluşan memnuniyet halidir (Serin ve Özbek, 2006).

Yaşam tatmini kişinin huzur ve mutluluğunu açık ve sübjektif şekilde değerlendirmesidir. Yapılan çalışmalarda bireylere genellikle hayatlarından memnun olup olmadığı sorulduğu için sübjektif kabul edilmektedir. Ayrıca huzur ve mutluluğu oluşturan faktörlerin ne olduğu araştırmacılara önceden belirtilmediği ve her kişinin tatmin düzeyi kendi algı ve yargısına göre belirlendiği için açık niteliktedir (Özdevecioğlu ve Aktaş, 2007).

Yaşam tatmini, bir kişinin hayatını olumlu değerlendirmesi ve kendi standartlarına uygun görmesi sonucunda duyduğu tatmin olup; gelecekte tatmin, geçmişten tatmin, şimdiki zamandan tatmin, çevresinin bireyiyle ilgili düşüncelerinden tatmin gibi çok fazla boyutu içermekte; para, sağlık, serbest zaman, aile ve iş gibi birçok alanı kapsamaktadır. Bu çalışmada elit sporcuların mesleği bırakmaları ele alınmaktadır. Bu bağlamda hem spor kapsamında serbest zaman tatmini hem de profesyonel anlamda iş olması açısından iş tatmini kavramları da önem arz etmektedir.

Serbest zaman genel olarak bireylerin yaşamlarını kazanmak için mecburi olarak yaptıkları işler ve günlük işler dışındaki zamanı ifade etmektedir. Zamanın verimli kullanılması bireylerin ilk olarak kendisinde daha sonra psikolojik, fizyolojik gereksinimlerine, eğlenmeye, dinlenmeye, sosyal hayatına ve iş hayatına zaman ayırabilmesi anlamına gelmektedir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Bireyin yaptığı rutin işlerin dışında kendisine ayırdığı ve keyif alarak geçirdiği zaman serbest zamanı oluşturmaktadır (Hazar, 2003).

Serbest zamanı etkin şekilde geçirmede rekreatif etkinlikler ve spor da önemli bir yer tutmaktadır (Jensen, 1995). Serbest zaman insanlarda ruhsal, fiziksel ve zihinsel dengeyi korumada rol oynamakta; öğrenmeyi olumlu etkilemekte ve stresi azaltmaktadır. İnsanlar rekreatif etkinlikler ile serbest zamanlarda günlük problemlerinden uzaklaşmakta ve hayat kalitelerini yükseltmektedir. Böylece serbest zamandan tatmin olan bireyler günlük hayatlarına psikolojik, fiziksel ve zihinsel açıdan sağlıklı şekilde devam etmektedir (Junio, 2000). Serbest zaman tatmini “bireyin boş zamanlarında yaptığı aktivitelerden zevk alması ve tatmin olması

sonucunda olumlu duygular geliştirmesi” şeklinde ifade edilmektedir (Beard ve Ragheb, 1980).

İř tatmini ise iřin koşullarından kaynaklanan ve bireyin kendi aćısından iř sonucunda aldığı ücreti, işverenin davranış ve tutumlarını ve iřin kendisiyle ilgili durumları değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkan memnuniyet halidir. Tatmin hissi, kişinin iř ve iř şartlarına dair algılarının, kişinin beklentileri, değerleri ve normlarının olduğu bir sisteme dayalı olarak ortaya çıkararak işsel tepkidir (Schneider ve Snyder, 1975). Birey ile çalışma şartları veya birey ile iř hayatı arasında uyumun elde edilmesiyle ortaya çıkan ve bireyin işine karşı olumlu tutum ve memnuniyetini ifade eden iř tatmini, bireyin içinde bulunduğu iř çevresinden edinmeye çalıştığı i yatıştırıcı ve rahatlatıcı duygudur (İşcan ve Sayın, 2010).

Örgütler, performans ve proje başarısı üzerinde bir etkiye sahip olduğu için çoğunlukla bir çalışanın iş tatminini ön planda tutmaktadır. Buna ek olarak, tatmin ve motive olmuş çalışanlar küresel pazarda hayatta kalmanın ve başarılı olmanın anahtarıdır (Saleem ve ark., 2010). İş tatmininin olumlu ve olumsuz olmak üzere birçok sonucu bulunmaktadır. Ayrılma niyeti, iş tatmininin hayati sonuçlarından biridir. Her ne kadar iş tatmini ve işten ayrılma arasındaki ilişkide güçlü kanıtlar olmasa da, bazı araştırmacılar tatmin olmayan çalışanların işi terk etme eğiliminde olduklarını iddia etmektedir. Araştırmacılar bu iki değişken arasındaki ilişkiyi incelemiş ve işte geçen süre ve kariyer beklentisinin bu ilişkiyi etkilediği sonucuna varmışlardır. Ayrıca, alışanların terfi beklentisi gerçekleşmezse tatminsizlik düzeyleri zaman içerisinde artabilmektedir. Bu durumda, çalışan işi bırakmayı düşünülebilmektedir (Liu ve ark., 2012).

Bu bilgiler ışığında sporcular aćısından tatmin ele alınacak olursa sportif performans, rekabet üzerinden řu şekilde açıklanabilmektedir;

Sportif performans, sportif bir hedefe ulaşmak için en iyi fırsatların ortaya koyduğu motorik ve psiko-motorik yetenekler olarak tanımlanmaktadır. Sporun sağladığı heyecan hissi, onu ayrıcalıklı bir konuma yerleştirmektedir (Kırtepe ve ark., 2017). Spor, ruh ve fiziği geliştiren sosyalleştirici, rekabetçi, kültürel bir olgudur. Spor, fiziksel, psikolojik ve sosyal faydalar sağlamakta ve insanların zihinsel ve fiziksel sağlığını garanti eden faaliyetleri içermektedir (Göksel ve ark., 2017).

Ayrıca Sporun yanı sıra, araçlarla veya araçsız ilkelere uygun olarak, bireye yeteneklerini geliştirerek meslek kazandırmakta ve bir birey meslek olarak “spor” icra edebilmektedir. Sporcular, sporu iş için yapan, meslek edinen ve yıllarca ağır ve yorucu antrenmanla yüksek performans için gerekli fiziksel, psikolojik sosyal uyum süreçlerini gerçekleştiren insanlar olarak tanımlanmaktadır. Bu insanlar, çalışma ortamında sadece fiziksel yapılarını değil, aynı zamanda duygu ve düşüncelerini de kullanmaktadır. Bu doğrultuda, sporcu kendisi için bir iş olan spor faaliyetlerinden etkilenmekte; ona karşı bir tutum geliştirmektedir. Zevk, hoşnutsuzluk, tatmin gibi farklı şekillerde geliştirilen tutumlar sporcu üzerinde olumlu ya da olumsuz etkiler yaratabilmektedir (Şirin ve ark., 2016).

Sporcunun sadece fiziksel varlığı değil, aynı zamanda düşünceleri, duyguları ve yargılarının devrede olduğu göz önünde bulundurulduğu zaman; spordaki tatmin sporcunun kendi branşına yönelik tutumu ve beklentileri olarak açıklanabilmektedir. Sporcunun tatmin düzeyinin performansın belirlenmesinde de önemli bir rol oynadığı belirtilmektedir. Tatmin düzeyi bir sporcunun ekibi ve çevresi hakkında duygu ve düşüncelerinin bir göstergesidir (Özdevecioğlu ve Yalçın, 2010). Spor tatmini spora katılmanın ve spor yaparken keyif almanın ayrılmaz bir parçasıdır. Sporcular, tatminsizlik durumunda başarı ve zevk için başka kaynaklar aramaktadır (Şirin ve ark., 2016). Başka kaynaklarda bulamayan sporcular için tatminsizlik sonucunda sporu bırakmaya yönelebilmektedir. Bu bağlamda tatmin her birey ve iş dalında olduğu gibi, sporcular ve spor dallarında da oldukça önemli bir yere sahiptir.

2.6. Sporcuların Tenisi Bırakma Nedenleri

Sporu bırakma ile ilgili çalışmalar genel olarak çocuklar üzerinde yapılmıştır. Çocukların spordan ayrılma ve sporu bırakmasıyla ilgili çalışmalarda birçok neden rapor edilmiştir. En çok bildirilen nedenler yapılacak başka şeylere sahip olmak ve yeterince eğlenmemek şeklindedir. Bunun yanı sıra ilgi değişikliği, can sıkıntısı, ebeveyn baskısı, koç desteği eksikliği, başarısızlık korkusu ve arkadaşlarla birlikte olamamak gibi nedenler çocukların sporu bırakma nedenleri arasındadır (USADA, 2011; Weinberg ve Gould, 2015). Bunlara ek olarak çocuklarda sporu bırakma nedenleri aşağıdaki tablo’da özetlenmektedir.

Tablo 1. Çocukların sporu bırakma nedenleri

- Yapılacak ve keyif alınacak diğer şeyler olması - Takım arkadaşlarıyla bireylerarası sorunlar - Yeterince eğlenceli bulmama - İlgi değişikliği - Başka bir spor dalına geçmek isteme - Aşırı rekabet baskısı	- Aşırı ebeveyn baskısı - Olmak istediği kadar iyi olmama - Koçtan az destek görme - Koçu sevmeme - Arkadaşlarıyla birlikte olamama - Okula odaklanma isteği - Maliyet - Başarısızlık korkusu
--	---

Kaynak: (Guillet ve ark., 2002; Fraser-Thomas ve ark., 2008)

Hem çocuklar hem de yetişkinlerde sporu bırakmanın nedenlerine bakılırken sporu bırakma türlerinin de değerlendirilmesi gerekmektedir. Sporun bırakma genel olarak iki türden oluşmaktadır. Bunlardan birisi spora özgü bırakma, diğeri ise sporu genel bırakmadır (Gould ve Petlichkoff, 1988). Spora genel bırakma, spora katılımın tamamen sona erdirilmesini içermektedir. Spora özgü bırakma ise, bir sporu diğere katılmak için bırakmayı ve başka bir spor dalında sporu devam ettirmeyi ifade etmektedir. Genellikle ilgi alanları değiştiğinde ya da spor mevsimleri farklı olduğunda doğal olarak görülmektedir (Fraser-Thomas ve ark., 2008). Spora özgü bırakma erken yaştaki sporcular için tek bir spora yatırım yapmaya başlama ve uzmanlaşma sürecinin başlangıcı şeklinde gerçekleşebilmektedir (Cote ve ark., 2009).

Genel olarak sporu bırakma nedenleri ve bu mekanizmaların birbirleriyle etkileşime girdikleri göz önünde bulundurulursa altta yazan birçok mekanizma ve öncül olduğu görülmektedir. Spordan ayrılmada bildirilen nedenlerin birbiriyle nasıl etkileşime girdiğini araştırmak için araştırmalar, sosyal ajanlarla sosyal-bilişsel model gibi çok düzeyli çerçeveler kullanmışlardır (Vella ve ark., 2014; Gardner ve ark., 2016a, 2016b). Özellikle Vella ve arkadaşları (2014), algılanan yetkinlik, hedef yönelimi ve ebeveynler, akranlar ve koç etkileşimleri gibi sosyal faktörleri içeren bir spor katılım modeli kullanmışlardır. Genel olarak bu sosyal faktörlerin sporu bırakmaya etki ettiğini belirlemişlerdir. Bunun yanı sıra yaş ve cinsiyet gibi faktörler sporu bırakmaya etki edebilmektedir.

8-11 yaş arasındaki genç sporcular, sosyal bağlamın yanı sıra çok az başarı veya oyun süresi eksikliği gibi program yapısının spordan ayrılma nedenini bildirmektedir. 12-14 yaşındaki daha büyük sporcular ise sıkıntıyı, zorluğu ve antrenörlerini spordan ayrılma nedeni olarak göstermektedir (Ryska ve ark., 2002; Martin ve Gould, 2016). Buna ek olarak yaş daha da ilerledikçe farklı etkinliklerden daha fazla zevk almak ve okul, iş gibi diğer sorumluluklara ayrılan zamanın artması sebebiyle sporu bırakma görülebilmektedir (Martin ve Gould, 2016). Sporun bırakılması ile yaşın artması arasında olumlu bir ilişki olduğu görülmektedir (Balish ve ark., 2014).

Sporu bırakma nedenleri ile erkekler ve kadınlar arasında da bazı farklılıklar bulunmaktadır. Erkekler takımın rekabetçi felsefesi ile çekişmeleri spordan ayrılma nedeni olarak görülmekte ve erkekler genellikle diğer sporlara katılım sebebiyle sporu daha sık bırakmaktadır (Ryska ve ark., 2002). Öte yandan kadınlar okul ve işe odaklanma arzusunun fazla olması ve bedenleri hakkında utanç duymaları gibi nedenlerle spordan ayrılmaktadır (Martin ve Gould, 2016).

Yaş, cinsiyet ve diğer sosyal faktörlerin yanı sıra bireylerin spora katılma ve spordan ayrılma nedenleriyle ilgili altta yatan bazı mekanizmaların açıklanması gerekmektedir. Yapılan araştırmalar fizyolojik, psikososyal ve çevresel açıklamalar ile sporun bırakılma nedenlerini ele almaktadır. Buna göre;

Fizyolojik açıklamalar

Ergenlik döneminde vücuttaki fizyolojik değişiklikler sporcuların algılanan spor deneyiminde rol oynamaktadır. Bir önceki başlıkta ele alındığı üzere sporda performans ve başarı açısından motor yetkinlik oldukça önemlidir ve motor yetkinliğin düşük olması spordan ayrılmaya sebep olmaktadır. Bir sporun temel becerilerindeki başarı eksikliği, bir sporcunun algılanan motor yetkinliklerinin düşük olmasından kaynaklanabileceği için sporu bırakma kararını etkileyebilmektedir (Haywood ve Getchell, 2014; Henrique ve ark., 2016).

Araştırmalar algılanan motor yetkinliği ile spor katılımı arasında bağlantılı olduğunu göstermektedir. Hem gerçek hem de algılanan motor yetkinliği düşük olan bireyler, algılanan yetkinliği yüksek ya da gerçek yetkinliği düşük olan akranlarına

göre fiziksel olarak daha az aktif olup, sporla daha az ilgilenmektedir (Meester ve ark., 2016).

Sosyopsikolojik açıklamalar

Bazı fizyolojik açıklamaların yanı sıra sosyopsikolojik açıklamalarda sporu bırakmanın nedenlerini açıklamakta kullanılabilir. Bunlar arasında yetkinlik güdülenme teorisi, kendi kaderini tayin teorisi, beklenti-değer modeli, başarı hedef teorisi, sosyal-bilişsel model ve boş zaman kısıtlamaları teorisi gibi teoriler bulunmaktadır.

Yetkinlik güdülenmesi teorisi

Yetkinlik güdülenmesi teorisi, insanların kendilerini yetkin ya da değerli hissetmeye motive olduklarını belirtmektedir. Bu modelde yetkinlik algısı ve kontrol algısı bireyin spora katılımını belirlemektedir. Bu nedenle sporda performans gösterme yetenekleri ve öğrenme yeteneklerinde kontrol duyguları konusunda algılanan yetkinliğe sahip genç bir sporcu, sporla meşgul olmak için daha fazla motive olacaktır. Eğer sporda performans gösterme yeteneklerinde düşük algılanan yetkinliğe sahipse ve öğrenme yeteneklerinde kontrolünün çok az olduğunu hissediyorsa ortaya çıkan olumsuz duygular spora katılımı sürdürme güdülenmesinin azalmasına yol açacaktır (Harter, 1978).

Araştırmalar algılanan düşük yeterliliğin sporu bırakma ile ilişkili olduğu bu modeli desteklemektedir. Gençlikte spor yıpranması sonuçlarına odaklanan sistematik bir derlemede Balish ve arkadaşları (2014), algılanan yetkinliğin bireylerin sporu bırakmasıyla en ilişkili olan faktör olduğunda dair kanıtlar bulmuştur. Örneğin Finlandiyalı sporcular üzerinde yapılan bir çalışmada algılanan yetkinlik düzeyi daha yüksek olan sporcularda daha yüksek spor güdülenmesi saptanmış ve spora devam etme olasılıklarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Rottensteiner ve ark., 2015). Sporcuların algılanan motor yetkinliği ve güdülenmesini inceleyen Meester ve arkadaşları (2016)'da benzer sonuçlar bulmuştur. Çalışmalarında algılanan yetenek profillerine dayanarak güdülenmedeki farklılıkları incelemek için fiziksel aktivite ve spor katılımının ölçülmesi, beden eğitimi güdülenmesi, algılanan motor yetkinliği ve fiili yeterlilik kullanmışlardır. Yetkinliklerini daha yüksek algılayan ve gerçekte olduklarından daha yetenekli

olduğunda inanan sporcuların, aynı gerçek yetkinliğe sahip ancak daha düşük algılanan yetkinliğe sahip olan sporculara göre daha fazla motive olduklarını saptamışlardır. Bu sebeple algılanan yeterliliğinin spor güdülenmesi ve sporu bırakmada önemli bir rolü olduğu düşünülmektedir (Meester ve ark., 2016).

Kendi kaderini tayin teorisi

Deci ve Ryan (1985) tarafından önerilen bu model, insanların üç temel ihtiyacı olduğu inancından oluşmaktadır: yetkin hissetmek, başkalarıyla ilişki ve bağlantılarını tecrübe etmek ve eylemlerinin bir fark yarattığına dair özerklik ya da inanç duygusuna sahip olmak. Bu üç ihtiyaç karşılandığında performans ve gelişim ile birlikte içsel güdülenme artmaktadır. Özellikle gençlik sporunda bu model üzerinde çok sayıda araştırma çalışması yapılmıştır. Bu çalışmalardan birinde, gençlik sporuna katılmaya devam eden sporcuların, geri çekilen meslektaşlarına göre daha yüksek kendi kaderini tayin güdülenmeleri, daha fazla ihtiyaç memnuniyeti ve daha yüksek rekabetçi spora katılma niyetleri olduğu belirlenmiştir (Guzman ve Kingston, 2012). Calvo ve arkadaşları (2010) da spor bırakmanın 13-17 yaş arası futbolcularda daha düşük ilişkisel memnuniyet ve daha düşük özerklik memnuniyeti ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Beklenti-Değer Modeli

Bu teori, kişinin başarı güdülenmesinin başarı beklentileri ve aktiviteye verdikleri değer ile belirlendiğini belirtmektedir (Eccles ve ark., 1984). Beklenti-değer modeline göre, başarı ve görev değeri beklentileri yüksek olduğunda güdülenme yüksek olmaktadır. Bireyin başarı beklentileri ve göreve verdikleri değer, sosyal ortamda bulunan ebeveynlerin inançları ve geçmiş atletik başarı deneyimleri gibi birçok faktöre bağlıdır. Bu model sporcu katılımı ile ilgili olarak sporcuların algıladıkları yetkinlik ve devam etme niyetlerinin ne kadar yüksek olduğuna bağlı olarak; spora katılımın bırakılmasının o kadar düşük olduğunu öne sürmektedir (Guillet ve ark., 2006).

Başarı Hedefi Teorisi

Bu teori Nicholls (1984), güdülenmenin bireyin yeteneklerini tanımlarken sahip olduğu yönelim tarafından belirlendiğini iddia eder. Bireyler görev ve ego

yönelimi olmak üzere iki yönelimden birine sahip olma eğilimindedir: Bu teoriye göre, görev yönelimli sporcuların, yeteneklerini değerlendirmek için başarılı bir sonuçtan çok kendi yapacaklarını doğru ve tam yapmaları önemlidir. Ego yönelimi yüksek olan sporcularda yetenek algısı ön plandadır. Ego yönelimli sporcular iddialı, üst düzey yetenekli ve başarılı olabilmek için sonuçlardan ve başarılarından beslenen sporculardır. Bu sporcuları güdüleyen şey başarılarıdır. Bu tür sporcular başarısız olduklarında istekleri de düşmektedir. Bu da sporu bırakmaya yönelmelerinde rol oynamaktadır (Nicholls, 1984).

Başarı hedefi teorisi, gençlik sporları ortamında yaygın olarak test edilmiştir. Ergen erkeklerde, yüksek görev yönelimi ile karakterize edilenler, spora devam etme niyetleri ile olumlu ilişkili olan daha fazla benlik saygısı, yeterlilik ve keyif bildirmiştir (Atkins ve ark., 2015). Görev ve ego yönelimlerinin, özellikle yüksek görev yönelimli çocukları olanlar için algılanan yetkinlikle de ilişkili olduğu bulunmuştur (Balish ve ark., 2014). Ayrıca, 14-18 yaş arasındaki rekabetçi gençlik atletleri ile ego-yönelim, beceri algısı ve spordan ayrılma ilişkisi incelenmiştir. Bu sporculara hedef yönelimleri, başkalarının spor başarısı, algılanan yetenek ve bırakma davranışı üzerine nicel ölçümler yapılmıştır. Ölçülen dört faktörden, eğilim hedefi yönelimi ve yetenek algısı sporu bırakmayı öngören faktörler olarak ön plana çıkmış; yüksek ego yönelimi ve düşük yetenek algılarının sporu bırakmayı olumlu etkilediği belirlenmiştir (Cervelló ve ark., 2007).

Gözden Geçirilmiş Sosyal-Bilişsel Başarı Güdülenmesi Modeli

Garnder ve arkadaşları (2016b), sosyal etkilerle birlikte çoklu bilişsel kuramların öğelerini içeren entegre bir model olarak gözden geçirilmiş sosyal-bilişsel başarı güdülenmesi modelini öne sürmüşlerdir. Modelde algılanan yetkinlik, ego-yönelim gibi bilişsel öğeler, arkadaşlık kalitesi, ebeveyn desteği, akran kabulü ve antrenör-atlet ilişkisi gibi sosyal etkilerle birleştirilmektedir. Son araştırmalar, modeldeki unsurları ve sporu bırakmadaki etkisini desteklemektedir. Özellikle, artan inançlara sahip olan (yeteneğin sıkı çalışma ve çaba ile değiştirilebileceğine olan inanç) genç sporcuların, varlık inançlarına sahip olanlardan (yeteneğin değiştirilemeyeceği inancı) daha fazla keyif aldığı görülmektedir. Ayrıca, ustalık

yaklaşımı hedefleri olumlu etkilere yol açarken performanstan kaçınma hedefleri olumsuz etkilere yol açmaktadır (Gardner ve ark., 2017).

Planlı Davranış Teorisi

Ajzen ve Fishbein (1980) tarafından öne sürülen bu teori, spora katılım ve ayrılma nedenlerine uygulanabilmektedir (Nache ve ark., 2005). Bu teoride, bir kişinin niyetlerinin davranışlarının en iyi yordayıcısı olduğu önerilmektedir. Niyetleri, bir faaliyete yönelik tutumlarının ve faaliyetin değeri ve bu inançlara uyma güdülenmeleriyle ilgili öznel normların bir sonucudur. Bu teorinin bir diğer önemli parçası, davranışı gerçekleştirme becerilerine olan inançlarıdır. Yapılan bir çalışmada niyet, tutum, normatif inanç, öznel norm ve kontrol inancı ölçüleri 13-15 yaş arası futbolcularda incelenmiş ve sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde, bu faktörlerin sezon başında spordan ayrılacak sporcuları doğru bir şekilde öngördüğü saptanmıştır (Nache ve ark., 2005).

Boş Zaman Kısıtları Teorisi

Bu model, üç özel kısıtlamaya sahip boş zaman aktivitelerine yönelik hem anlık hem de uzak kısıtlamaları içermektedir: kişiler ötesi, kişilerarası ve yapısal (Crawford ve Godbey, 1987). Kişiler ötesi kısıtlamalar iç özellikler ve algılanan yetkinlik durumlarından, kişilerarası kısıtlamalar arkadaşlar ve ebeveynler gibi sosyal faktörlerden oluşmakta ve yapısal kısıtlamalar maliyet ve ulaşım sorunları gibi dış faktörleri ifade etmektedir. Spordan ayrılma nedenlerinin sistematik bir incelemesinde, Crane ve Temple (2015), kişiler ötesi ve kişiler arası kısıtlamaların yapısal kısıtlamalardan daha fazla etkiye sahip olduğunu bulmuştur. Özellikle, spor keyfi ve algılanan yetkinlik sporu bırakmanın en sık nedenleri arasında görülmüştür.

Çevresel açıklamalar

Hem fizyolojik hem de psikososyal açıklamalar, sporcuların sporu bırakma ve spora katılım nedenlerini açıklasa da, bazı çevresel açıklamalar da mevcuttur. Araştırmalar, çeşitli spor ortamlarını ve paydaşların sporu bırakma üzerindeki etkilerini incelemiştir. Bu bağlamda sporda erken uzmanlaşma ve daha büyük

politikalar ve kültürel uygulamalar sporu bırakma nedenlerini çevresel olarak açıklamada rol oynadığı belirlenmiştir.

Sporda erken uzmanlaşma

Spor uzmanlığı, özellikle gençlik sporları araştırmalarında popüler bir çalışma konusu haline gelmiştir. Sporda erken uzmanlaşma, bir spora odaklanmış bir katılımı ve o spordaki beceri ve performansı geliştirmek için kasıtlı uygulama faaliyetlerine büyük miktarda zaman ayırmayı içermektedir (Côté ve ark., 2009). Sporda erken uzmanlaşma yönündeki bu eğilim, gençlik sporunun artan profesyonelleşmesinin bir sonucu olabilmektedir. Gençlik sporunun profesyonelleşmesiyle, elit bir sporcu olmanın algılanan faydaları, bir sporda erken uzmanlaşma ile sonuçlanabilecek olumsuz sonuçlardan daha ağır basmaktadır (Hecimovich, 2004). Spor uzmanlığından kaynaklanabilecek olumsuz sonuçlar aşırı kullanım yaralanmaları, istek kaybı, artan stres ve tükenmişlik riskini içermektedir (DiFiori ve ark., 2014). Bu olumsuz sonuçlar spordan ayrılmaya yol açabilmekte; bu da daha hareketsiz davranışlara ve nihayetinde daha az aktif bir yaşam tarzına sebep olmaktadır.

Özellikle tenis içinde, uzmanlaşmanın yüksek yaralanma sıklığı ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Jayanthi ve ark., 2011). Yapılan bir çalışmada 519 katılımcıda, sadece teniste uzmanlaştıklarını bildiren tenisçilerin bir önceki yıl boyunca sakatlık bildirme olasılıkları daha yüksek bulunmuştur.

Daha büyük politikalar ve kültürel uygulamalar

Bir bireyin spor katılımını sürdürme kararını veya yeteneğini etkileyebilecek birçok politika ve kültürel faktör vardır. Bu, bir sporcunun hangi sporda yer aldığını ve spora ne kadar süre kaldıklarını etkileyebilecek çevresel faktörler kapsamında değerlendirilmektedir. Çocuğun cinsiyeti, evde yaşayan kişi sayısı, aile geliri, evde konuşulan dil, ebeveyn eğitimi düzeyleri, spora maruz kalma ve beden eğitimi uzmanına erişim gibi çevresel değişkenlerin spora katılımı etkilediği bulunmuştur (Vella ve ark., 2014). Özellikle, daha düşük hane halkı geliri, evde konuşulan İngilizce dışında bir dil, düşük ebeveyn eğitimi düzeyi ve spora maruz kalmama spordan ayrılma ile ilişkili görülmektedir. Ayrıca, çevre faktörlerinin yakınlık, maliyet, tesisler ve güvenlik gibi düşük imkanlara sahip alanlarında yaşayan gençler için çok önemli olduğu bulunmuştur (Humbert ve ark., 2006).

Yukarıda genel olarak sporu bırakma nedenleri ele alınmıştır. Farklı spor dallarında sporu bırakma ile ilgili oldukça kısıtlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bunlardan bazıları şu şekildedir:

Helsen ve arkadaşları (1998) erkek futbolcularda göreceli yaşın başarı ve spordan ayrılma üzerine etkisini belirlemek için profesyonel oyuncular, ulusal gençlik takımları, en iyi takımlara transfer edilen gençlik oyuncuları ve normal gençlik ligi oyuncularından seçtiği örneklemde futbolda çeşitli seviyelerde doğum ayı ile katılımcı sayısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Yaptıkları çalışma sonucunda 6-8 yaş grubundan başlayarak Ağustos-Ekim ayları arasında (seçim yılının başlarında) doğan genç oyuncuların yetenekli olarak tanımlanma ve daha yüksek koçluk seviyelerine maruz kalma olasılıklarının daha yüksek olduğunu; oyuncuların en iyi takımlara transfer olmaları, milli takımlar için oynamaları ve profesyonel olarak dahil olmaları daha olası olduğunu belirlemişlerdir. Buna karşılık, seçim yılının sonlarında doğan oyuncuların 12 yaşından itibaren oyundan ayrılma eğilimi gösterdiğini saptamışlardır.

Salguero ve arkadaşları (2003), genç rekabetçi yüzme sporcularında sporu bırakma nedenlerini belirlemek için 14-30 yaş arası 62 yüzme sporunu bırakan birey üzerinde anket uygulamışlardır. Yaptıkları çalışma sonucunda keyif almama, başarısızlık ya da düşük yetenek algısı, başarıyla ilişkili unsurların az olması vb sporu bırakmada rol oynadığını belirlemişlerdir.

Fraser-Thomas ve arkadaşları (2006), ergen rekabet sporlarında bırakma ve uzun süreli katılımı ve burada antrenör, akran, ebeveyn ve kardeşlerin rollerini anlamak için 10 sporu bırakmış ve 10 spora odaklanmış yüzücü ile yarı yapılandırılmış nitel görüşme gerçekleştirmişlerdir. Yaptıkları çalışma sonucunda grupların benzer deneyimleri olduğunu; yüzmeden ayrılanların yüzme akranları olmaması, kardeş rekabeti, ebeveynlerden baskı ve sınırlı birebir koçluk nedeniyle yüzmeyi bıraktıklarını belirlemişlerdir.

Wall ve Cote (2007), sporu bırakmaya ve yatırıma yol açan gelişimsel faaliyetleri değerlendirmek için yaptıkları çalışmada 8 aktif üst düzey buz hokeyi oyuncusu ve ebeveynleri ile 4 üst düzey ancak sporu bırakmış oyuncu ve ebeveynleri üzerinde araştırma yapmışlardır. Yaptıkları çalışma sonucunda hem aktif hem de

bırakan oyuncuların spora çeşitli ve eğlenceli bir giriş yaptıklarını; aktif ve ayrılan oyuncuların organize hokey oyunlarına, organize hokey uygulamalarına, özel hokey eğitim faaliyetlerine (örn. Hokey kampları) ve hokey oyununa benzer miktarlarda yatırım yaptıklarını belirlemişlerdir. Ayrıca çalışma sonucunda bırakan oyuncuların genç yaşta buza çıkma eğitimine başladığını ve 12-13 yaşlarındaki buz dışı eğitime önemli ölçüde daha fazla saat / yıl yatırım yaptığını ortaya koymuş ve bu da genç yaşta buz dışı eğitim faaliyetlerine katılmanın uzun vadeli buz hokeyi katılımı için olumsuz etkisi olduğunu göstermiştir.

Gölleröglü (2010) “Türkiye’de Yüzme Branşı ile Uğraşan Sporcuların Spor Yaşamlarının Erken Yaşta Sona Ermesinin Nedenleri” isimli yüksek lisans tezinde yüzme branşıyla uğraşan bireylerin yüzmeyi bırakma sebepleri içerisinde eğitimin en etkin faktör olduğunu; yüzmeyi tercih etmede büyük oranda aileden etkilendiği ve okul saatlerinin tam gün olmasının bırakmada etkili olduğunu belirlemiştir.

Delorme ve arkadaşları (2011), göreceli yaştan basketbol sporunu bırakmadaki etkisini belirlemek için farklı yaş gruplarından Fransız basketbolcular üzerinde çalışma yapmışlardır. Yaptıkları çalışma sonucunda göreceli yaştan sporu bırakmada önemli bir faktör olduğunu belirlemiştir.

Carlman ve arkadaşları (2013), organize gençlik sporlarından ayrılmanın nedenlerini belirlemek için 712 sporu bırakan birey üzerinde anket uygulamışlardır. Yaptıkları çalışma sonucunda zamanla ilgili nedenlerin sporu bırakmada başlıca neden olduğunu; ayrıca algılanan fiziksel yetkinliğin az olması, fazla baskı uygulanması ve sosyal yetkinlik düzeylerinin de sporu bırakmada rol oynadığını belirlemiştir. Ayrıca yabancı kökenli kızların aynı geçmişe sahip erkeklere kıyasla daha yüksek bir terk oranına sahip olduklarını belirlemiştir.

Pehlivan (2013), okullararası spor yarışmalarına katılanların sporu bırakma ve devam etme nedenlerini belirlemek için ilk ve ortaöğretimde spora aktif katılan 491 (Erkek=337; Kadın=154) üniversite öğrencisi üzerinde anket uygulamıştır. Yaptıkları çalışma sonucunda sporu bırakanların %89.8’inin sporu bıraktığından dolayı pişmanlık duyduğunu; sporu bırakma nedenlerinin ilk beşinde hastalık ve sakatlık, istek ve ilgide azalma, derslere devamsızlık ve başarısızlık, maddi kazanç sağlayamama ve sınavlara hazırlık olduğunu; spora devam etme nedenlerinin ise iyi

yaptığı bir işi sürdürme, ruh sağlığını koruma, beceri ve yeteneğini geliştirme, zevk alma ve hoşlanma ile beden sağlığını korumadan oluştuğunu belirlemiştir.

Kayabaşı (2015), “Adölesanlarda Spor Bırakma Nedenlerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Kahramanmaraş İli Örneği)” isimli yüksek lisans tezinde Kahramanmaraş bölgesinde 10-19 yaş arasındaki 269 (adölesan dönemi) bireyler üzerinde ölçek uygulamıştır. Yaptığı çalışma sonucunda okul yaşantısı, akademik başarı, aile faktörü, antrenör ile ilişkiler, spor yaşantısı, antrenör faktörlerinin sporu bırakmada etkili olduğunu belirlemiştir.

Andronikos ve arkadaşları (2019) yaptıkları çalışmada, elit seviyeye ulaşamayan sporcuların deneyimlerini araştıran oldukça az çalışma olduğunu belirtmiş ve sporcuların genellikle erken düzeyde sporu neden bıraktıkları ve elit seviyeye neden ulaşamadıklarını belirlemek için kıdemli elit geçişe başarıyla ulaşamayan altı sporcu ile görüşme gerçekleştirmişlerdir. Yaptıkları çalışma sonucunda gençlerin elit seviyeye geçmede başarısız olmalarında zayıf iletişim, uygunsuz destek, ikili kariyeri desteklememe ya da aşırı baskı, geliştirme aşamasında sürekli kazanmaya odaklı olma faktörlerinin rol oynadığını belirlemişlerdir.

Tenis spor dalında spora başlama ve bırakma ile ilgili ise oldukça az sayıda çalışma bulunmaktadır:

Young ve arkadaşları (2006), profesyonel tenis sporundan ayrılmada elit bayan sporcuların deneyimleri ve tepkilerini belirlemek için 2002’de Yıl Sonu Bayanlar Tenis Birliği’nin (WTA) ilk 800 sıralamasında yer alan ve son 15 yıl içinde profesyonel tenis sporundan ayrılan Avustralyalı oyuncuların bir ankete cevap vermesini istemişlerdir. Ankette oyuncuların spordan ayrılma hakkındaki duygularını, emeklilikten iki yıl sonra turdan ayrılmalarına kadar açıklamalarını istemişlerdir. Yaptıkları çalışma sonucunda spordan ayrılmayı planlayanların geçiş sürecini kolay bulduğunu, spordan ayrılmayı düşünmeyenlerin ise süreci zor bulduğunu ortaya koymuşlardır. Çoğu oyuncunun (% 66) spordan ayrılmaktan pişman olduğunu ve kalan oyuncuların ayrılmaya pişman olmalarına rağmen geri dönme girişiminde bulunmadıklarını belirlemişlerdir.

Deelan ve arkadaşları (2018), futbol ve tenisten ayrılmada zaman kullanımı ve çevresel belirleyicileri belirlemek için yaptıkları çalışmalarında futbol veya tenis

kulüplerine üyeliğini sürdüren 13-21 yaş arasındaki 2555 kişi üzerinde anket uygulamışlardır. Yaptıkları çalışma sonucunda spor kulübünün kapsamı dışında spor için harcanan zaman ve spor kulübündeki sosyal veya gönüllü faaliyetler için harcanan zaman, futbol ve tenis üyesi olmaya devam etmekle olumlu ilişkili bulunmuştur. Ayrıca spor dalı değiştiren veya iki spora aynı anda katılan tenisçilerin daha fazla ayrılma olasılığı olduğunu belirlerken; tenis kulübüne evinden uzak mesafe seyahat eden tenisçilerin ayrılma olasılığının daha düşük olduğunu belirlemişlerdir.



3. GEREÇ VE YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde üst seviyede tenis oynamış sporcuların görüşlerinden hareketle, tenisi bırakma nedenleri betimsel analiz yöntemi ile ele alınmaktadır.

3.1. Araştırmanın Amacı

Tenis sporunun tanınırlığı tüm Dünya’da olduğu gibi ülkemizde de her geçen gün daha da artmaktadır. Tenis sporunun bu cazibesi milyonlarca insanın sportif aktivite olarak tenis sporuna yönelmesine neden olmaktadır. Ülkemizde gerçekleştirilen projeler sayesinde, okullarda girerek tabana doğru yayılan tenis sporu, oynayanların sosyal olma ve tanınma isteği ve tenis sporundan büyük zevk almalarının yanı sıra, ileri seviyede oynandığında sporcuya ekonomik katkı da sağlaması nedeniyle, tercih edilen sporların arasında kendine yer bulmuştur (Liman, N. 2004). Tenis sporuna olan bu ilgi, dünyanın her tarafında artmasına rağmen çeşitli nedenlerden ötürü birçok üst düzey sporcu tenisi bırakmaktadır. Bu çalışma da ülkemizde üst düzey tenis oynayan turnuva oyuncularının tenisten uzaklaşma nedenlerini ayrıntılı olarak incelenmeyi, bu dönem içinde tenisi bırakma nedenlerinin neler olduğunun belirlenmesini amaçlamaktadır. Bu bağlamda bu çalışmada aşağıdaki soruların yanıtları aranmaktadır:

- Sporcular nasıl bir sporcu olduklarına ilişkin görüşleri nasıldır?
- Tenis sporu sporcular açısından ne anlam ifade etmektedir?
- Sporcuların tenise başlama nedenine ilişkin görüşleri nasıldır?
- Sporcuların teniste en çok nelerden hoşlandıklarına ilişkin görüşleri nasıldır?
- Sporcuların eleştiri ve mağlubiyet karşısındaki tepkileri nasıldır?
- Sporcuların tenis oynarken karşılaştıkları en zorluklara ilişkin görüşleri nasıldır?
- Sporcuların tenisten beklentileri nasıldır?

- Sporcuların tenisi bırakma nedenlerine ilişkin görüşleri nasıldır?
- Sporcuların tenisi bırakma sürecine ilişkin görüşleri nasıldır?
- Sporcuların tenisi bırakma kararından sonraki görüşleri nasıldır?

3.2. Araştırmanın Önemi

Türkiye 1900’lü yılların başlarında o dönemlerde Türkiye’de görevli olan elçilik personellerinin tenis sporuyla ilgilenmesi sonucunda tenis sporu ile tanışmıştır. Daha sonra üç yıl üst üste İstanbul’da düzenlenen Challenge Kupası tenis sporunun daha çok kişi tarafından tanınmasına kapı aralamıştır. 1910 yılında Kadıköy’de açılan ilk tenis kortu ile birlikte tenis sporuna yönelik eğitimler verilmeye başlanmıştır. Tenis faaliyetlerinin daha organize bir şekilde yürütülmesini sağlayan Türkiye Tenis Federasyonu ise 1953 yılında bağımsız bir federasyon olarak faaliyetlerine başlamıştır (www.ttf.org.tr, 2020). Ancak son yıllarda tenis dalında artan başarı düzeyi, daha yüksek performansla ulaşsa da yaşanan fiziksel soruların yanında psikolojik etkenler, çevresel etkiler, sporcuların spordan uzaklaşma eğilimlerini arttırmıştır. Bu ön tespitlerden anlaşılacağı gibi, tenisçilerin sporu bırakma nedenlerinin çok boyutlu olması, ülkemizin tenis sporundaki geleceği açısından düşündürücüdür.

Bu noktadan bakıldığında bu çalışmada üst düzey tenis oynayan turnuva oyuncularının tenisten uzaklaşma nedenlerinin ayrıntılı olarak incelenecek olmasının ve sporcuların bu dönem içinde tenisi bırakma nedenlerinin neler olabileceğinin belirlenmesinin tenis sporunda yaşanan sorunların tespiti ve bu sorunların çözüm yollarının belirlenmesi açısından önemli olduğu açıktır.

Bunun yanında araştırma sonunda elde edilecek bulgulardan yola çıkılarak politika yapıcılarına ve uygulayıcılara sporcuların tenisten uzaklaşma nedenlerinin ayrıntılı olarak ölçmeye yönelik testlerin geliştirilmesinde ön çalışma olarak alana katkı sağlayacağı ve sonraki araştırmacılara yeni bir bakış açısı sağlayacağı düşünülmektedir.

3.3. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Varsayımları

Araştırmanın temel varsayımları katılımcıların görüşme sorularına samimi ve içten cevap verdikleri ve görüşme sorularının araştırma problemini ölçtüğüdür. Bunun yanında araştırma İstanbul ilinde yaşayan ve üst düzeyde tenis oynayan 12 kişi ile sınırlandırılmıştır.

3.4. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma hem veri toplama süreci açısından hem de veri analizi açısından nitel bir desene göre yapılmaktadır. Bu bağlamda nitel analiz teknikleri uygulanmaktadır. Bu yöntemin tercih edilmesinin nedeni ise ilk aşamada araştırma sorusuna yönelik bir durumun tespitini yapabilmek ve daha sonra bunun nedenlerine dönük bilgileri ortaya koyabilmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2008). Bu doğrultuda seçilen örnekleme yer alan katılımcıların konuya yönelik kişisel bakış açıları ve değer yargıları ele alınmaktadır.

Nitel araştırma, nitel veri toplama tekniklerinin kullanıldığı, problemlerin ve olguların kendi doğal ortamlarında çok yönlü, gerçekçi ve ayrıntılı bir şekilde ortaya çıkarıldığı, araştırmacının da süreçte aktif bir şekilde bulunduğu, araştırmanın deseninde çeşitlilik ve esnekliğin olduğu ve derinlemesine analize sahip olduğu nitel sürecin yürütüldüğü araştırmalar olarak tanımlanmaktadır (Yıldırım ve Şimşek 2008).

3.5. Araştırmanın Deseni

Bu araştırma, nitel araştırma desenlerinden biri olan “durum çalışması” deseni kapsamında yürütülmektedir. Durum çalışması, niçin ve nasıl sorularının ön plana çıktığı, araştırmacının olaylar üzerinde çok az müdahale şansının olduğu ve gerçek yaşamla ilgili olgulara odaklanılan bir stratejidir (Yin, 2003). Durum çalışmasında nasıl ve neden sorularına yanıtlar aranmaktadır. Bu çalışmada da tenis sporcularının tenis sporunu bırakma nedenlerinin sporcuların gerçek yaşam çerçevesi içerisinde ele alınacak olması çalışmayı durum çalışmasına yönlendirmektedir. Nitel durum araştırmalarının en temel özelliği bir veya birkaç durumun derinlemesine incelenmesidir. Bu noktada bir duruma yönelik ortam, birey, olay ve süreç gibi etkenler bütüncül bir bakış açısıyla araştırmakta ve bu etkenlerin

durumu nasıl etkileyip durumdan nasıl etkilendikleri üzerine odaklanılmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

3.6. Örneklem Seçimi

Araştırmanın hedef kitlesi İstanbul ilinde ikamet eden ve üst düzeyde tenis oynayan kişilerdir. Araştırmanın temsili örneklem büyüklüğünün belirlenmesinde ise amaçlı örneklem kullanılmaktadır. Amaçlı örneklem derinlemesine araştırma yapabilmek amacıyla çalışmanın amacı bağlamında bilgi açısından zengin durumların seçilmesidir (Büyüköztürk, 2012). Bu doğrultuda üst düzeyde tenis oynayan 12 tenis sporcusu araştırmanın örneklemi oluşturmaktadır.

3.7. Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmaktadır. Görüşme soruları sporculara yöneltilecek ve problemin çözümünü destekleyecek nitelikte ilgili literatürden faydalanılarak araştırmacı tarafından geliştirilmektedir. Veri toplamada kullanılmak üzere geliştirilen görüşme formu hazırlanmadan önce literatür taraması yapılmıştır. Hazırlanan görüşme formunun, çalışmanın amacına ulaşmasını gerçekleştirmede yeterli olup olmadığının değerlendirilmesi; yani soruların düzeninin, gerekliliğinin, ifadelerin anlaşılabilirliğinin değerlendirilmesi amacıyla, katkı sunabileceği düşünülen uzmanlardan görüşler alınmıştır.

Görüşme sorularının geliştirmeye ve katılımcılara uygulanma aşamasında soruların açık ve anlaşılır olmasına özen gösterilmektedir.. Bu bağlamda açık uçlu olan soruların bir anlam sırasına göre sıralanmasına da dikkat edilmektedir. Katılımcılara yarı yapılandırılmış sorulardan oluşan görüşme soruları derinlemesine mülakat tekniğinden faydalanılarak uygulanacaktır. Kapalı uçlu sorular araştırmacının net ve somut bilgi almasına yönelik oluşturulmuştur. Mülakat esnasında elde edilen bilgiler not alınarak ve daha sonra bu bilgiler bilgisayar ortamına aktarılmaktadır.

3.8. Verilerin Analizi

Görüşme yöntemi ile elde edilen veriler metin belgesine dönüştürüldükten sonra betimsel analiz yoluyla çözümlenmektedir. Betimsel analizlerde

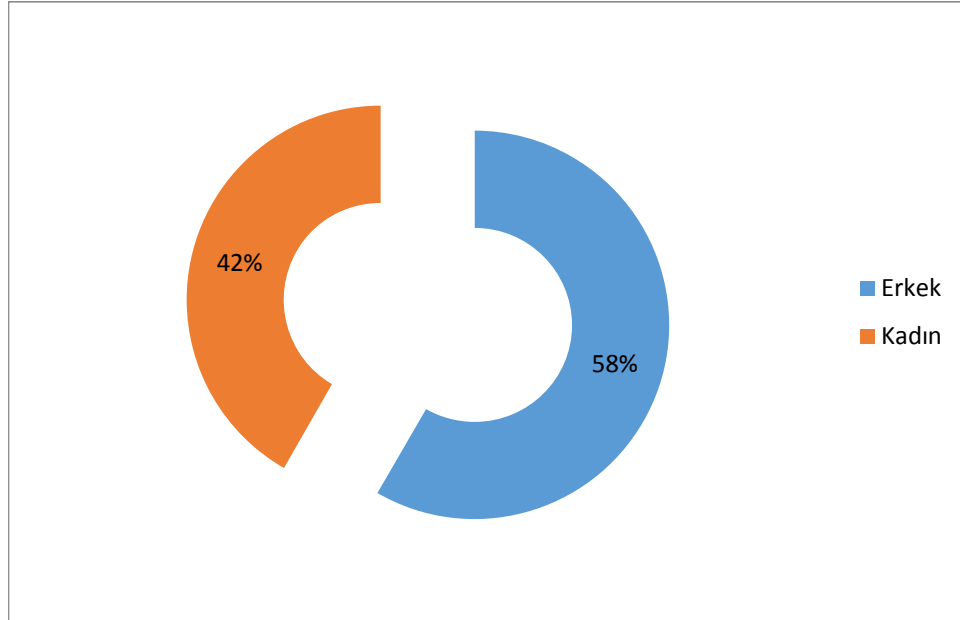
görüşmecilerin her birinin ayrı ayrı görüşleri değerlendirilmektedir. Betimsel analiz sürecinde katılımcıların görüşme formunda belirtilen sorulara verdikleri yanıtlar ayrı ayrı değerlendirilmektedir. Ayrıca katılımcıların sıklıkla tekrar ettikleri çarpıcı ifadeler ve görüşler ise doğrudan alıntılar ile örneklendirilmektedir. Bunun yanında katılımcıların gizliliğini sağlayabilmek için analiz sürecinde katılımcı sayısı kadar K1, K2 kodları kullanılmaktadır.

4. BULGULAR VE YORUM

Verilerin betimsel analizi sonucunda elde edilen bulgular analiz edilirken öncelikle katılımcıların demografik dağılımları analiz edilmiş daha sonra ise nitel bulguların analizine yer verilmiştir.

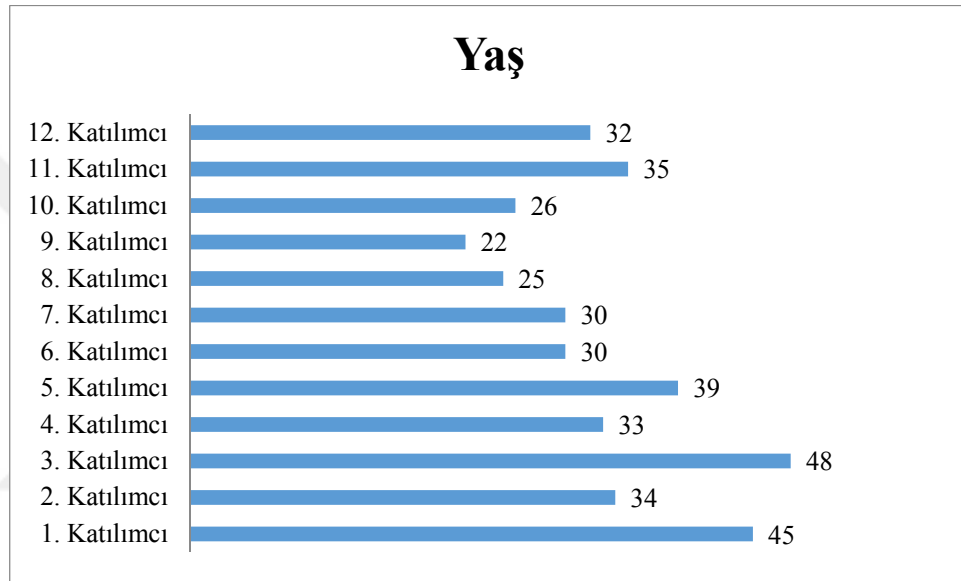
4.1. Katılımcıların Demografik Bulgularının Analizi

Katılımcıların demografik bilgilerinin analizinde her bir demografik unsur ayrı ayrı şekil ve tablolar halinde sunulmaktadır. Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımları şekil 4'te gösterilmektedir.



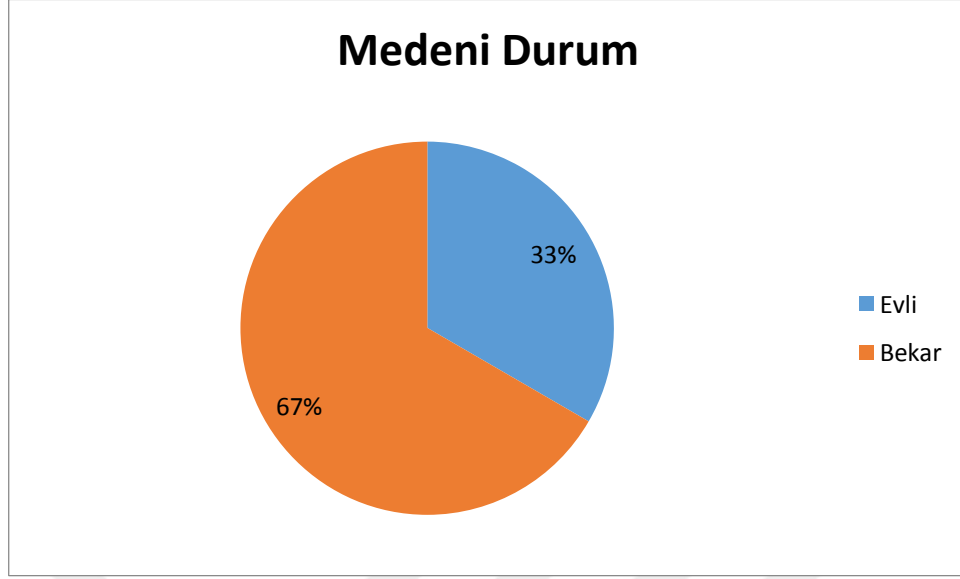
Şekil 4. Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımları

Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımlarına bakıldığında %58'inin erkeklerden %42'sinin ise kadınlardan oluştuğu görülmektedir. Katılımcıların yaşlarına göre dağılımları ise şekil 5'te ele alınmaktadır.



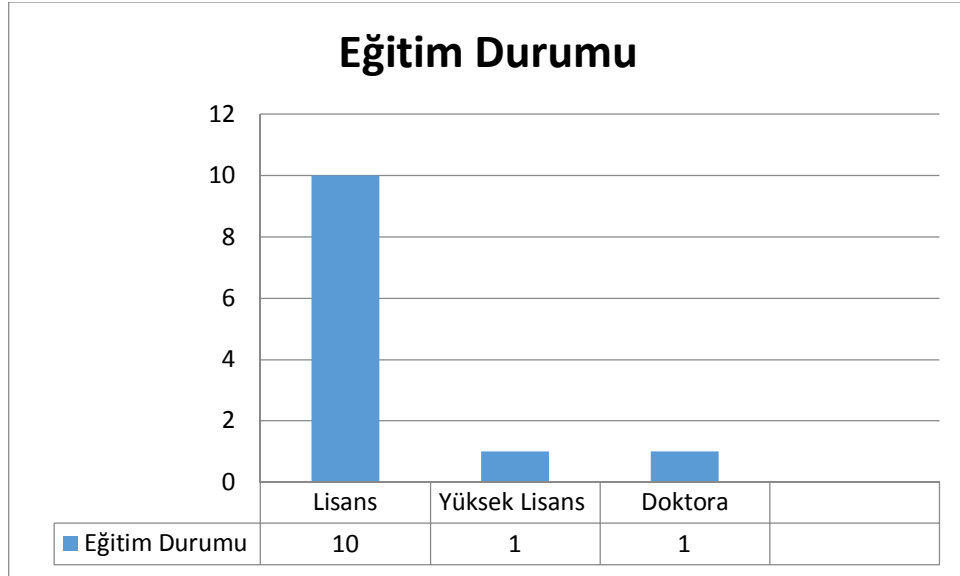
Şekil 5. Katılımcıların yaşlarına göre dağılımları

Şekil 5'te yer alan katılımcıların yaşlarına göre dağılımlarına bakıldığında en küçük katılımcının 22 yaşında, en büyük katılımcının ise 48 yaşında olduğu görülmektedir. Diğer taraftan katılımcıların yaş ortalaması ise 33,25'tir. Katılımcıların medeni durumları ise şekil 6'da gösterilmektedir.



Şekil 6. Katılımcıların medeni durumları

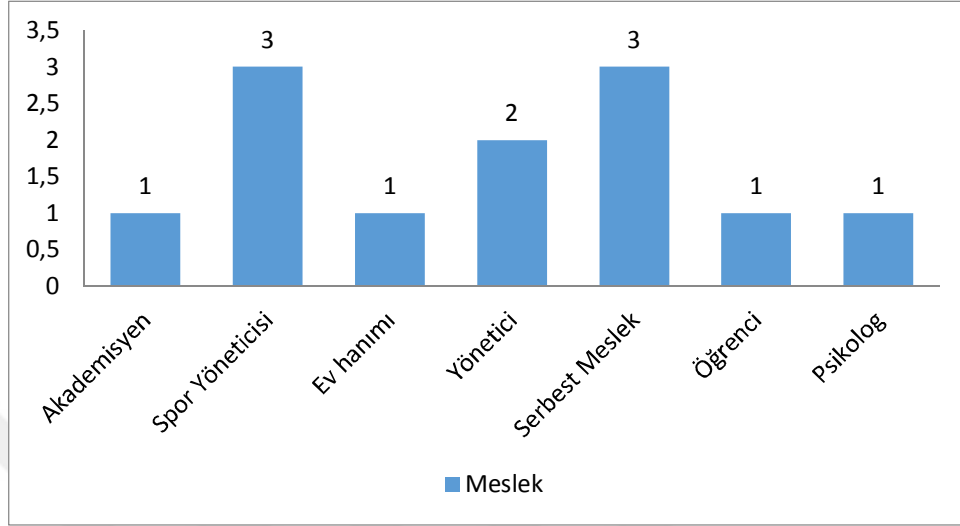
Medeni durum açısından katılımcıların dağılımlarının gösterildiği şekil 6'daki verilere bakıldığında katılımcıların %67'sinin bekar olduğu %33'ünün ise evli olduğu görülmektedir. diğer taraftan katılımcıların eğitim durumlarına göre dağılımları ise şekil 7'de gösterilmektedir.



Şekil 7. Katılımcıların eğitim durumlarına göre dağılımları

Katılımcıların eğitim durumlarına göre dağılımlarına bakıldığında tüm katılımcıların üniversite mezun olduğu görülmektedir. Buna göre 10 katılımcı lisans düzeyinde

eğitim görmüş iken, bir katılımcı yüksek lisans düzeyinde ve bir katılımcı ise doktora düzeyinde eğitim görmüştür. Son olarak katılımcıların mesleklerine göre dağılımları ise şekil 8’de gösterilmektedir.



Şekil 8. Katılımcıların mesleklerine göre dağılımları

Katılımcıların mesleklerine göre dağılımlarına bakıldığında 3 katılımcının spor yöneticisi, 3 katılımcının serbest meslek mensubu, 2 katılımcının çeşitli sektörlerde yönetici pozisyonunda çalıştığı, 1 katılımcının akademisyen, 1 katılımcının psikolog ve 1 katılımcının da ev hanımı olduğu görülmektedir. Katılımcılardan biri de henüz öğrencidir.

4.2. Nitel Bulguların Analizi

Araştırmanın nitel bulgularının analizinde katılımcıların görüşme formunda yer alan sorulara verdikleri yanıtların araştırma sorularından hareketle betimsel analizi yapılmaktadır. Bu doğrultuda katılımcıların sıklıkla tekrar ettikleri çarpıcı ifadeler ve görüşler ise doğrudan alıntılar ile örneklendirilmektedir.

4.2.1. Sporcuların Nasıl Bir Sporcu Olduklarına İlişkin Görüşleri

Tenis kuvvet yetisi, dayanıklılık egzersizleri ve kısa mesafeli koşuların tamamını kapsayan karmaşık fizyolojik gereksinimleri olan bir spordur. Performans tenisi sporcularda yüksek düzeyde aerobik kapasiteyi gerektirmekte birlikte sürat, çeviklik ve güç gibi yetileri de gerektirmektedir. Bu nedenle tenis sporu ile

ilgilenenlerin güçlü ve hızlı birer sporcu olmaları gerekmektedir (Akşit, 2012). Bir sporcunun güçlü ve hızlı olabilmesi ise bu seviyeye ulaşana kadar istikrarlı bir şekilde çalışmasıyla mümkündür. Çünkü her spor dalında olduğu gibi tenis sporunda da sporcuların disiplinli ve istikrarlı bir şekilde çalışmaları son derece önemlidir.

Araştırma kapsamında sporcuların kendilerini bir sporcu olarak nasıl değerlendirdiklerine ilişkin görüşlerinde sporcular kendilerini genellikle çalışkan, tutkulu ve hırslı, kazanmayı ve çalışmayı seven sporcu olduklarını belirtmektedirler. Aşağıda verilen katılımcı görüşleri bu duruma örnek olarak gösterilebilir:

- “Çalışmayı çok severdim.” (K1)
- “Çok hırslı ve tutkulu bir sporcuydum.” (K2)
- “Kazanmayı seven bir sporcuydum.” (K6)
- “Çalışmayı seven bir sporcuydum.” (K7)

Buna karşın bazı sporcular ise çalışmayı çok sevmediklerini belirtmekte ve kendilerini yetenekli ama tembel olarak nitelendirmektedirler. Kendilerini yetenekli ancak tembel olarak nitelendiren sporcu görüşleri aşağıdaki gibidir:

- “İnsanların söylediğine göre çok yetenekli ve çok tembel.” (K9)
- “Çalışmayı çok sevmezdim.” (K10)
- “Dışarıdakilere sorarsan tembel bir görüntüm var.” (K12)

Kendisini çalışkan olarak nitelendiren sporcular antrenman yapmayı genellikle çok sevdiklerini, bu nedenle günün önemli bir bölümünü kortta antrenman yaparak geçirdiklerini, antrenman süresince hırslı ve çalışkan olduklarını belirtmektedirler. Bu durum katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri ile açığa çıkmaktadır:

- “Sabah 9’da korta girerdim öğlen 5’e kadar her korta girip herkesle oynardım küçük yaşlardan beri. Küçük yaşlarda oynayacak birini bulamayınca duvarla oynardım.” (K1)
- “çalışkan bir oyuncu olduğumu düşünüyordum. Asfaltların üstünden karları temizleyip antrenman yapardık.” (K3)

- “Antrenmanda kalmayı çok severim. Kendi limitlerimi zorlamayı severim. Tenis konusunda mükemmeliyetçi olduğumu söyleyebilirim.” (K5)
- “Çalışkan bir sporcuym. Kendi kendime korta çok girerdim. Kendi kendime 2-3 saat servis attığımı, duvar yaptığımı hatırlarım.” (K11)

Kendisi ve yetenekli ancak tembel olarak nitelendiren sporcular ise çalışmayı çok sevmedikleri için gerçek potansiyellerine ulaşamadıklarını kort antrenmanlarını çok fazla sevmediklerini belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri bu duruma örnek olarak gösterilebilir:

- “Çalışmayı hiç sevmezdim muhtemelen de bu yüzden potansiyelime ulaşamadım. Maç yapmayı da çok sevmezdim. Aslında maç yapmayı sever antrenmanı sevmezdim.” (K9)
- “Kort antrenmanlarını orta derece severdim. Kondisyon antrenmanlarını hiç sevmezdim, yapmazdım hep kaçırdım.” (K10)
- “Antrenmana girdiğimde ciddi gözükmeye bilirdim.” (K12)

4.2.2. Tenis Sporunun Sporcular Açısından Anlamı

Başlangıçta yalnızca daha elit bir zümreye hitap eden bir oyun olarak oynanan ve bir süre yalnızca belirli bir kesimin kontrolünde bulunan tenis sporu, zaman içerisinde bu dar kalıplarından çıkmayı başarmış ve hızla daha geniş bir tabana yayılmaya başlamıştır. Böylece bütün dünyada milyonlarca izleyicisi ve yüzbinlerce katılımcısı olan bir spor haline dönüşerek önemli bir kitleyi kendisine bağlamayı başarmıştır. Bireylerin hem reaktif amaçlı bir katılımcı olarak içerisinde yer aldıkları tenis sporu, her geçen gün yeni tesislerin de açılmasıyla beraber bireylerin hayatlarında kalıcı şekilde yer almaya başlamıştır (Yıldırım, 2007). Böylece tenis sporu her sporcu açısından farklı anlamı bulunan bir spor dalına dönüşmüştür.

Araştırma kapsamında tenis sporunun sporcular açısından ne anlam ifade ettiğine yönelik görüşlerinde sporcular çocukluklarından bu yana tenisle ilgilendiklerini bu nedenle tenisin hayatlarında önemli bir yeri işgal ettiğini

belirtmektedirler. Tenisin hayatlarında önemli bir yer işgal ettiğine ve çocukluklarından bu yana tenisle ilgilendiklerine vurgu yapan katılımcı görüşleri aşağıdaki gibidir:

- “Aklıma çocukluğum geliyor.” (K1)
- “Benim için tenis hayatımın ilk 20 yılını ifade ediyor.” (K2)
- “Doğduğumdan beri kendimi bildiğimden beri içinde olduğum bir dünya.” (K3)
- “Sporla çok erken yaşta tanıştım ve hayatım boyunca sporla iç içe oldum.” (K6)
- “5 yaşımdan beri hayatımın en önemli yerinde oldu.” (K7)
- “Tenisle yaşadım 7 yaşımdan 12 yaşıma kadar.” (K10)

Katılımcılar bunun yanında tenis sporunu bir tutku olduğunu belirtmekte, tenisi hayatın anlamı ve yaşam biçimi olarak nitelendirmekte ve hayatlarının en güzel ve zorlu anlarını tenis sporuyla ilgilendikleri yıllar olduğunu belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri bu duruma örnek olarak gösterilebilir:

- “Tenis benim için aslında hayat demek. Hayatın anlamı demek.” (K2)
- “Tenis benim için hayatın anlamı demek.” (K3)
- “Hayatımın en güzel en zor yılları” (K8)
- “Tenisin benim için anlamı bir yaşam biçimi.” (K11)
- “Tenis bir tutku aslında” (K12)

Katılımcıların tenis sporunun kendileri açısından ne ifade ettiğine yönelik görüşlerinde ise genellikle tenis sporunu mutluluk, aşk, sevgi ve tutku olarak nitelendirmektedirler. Bu durum katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri ile açığa çıkmaktadır:

- “Tenis benim gerçekten çok büyük bir aşk sevgiyi ifade ediyor” (K5)
- “...benim için birazda tutkuyu ifade ediyor” (K6)

- “12 yaşıma kadar ve her zaman mutluydum, eğlenceliydi. Kulüpte yatıp kalkıyorduk” (K10)
- “Kesinlikle bir tutku, Tenis deyince aklıma gelen tek şey mutluluk ve sevgi” (K11)

Diğer taraftan katılımcılar tenis sporunun çocukluklarından bu yana içerisinde oldukları bir dünya olduğunu ve bu nedenle tenis sporunun kendilerine çocukluklarını hatırlattığını ve tenis sporunu bir aile ortamı olarak gördüklerini belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri bu duruma örnek olarak gösterilebilir:

- “...bana küçüklüğümü hatırlattığı için her zaman bir buse bırakır” (K1)
- “...dolayısıyla tenis benim için aile demek.” (K2)
- “Doğduğumdan beri kendimi bildiğimden beri içinde olduğum bir dünya” (K3)

Katılımcılardan bazıları ise tenis sporunun kendileri açısından rekabet, özgüven, ekip ruhu, mücadele, disiplin, heyecan, stres ve birliktelik gibi duyguları hatırlattığını belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri ile bu durum açığa çıkmaktadır:

- “Tenis benim için heyecanı ve rekabeti ifade ediyor.” (K6)
- “Tenis deyince aklıma öncelikle özgüven geliyor, ekip ruhu geliyor” (K8)
- “...tenis deyince aklıma baskı ve strese aklıma gelmiyor değil.” (K10)
- “Bir mücadele ve birlik, eğlence, koşma. Bunları barındıran tabi özünde kazanma olan bir rekabet ortamı.” (K12)

4.2.3. Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri

Tenis sporu günümüzde gittikçe daha çok insanın ilgisini çeken ve organize hale gelen bir spor dalına dönüşmektedir (Yıldız, 2006). Tenis oynayanların

sağlığına faydalı olan bir spor dalı olmakla birlikte düzenli katılım sağlanması durumunda kaygı yönetimi, stresle baş etme, koordinasyon, kardiyovasküler, kemik sağlığı, metabolik gelişim, zihinsel, fiziksel, sosyal ve duygusal gelişimi de olumlu anlamda etkilemektedir (Groppel ve DiNubile, 2009). Tenis sporunun sporculara sağlamış olduğu faydalar sporcuların tenise başlama nedenlerini de etkilemektedir.

Araştırma kapsamında katılımcıların tenise başlama nedenlerine ilişkin görüşlerinde katılımcılar ailelerinin yönlendirmeleri ile tenise başladıklarını belirtmektedirler. Bu noktada katılımcılardan bazıları anneleri tarafından; bazıları ise babaları tarafından yönlendirildiğini belirtmektedir. Tenise başlama konusunda anneleri tarafından yönlendirildiğine vurgu yapan katılımcı görüşleri şöyledir:

- “Tenise annem sayesinde başladım.” (K1)
- “...annem burada en büyük öncülerden birisi” (K6)
- “Tenise annemin isteğiyle başladım.” (K10)

Tenise başlama konusunda babaları tarafından yönlendirildiğine vurgu yapan katılımcı görüşleri ise şöyledir:

- “Beni de aslında 4 yaşında babam başlattı.” (K2)
- “Tenise ilk başlangıcım aslında babamın tenisle ilgilenmesiyle başladı.” (K7)
- “Babam 11 sene tenis oynamış” (K8)

Görüldüğü gibi katılımcılar ailelerinin destekleriyle tenis sporuna başladıklarına vurgu yapmaktadırlar. Ancak buradaki önemli hususlardan birisi de katılımcıların ailelerinden gelen bir gelenekle tenis sporuna yöneldikleridir. Başka bir ifadeyle katılımcıların ailelerinden tenis sporuyla ilgilenen birilerinin olması onların da tenis sporuna yönelmeleri üzerinde belirleyici olmuştur. Nitekim katılımcıların verdikleri cevaplara bakıldığında annelerinin, babalarının, abilerinin, ablaların veya ailenin üyelerinden birinin veya birkaçının tenis sporu ile ilgilendiği görülmektedir. Bu durum katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri ile açığa çıkmaktadır:

- “Bu çok büyük bir şanstı çünkü babam tenis oynuyordu. O tenis oynamasaydı belki de ben başlamayacaktım.” (K2)
- “Annem babam Ankara’da Ankara tenis kulübüne üyelerdi. O vesileyle abim ablamda tenis oynuyordu onlarla birlikte gidiyorduk.” (K3)
- “...gittiğimiz yerde ailecek tenis kulübüne yazıldık. Kulüpte yarım saat kardeşim yarım saat ben olmak üzere özel ders almaya başladık. Annem babamda yan kortta oynardı, ailecek spor olsun diye başladık.” (K4)
- “aslında ailemizde tenis oynayan birçok kişi vardı. Ama en yakın olan o kuzenimdi. Kendisi tenis antrenörüydü.” (K5)
- “Spora aşık bir ailenin çocuğuyum. Babam 11 sene tenis oynamış. Annem ve babam tenis kortunda tanışmış.” (K8)

Buradaki bir diğer husus da katılımcıların tenis sporunu bilinçli bir tercihle mi yoksa başka nedenlerle mi seçtikleridir. Katılımcıların cevaplarına bakıldığında önemli bir bölümünün genellikle hoş vakit geçirmek, enerjilerini boşaltmak ve olumsuz arkadaş çevresinden uzaklaşmak amacıyla tenis sporuna yöneldikleri görülmektedir. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri de bu duruma örnek olarak gösterilebilir:

- “Biraz hiperaktif bir çocuktum doktorlar aileme enerji atmam için bir spor yapmam gerektiğini önermişler.” (K4)
- “Birde ailevi bazı sıkıntılarımız vardı. Annem babam ayrılık atlatmıştı. Annem de benim kafamın dağılacağını başka şeylere yönelmemi istediği için tenise gitmemi istedi.” (K5)
- “Tenise çok küçük yaşta başladığım için fazla bilinçli bir şekilde başlamadım.” (K6)
- “İlk başlarda eğlenmeye gidiyordum.” (K7)
- Annem beni mahalleden sokaktan uzak tutmak için böyle bir şey yapmak istedi.” (K10)

Katılımcılar her ne kadar bilinçli bir tercihin sonunda tenis sporuna yönelmeseler de başlangıçta bu işi bir oyun olarak veya eğlence olarak gördüklerini ama zaman içerisinde bu alanda başarılı olduklarını görünce tenis sporunun kendileri açısından bir tutkuya dönüştüğünü tenisi daha çok ciddiye aldıklarını belirtmektedirler. Bu durum katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri ile açığa çıkmaktadır:

- “Dolayısıyla da aslında neden başladığının cevabı aslında ailemin isteğiyle başladım ama neden devam ettin diye sorarsan tenisi çok sevdiğim için ve iyi yapıyor olduğumu düşündüğüm için devam ettim.” (K2)
- “Aslında zorlama bir nedenden gitmiş olsam bile çok sevdim. Özellikle oradaki arkadaş grubum hala en yakın arkadaşlarım diyebilirim.” (K5)
- “Yani ailemin yönlendirmesiyle başlayıp tabi ki tutkulu bir şekilde 6 yaşımdan itibaren senelerce oynadığım bir spor...” (K6)
- “Aslında ilk başlarda bir oyun gibi görüyordum. Sonrasında tabi zaman ilerledikçe daha ciddi bir hale geldi.” (K7)
- “...mahalleden sokaktan uzak tutmak için böyle bir şey yapmak istedi. Doğruca yapmış iyi de yapmış. Kulüp benim için bir yuva oldu, tenis ise hayatım oldu.” (K10)

Diğer taraftan bazı katılımcılar ise tenis sporuna bilinçli bir tercih sonucu yöneldiklerine vurgu yapmaktadırlar. Katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri ile bu durumu açığa çıkmaktadır:

- “...raket elime geldi ve ondan sonra ‘’bu çocuk tenis raketini tutuyor’’ deyip sonrasında beni 4 yaşında tenise başlatmaya karar verdiler.” (K2)
- “Tenisle çok küçük yaşta tanıştım. Sonrasında 5 yaşında ablamın tenis oynadığı kulüpte yaz kış okuluna girdim. Daha sonra takıma girdim ve ondan sonra yaklaşık 12-13 sene böyle devam etti başlama sebebim bu” (K9)

- “Kazanmayı da kaybetmeyi de kendin seçebildiğin bir spor seçmek istedim. Bunu da söylemişim 8 yaşında. O yüzden tenisi tercih ettim.” (K11)
- “Raketi topla buluşturup istediğin yere atabilmek ya da karşıya atabilmek çok güzel bir histi.” (K12)

Katılımcıların tenis sporuna başladıkları dönemde hissettikleri duygularına ilişkin görüşlerinde ise katılımcılar tenise başladıklarında genellikle mutluluk, heyecan ve eğlenceli vakit geçirmek gibi duyguları yaşadıklarını belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri bu duruma örnek olarak gösterilebilir:

- “Başlangıçta net bir duygu hatırlamıyorum ama yapabildiğimi hissedince çok mutlu olmuştum.” (K3)
- “...şu duyguları çok net hatırlıyorum. Evden oynadığım kulübe ya da okuldan çıkıp kulübe giderken aşırı heyecan sarıyordu.” (K6)
- “İlk başlarda eğlenmeye gidiyordum.” (K7)
- “İlk duygum eğlenceli olmasıydı.” (K11)

4.2.4. Sporcuların Teniste En Çok Nelerden Hoşlandıklarına İlişkin Görüşleri

Bireyin taktik, teknik, psikolojik ve fizyolojik yeteneklerini zorlayan tenis sporu, planlı ve programlı bir şekilde yapıldığında bireyde fiziksel, duygusal, zihinsel ve sosyal gelişim açısından olumlu etkiler bırakmaktadır (Hasıl ve Ataç, 1998). Diğer taraftan tenis sporu diğer spor dallarına kıyasla daha fazla çalışmayı, uğraşı ve eğitimi gerektirmektedir. Bu sporla ilgilenenler eşit kuvvetler arasında yapılan bir tenis müsabakasında bir futbol müsabakasından daha fazla efor sarf edildiğini belirtmektedirler (Öztop, 2006). Bu durum tenis sporunun kendine has özelliklerinin olduğunu ortaya koymaktadır. Sporcular ise tenis sporunun kendisine has bu özelliklerinden hareketle bu spora yönelmektedirler.

Araştırma kapsamında sporcular teniste en çok nelerden hoşlandıklarına ilişkin görüşlerinde tenis sporunda yaşanan mücadeleden hoşlandıklarını ve

belirtmektedirler. Tenis sporundaki mücadele unsuruna vurgu yapılan katılımcı görüşleri aşağıdaki gibidir:

- “Teniste benim en sevdiğim şey aslında zamanla değil bir insanla mücadele ediyor olmam.” (K2)
- “Galibiyetlerden ve başarılarından hoşlanırım” (K7)
- “En çok ilgimi çeken şey rekabet ortamı oldu. Mücadeleyi seven bir insanım” (K12)

Katılımcılar tenis sporundaki mücadeleden hoşlandıklarını ancak diğer spor dallarının aksine tenisin bireysel bir spor olmasından dolayı bu mücadele sürecinde sahada tek olmanın daha zevkli bir durum olduğunu belirtmektedirler. Bu durum katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri ile açığa çıkmaktadır:

- “Bence beni teniste en çok etkileyen şey yalnız başına olmanız kortta.” (K5)
- “Kortta tek başınıza olmanız.” (K8)
- “Bireysellik ilgimi çekiyor” (K9)
- “Tenisin en çok ilgimi çeken bütün yükü tek başına çekmek.” (K11)

Katılımcılar tenis kortunda yalnız başına olmaktan çok hoşlandıklarını bunun yanında yalnız olmanın kazanmak için çıkış yolu aramanın, sorunlarla başa çıkmayı öğrettiğini, böylece bireyin rakibiyle yarışırken aslında kendi içinde de bir yarışa girdiğini ve bu durumun hayattaki duruşlarını da etkilediğini belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri de bu duruma örnek olarak gösterilebilir:

- “Bütün korttaki sorunlarla rakiple her şeyle kendi başınıza mücadele etmek zorunda kalmanız. Kendiniz bir çıkış yolu bulmak zorundasınız size yardım edecek kimse yok bu da zaten hayattaki duruşumuzda çok etkiledi.” (K5)
- “... bende yarattığı büyük rekabet hissi orada tek başıma olmam savaş veriyor olmam benim çok hoşuma giderdi.” (K6)

- “Teniste ne çok ilgimi çeken kendi kararlarınızı kendiniz vermeniz. Kortta tek başınıza olmanız. Sorunlarla tek başınıza başa çıkmaya çalışmanız.” (K8)
- “. Karşındaki ile yarışırken aslında kendin içinde yarışyorsun bu çok güzel bir his.” (K9)
- “Tenisin en çok ilgimi çeken bütün yükü tek başına çekmek.” (K11)

Diğer taraftan katılımcılardan bazıları ise tenis sporunun diğer spor dallarının aksine sporcuların zekâlarını da kullanmalarını gerektiren bir spor dalı olduğunu ve müsabaka sürecinde yeni stratejiler geliştirilmesi gerektiğini belirtmektedirler. Katılımcılar bunun tenis sporunda hoşlandıkları bir durum olduğunu belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri buna örnek olarak gösterilebilir:

- “Strateji kurmak hoşuma gidiyordu. Oyun stratejileri. Çok zor durumdayken bile kazanabilme ihtimalinin olması. Zekâya yönelik bir oyun olması” (K3)
- “...teniste değerlerinden farklı olarak zekânı da çok çalıştırman gereken spor olması benim ilk ilgimi çeken şey olmuştur” (K4)

Bazı katılımcılar ise tenis sporunun kendi içerisindeki zorluğundan hoşlandıklarını belirtmektedirler. Tenis sporunun zorluğundan hoşlandıklarına vurgu yapılan katılımcı görüşleri aşağıdaki gibidir:

- “Teniste ilgimi çeken en büyük etken zor bir spor olması” (K6)
- “İlgimi çeken şey bireyselliğin getirdiği zorluk” (K9)

Sporcuların müsabaka sürecinde yaşadıkları bu zorluk neticesinde elde ettikleri başarı veya başarısızlık çeşitli duyguları da beraberinde getirmektedir. Bu kapsamda sporcular müsabaka öncesinde veya sonrasındaki en mutlu ve en mutsuz anlarının ne olduğuna yönelik görüşlerinde turnuvalarda finale çıktıklarında veya müsabakalarda başarılı olduklarında çok mutlu olduklarını belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri buna örnek olarak gösterilebilir:

- “En mutlu olduğum ana gelirse ilk kez bir yaş kategorisinde yarı finale çıkmak, ikincisi de Türkiye Şampiyonası’nda çiftlerde final oynamak.” (K5)
- “En mutlu olduğum an helalde 14 yaşım da ilk şampiyon olduğum Denizli’de oynadığım turnuva” (K7)
- “En mutlu anım teniste 16 yaşta bölge şampiyonasında final maçını kazanmamdır.” (K8)
- “Turnuva kazandığım her an en mutlu olduğum zaman. Turnuvayı kazanmak çok farklı bir his insana çok farklı bir mutluluk veriyor.” (K12)

Başarılı olmak ve müsabaka kazanmak her sporcuyla mutlu eden bir sonuçtur. Ancak kimi zaman başarılı olmaktan öte o alanlarda yer almak da bazı sporcuları mutlu etmektedir. Bu bağlamda katılımcılardan bazıları müsabakayı kazanamamaları bile kimi zaman orada yarışmanın kendilerini mutlu ettiğini belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri buna örnek olarak gösterilebilir:

- “İlk şampiyonluk, 13 yaşında tüm ablaları yenerek finale gelmişim. Finalde kaybetmişim ama orada böyle kendimi özel hissettim çünkü benimle röportaj yapmak isteyenler oldu ve o anda çok mutlu oldum o an herhalde benim en mutlu anımdır” (K3)
- “Türkiye 5.si ile karşılaştım. 3 set oynadım çok zorlu bir maç oldu. Bu zorlu maçta kaybetsem de bu benim için en mutlu anlarımdan biri oldu” (K4)

Diğer taraftan bazı katılımcılar ise milli takım kadrosunda yer almanın kendilerini mutlu ettiğini belirtmektedirler. Milli takımda olmanın kendilerini mutlu ettiğine vurgu yapan katılımcı görüşleri aşağıdaki gibidir:

- “En mutlu anım şuydu milli takımda oynamamdı” (K2)
- “Avrupa’ya gittiğimde, milli takımda ülkemi temsil ettiğimde bunlar benim en mutlu anlarımdı.” (K6)

Katılımcılar en mutsuz oldukları anlar konusunda ise genellikle müsabaka kaybettikleri anlara vurgu yapmaktadırlar. Buna göre katılımcılar herhangi bir gerekçeden ötürü müsabakadan başarısızlıkla ayrıldıklarında bu durumun kendilerini çok mutsuz ettiğini belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri buna örnek olarak gösterilebilir:

- “Mutsuz an olarak yenildiğim zamanları söyleyebiliriz çok mutsuz oluyordum” (K6)
- “...maçımda o şekilde kaybettim. Geri dönüp baktığımda bu benim en mutsuz anım ama anlıyorum ki o stresi kaldıramadım ve o baskı altında ezildiğimi anladım” (K9)
- “En mutsuz anlarım tabi ki kayettiğim zamanlar ve bu kayettiğin zamanlarda tek başına olduğun için bütün yükü üstüne alıyorsun ve buda çok ezici olabiliyor.” (K11)
- “Uluslararası turnuvalarda finallerde maç puanlarından kayettiğim maçlar benim için en mutsuz zamanlarım diyebilirim.” (K12)

Bazı katılımcılar ise maçlardan önce sakatlanma ve hastalıktan dolayı yaşadıkları talihsizliklerin kendilerini mutsuz ettiğini belirtmektedir. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri buna örnek olarak gösterilebilir:

- “En kötü anım ise Enka’da bir 14 yaş Türkiye Kupası finaline çıkacaktım. Bir gün önce hasta oldum ve maça çıkamadım” (K2)
- “En mutsuz anım ilk milli takıma seçilecektim o zaman iyi bir oyuncu olduğumdan erkeklerle antrenman yapıyordum fakat o antrenmanda sakatlandım milli takıma gideceğim elemelere bu sebepten dolayı katılamamamdır.” (K4)
- “En mutsuz anım ise yine bir final maçında bir önceki gün ateşlenip hastanede serum yiyip final maçına çıkmam ve kendi performansımı gösteremediğimden dolayı maçı kaybetmiş olmamdır.” (K8)

4.2.5. Sporcuların Eleştirisi ve Yenilgi Karşısındaki Tepkileri

Eleştirisi, bir kişiyi, bir konuyu veya bir eseri doğru ve yanlış taraflarını bularak göstermek için yapılan inceleme ve tenkit olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2020). Eleştirinin insan ve sporcu hayatına olumlu açıdan katkıları olduğu gibi kimi zaman sporcuların eleştirileri kötü bir oyuncu olduklarından değil kötü bir insan olduklarından dolayı yapıldığı şeklinde yanlış yorumlamalarına yol açmaktadır (Uslu, 2004). Bu durumun sporcu başarısını olumsuz anlamda etkilemesi beklenmektedir. Buradaki önemli olan nokta sporcunun kendisini geliştirmesi açısından eleştiriyi önemli bir husus olarak görmesi ve eleştirildiği noktaları düzeltmek adına fazladan çaba göstermesidir.

Araştırma kapsamında sporcuların eleştiriler konusunda genellikle olumlu yaklaştıkları ve eleştirileri dikkate alarak eleştirildikleri noktaları düzeltmeye çalıştıkları görülmektedir. Bu durum katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri ile açığa çıkmaktadır:

- “Hiçbir zamanda bir antrenörüme karşı haksızsın demedim her zaman onu alıp daha iyileştirmeye çalıştım.” (K1)
- “Eleştirilere her zaman açığımdır. Ve o eleştiriler üstüne çalışırım. Görünüşte hiç dinlemiyor gibi gözükürüm ama eleştirilerin hepsini alıp üstünde çalışırım.” (K4)
- “Eleştirilerden her zaman ders çıkarmaya çalıştım.” (K8)
- “Eleştirilere açtım. Ailemden gelenlere değil ama antrenörlerimden gelenlere açtım.” (K11)

Katılımcılar ayrıca eleştirisi konusunda gösterilen tepkilerin yaş ile ilişkili olduğunu, başlangıçta sporcuların eleştiriyi duygusal şekilde yaklaştığını ama zaman içerisinde daha mantıklı ve rasyonel düşünmeye başladıklarını belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda verilen görüşleri bu duruma örnek olarak gösterilebilir:

- “Küçük yaşlarda duygusal yaklaşıyorsun, hiçbir şekilde mantıklı ya da 'bu iyi eleştiridir bunu öğreneyim, daha iyisini yapayım diyemiyorsunuz.'” (K1)

- “Bu biraz yaştan yaşa değişiyor tabi, ilk 10 yaşında eleştirileri hep dinlerdim. 14-16 arasına gelince içinizdeki o ergen çocuğun dışarı çıkmasıyla beraber artık eleştirilere tepki vermeye başlarsınız.” (K2)
- “Eleştirileri gençken fazla almıyordum. Ergenlik dönemlerinde her şeyi çok bildiğimiz sandığımız için” (K3)
- “Eleştiri alma konusunda zamanla iyileştim. Başta çok iyi değildim. Mesela babamdan gelen eleştiriye çok sinirlenirdim.” (K9)

Diğer taraftan bazı katılımcılar ise eleştiriden hoşlanmadıklarını ve eleştiriye kapalı olduklarını belirtmektedirler. Eleştiriden hoşlanmadıklarına vurgu yapan katılımcı görüşleri aşağıdaki gibidir:

- “Eleştiri yapılması benim çok hoşuma gitmezdi. Nasıl anlatsam. İyi ya da kötü fark etmez. Tabi iyiler hoşuma giderdi ama kötü eleştiriler hiç hoşuma gitmezdi.” (K10)
- “Eleştirileri pek sevmezdim.” (K12)

Sporcular mağlubiyet sonrasında ise genellikle olumsuz duygular yaşadıklarını, bu nedenle kimi zaman fiziksel tepkiler verebildiklerini ancak bir süre sonra bu durumdan kurtularak yeniden canlanıp, güdülenmiş bir şekilde antrenmanlara devam ettiklerini belirtmektedirler. Bu durum katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri ile açığa çıkmaktadır:

- “Yenilgiler beni bu şekilde olumsuz etkiliyordu. Mağlubiyetler kafamda kötü düşünceler oluşturunuyordu ve bu kötü düşüncelerle beni mutlu olmamaya kadar götürüyor ve çok düşündürüyordu beni” (K6)
- “Yenilgiler ilk başta tabi perişanlık olur tabi bu beni tekrardan harekete geçirir. Bir gün sonra daha istekli bir şekilde korta döndüğüm zamanlar olmuştur.” (K7)
- “Yenilginin verdiği psikolojiyle artık suçu birine atmak istiyorsun, o kafa yapısındaiken sana biri eleştiride buluncuna dışardan biri sana laklak ediyormuş gibi geliyor” (K9)

- “Ama mağlubiyetler beni başta sarsar ama sonra baya gaza getirirdi. Ona bir daha yenilmemek için oyunum eksik yönlerine daha dikkat ederek. Daha hırslı antrenman yapardım.” (K12)

4.2.6. Sporcuların Tenis Oynarken Karşılaştıkları Zorluklara İlişkin Görüşleri

Diğer spor dalları gibi tenis de sporcular açısından kazanmaya dönük olarak taktik, teknik ve fiziksel özellikler içeren ve yüksek düzeyde efor gerektiren bir spor dalıdır (Ölçücü vd., 2012). Bu nedenle tenis sporunun yoğun bir antrenman programı içerisinde periyotlanması gerekmektedir (Unierzyski, 2003). Bu durum tenis sporcularına çeşitli zorlukları da beraberinde getirmektedir.

Araştırma kapsamında sporcuların tenis oynarken karşılaştıkları zorluklara ilişkin görüşlerinde çeşitli zorluklarla karşılaştıkları konusunda hemfikir oldukları görülmektedir. Buna göre bazı katılımcılar genellikle maddi zorluklar yaşadıklarına vurgu yapmaktadırlar. Tenis oynarken maddi zorluklarla karşılaştıklarına vurgu yapan katılımcı görüşlerinden bazıları şöyledir:

- “Tabi ki maddi zorluklar oldu. Yeterli sponsor hiçbir zaman bulunamadı.” (K1)
- “Epey zorluklar çektim. Bunlardan biri kulüp idarecilerinin tasarruf etmesinden dolayı çok kötü yerlerde kaldığım oldu.” (K3)
- “Bizim zamanımızda sponsor bulmak çok zordu” (K4)
- “Bir turnuva giderken kaç gün kalırım, kaç para harcarım psikolojisiyle turnuvaya gitmen baskı altında olursun ve başarılı olman çok zor maddi destek almıyor olman turnuvaya gitme amacının dışına çıkmanı sağlıyor.” (K9)

Katılımcılar tenis oynarken yalnızca maddi zorluklarla karşılaşmadıklarını bunun yanında bilgi eksikliğinden kaynaklanan birtakım zorluklarla da karşılaştıklarını vurgu yapmaktadırlar. Tenis oynarken bilgi eksikliğinden kaynaklanan zorluklarla karşılaştıklarına vurgu yapan katılımcı görüşlerinden bazıları şöyledir:

- “O zamanlar uluslararası turnuvalara nasıl gidilir, nasıl oynanır, nasıl kayıt yapıldığını antrenörler de bilmiyordu. İlerleyen yaşlarda farkına vardık ki 16-17 yaşında bir oyuncunun yılda yaklaşık 60-70 maç yapması gerektiğini öğrendik.” (K5)
- “Benim için biri antrenörlerin yanlış yönlendirmesiydi. Fazla antrenman yapmak, doğru antrenman yapmamak” (K10)

Diğer taraftan bazı katılımcılar ise bireysel bir spor olması ve yüksek düzeyde efor gerektirmesinden ötürü tenis oynarken kişisel zorluklar yaşadıklarını belirtmektedirler. Tenis oynarken kişisel zorluklarla karşılaştıklarına vurgu yapan katılımcı görüşlerinden bazıları şöyledir:

- “İsteyemiyorsunuz, kimse size yardım edemiyor, tek başınıza savaşmanız lazım. Bazen bunun zorluklarını yaşıyordum.” (K6)
- “En büyük zorluk benim hisar okullarına gidip aynı zamanda da çok fazla antrenman yapıyor olmamdı” (K8)
- “Benim için okul ve tenisi bir arada devam etmesi benim için en büyük zorluktu.” (K11)
- “Benim için zorluklardan biri tümgün okula gitmekti. 3.30’da okul bitiyordu antrenmanda 4’te başlıyordu. Tabi okul enerjimin bir kısmını alıyordu. Az bir kısmı antrenmana kalıyordu.” (K12)

Katılımcılar ne tür zorluk yaşarlarsa yaşasınlar bu durumun kendilerini olumsuz anlamda etkilediğini ve bu noktada karşılaştıkları zorluklardan sonra güdülenme ve performans düşüklüğü yaşadıklarını belirtmektedirler. Karşılaştıkları zorlukların güdülenme ve performans düşüklüğüne neden olduğuna vurgu yapan katılımcı görüşleri şöyledir:

- “...bundan sebep güdülenme düşüklüğü yaşıyordum.” (K3)
- “...bu da tabi bizim performans ve gelişmemizi etkiliyordu” (K4)
- “...kaç para harcarım psikolojisiyle turnuvaya gitmen baskı altında olursun ve başarılı olman çok zor oluyor” (K9)

4.2.7. Sporcuların Tenisten Beklentileri

Diğer spor dallarının aksine teniste yarışmaya dayanan estetik hareketlerin bütünlük içermesi müsabaka seyrini daha zevkli hale getirmekle birlikte tenisin gözde spor dalları arasında yer almasını sağlamıştır. Böylece tenis sporu günümüzde milyonlarca izleyicisi olan önemli bir kitle sporuna dönüşmüştür (Ölçücü, 2012). Tenis sporuyla ilgilenmeye karar veren sporcular ise farklı beklentilerle bu alana yönelmektedirler.

Katılımcıların tenis sporundan beklentilerine yönelik görüşlerinde genellikle başarılı olarak milli takıma seçilmeyi ve saygın, önemli uluslararası turnuvalara katılarak bu alanda kariyer yapmayı bekledikleri görülmektedir. Bu durum katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri ile açığa çıkmaktadır:

- “Doğal olarak her tenisçinin sivrildikten başarılı olduktan sonra hepsinin hayali Wimbeldon’da şampiyon olmaktır” (K1)
- “Profesyonel tenis oynayan bütün oyuncuların beklentisi dünyada iyi bir tenisçi olabilmektir” (K2)
- “Öncelikle belli bir yaşa kadar teniste hedefiniz başarı. Milli takıma girmek, ülkeni temsil edip başarılı olmak” (K5)
- “Amacım her zaman iyi bir tenisçi olup milli takıma girmekti. Gençlik olimpiyatlarında oynamaktı” (K8)
- “...sonra hep kendi yaş gruplarımın en iyisi olmayı hedefledim.” (K12)

Katılımcılar tenis sporunda arzu ettikleri başarıyı yakaladıktan sonra bu durumun maddi açıdan kendilerine bir getirisinin olmasını bekledikleri ifade etmektedirler. Katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri bu durumu açığa çıkarmaktadır:

- “Hayalim Wimbolde’nin şampiyon olup anneme bir araba almaktı.” (K1)
- “...belli bir yaşı geçtikten sonra özellikle üniversite yıllarında ekonomik anlamda sizi memnun etmesini istiyorsunuz.” (K5)

— “Sonrasında da tenisi kullanarak Amerika’da bir okuldan burs kazanmak” (K8)

— “...lisedeyken beklentim bursla Amerika’ya gitmekti” (K9)

Diğer taraftan katılımcılar tenis sporunda beklentilerini büyük ölçüde karşıladıklarını belirtmektedirler. Tenis sporundan beklentilerinin karşılandığına vurgu yapan katılımcı görüşlerinden bazıları şöyledir:

— “Benim beklentilerimi karşıladı bence. 14 yaşında başarılı olunca ailem beni İspanya’da eski 1 numara olan Anna Kuznetsowa’nın İtalya’da ki kampına gönderdi. Ben orada bir turnuvaya katıldım ve beni iyi oyuncu olarak nitelendiriyorlardı” (K4)

— “Çok şükür beklentilerimin hepsine hemen hemen ulaştım” (K5)

— “O zamana göre aşırı bir beklentilerimin karşılanmadığını söyleyemem” (K6)

— “...beklentilerim karşılandı mı sorusunda Türkiye bazında evet karşılandı diyebilirim” (K7)

Görüldüğü gibi sporcuların önemli bir bölümü tenis sporundan beklentilerinin karşılandığını belirtmektedirler. Nitekim bu durum sporcuların dünyaya bir daha gelecek olsalar yeniden tenis sporunu seçip seçmeyecekleri sorusuna verdikleri cevapta da ortaya çıkmaktadır. Sporcuların önemli bir bölümü dünyaya bir daha gelecek olsalar yeniden tenis sporun seçeceklerini belirtmektedirler. Sporcuların dünyaya bir daha gelecek olsalar yeniden tenis sporunu seçeceklerine vurgu yaptıkları görüşlerinden bazıları şöyledir:

— “Mutlaka tenis oynardım” (K1)

— “Evet oynardım. Mutlaka tenisi seçerdim” (K2)

— “Kesinlikle tekrar tenisçi olmak isterdim.” (K4)

— “Kesinlikle oynardım. Tenisi hala izlediğimde hala çok heyecanlanıyorum. Hala maçları takip ediyorum” (K6)

— “Hayatımın sonuna kadar tenis oynardım. Oynamak isterdim.” (K8)

Bazı katılımcılar ise yeniden seçme şanslarının olması durumunda tenis yerine futbolu seçmeyi isteyeceklerini belirtmektedirler. Bu duruma katılımcıların aşağıdaki görüşleri örnek olarak gösterilebilir:

- “Tenis oynayabilirdim ama futbolcu olmak isterdim. Teniste para kazanmak çok zor” (K10)
- “Bir daha dünyaya gelsem futbolu seçebilirdim. Futbolda iyi olduğumu düşünüyorum. Futbol gerçekten daha kolaydı benim için” (K12)

4.2.8. Sporcuların Tenisi Bırakma Nedenlerine İlişkin Görüşleri

Her meslekte olduğu gibi sporculuk mesleğinin de bir sonu olmaktadır. Çünkü sporcular kariyer anlamında yıpratıcı bir süreçten geçmektedirler (Bayrak ve Tunçkol, 2012). Sporcular gönüllü veya gönülsüz şekilde sporu bırakmak durumunda kalmaktadırlar. Gönüllü olarak kariyerlerini sonlandırmakla birlikte zorunlu olarak da yaş, sakatlanma, gözden düşme ve başka özel nedenlerden ötürü sporu bırakmak durumunda kalmaktadırlar (Alfermann vd., 2004). Tenis sporu da fiziksel özellikler içeren ve yüksek düzeyde efor gerektiren bir spor dalıdır olduğu için sporcuların sakatlanma ihtimalleri yüksektir. Nitekim araştırma kapsamında katılımcıların tenisi bırakma nedenlerine ilişkin görüşlerinde sporculardan bazıları sağlık sorunlarından ötürü sporu bırakmak durumunda kaldıklarını belirtmektedirler. Sporun bırakma nedeni olarak sağlık sorunlarına vurgu yapan katılımcı görüşlerinden bazıları şöyledir:

- “Omuzumdan ameliyat olmuşum, Amerika’da üniversiteler arası lig oynarken. Ön taraftaki omuzumun bağlarını koparttım” (K1)
- “Bırakma sebebim aslında omuzumda bir yırtık olmasıydı. Üniversiteden sonra çok çok iyi oynarken bırakmak zorunda kaldım. Omuzumda yıpranmıştı. Tekrardan tedavi sürecine başlayıp her şeye sıfırdan başlamak tatbiki zor geldi. Sonrasında zaten 2016 yılında Eczacıbaşı’ndan iş teklifi geldi. Bende 1-2 seneyi boşa harcamamayı tercih edip işe başlamaya karar verdim ve bu şekilde bıraktım” (K8)

Katılımcılardan bazıları ise maddi koşullardan dolayı tenis sporunu bırakmak zorunda kaldıklarını belirtmektedirler. Spor bırakma nedeni olarak maddi koşullara vurgu yapan katılımcı görüşlerinden bazıları şöyledir:

- “...tabi burada ekonomik durumunuz da çok önemlidir. Hem kendi ailenizin hem de ülkenin ekonomik şartları bu kararda çok etkili oluyor, eğer ülkenizin ekonomik şartları iyi değilse uluslararası turnuvalar getiremiyorlar ülkeye, federasyonun tutumu burada çok önemli” (K2)
- “Bunun en büyük nedenlerindense maddi ve federasyonun ve kulüplerin desteklememesi.” (K5)
- “Benim için bırakma nedenlerimin en büyüğü maddi olarak getiri getirmemesiydi benim için.” (K10)

Diğer taraftan bazı katılımcılar ise başaramama kaygısı ve geleceğe dönük herhangi bir beklentilerinin olmamasından ötürü tenis sporunu bırakmak zorunda kaldıklarını belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıda ifade edilen görüşleri bu durumu açığa çıkarmaktadır:

- “Tenisçi olmayacağımı da biliyordum. Boşuna zaman kaybetmek istemedim. İlk 100’e giremeyeceğimi biliyordum daha çok zaman kaybetmemek için üniversite bitince profesyonel tenisi bıraktım.” (K4)
- “Bırakma nedenlerim aslında Türkiye’de bu işi daha fazla yapamayacağımı düşündüğümdeydi. Destek Türkiye’de ki turnuva azlığı, önümde iyi bir rol modelin olmaması, kimsenin benim” (K6)
- “Oynadığım turnuvalarda başarılı olamıyordum. En sonunda anneme dedim ki ‘tenisçi olmuyorum Amerika’da gitmek istiyorum’. Bir hedefim yok kalmadı. Şu anda da sıkıldım zaten benim tenis hayatım bu kadar dedim.” (K9)
- “Uluslararası turnuvalarda başarı ve galibiyetleri alamayınca kendime olan inancım azaldı.” (K12)

4.2.9. Sporcuların Tenisi Bırakma Sürecine İlişkin Görüşleri

Araştırma kapsamında katılımcıların tenisi bırakma sürecine ilişkin görüşlerinde ise sporcular tenisi bir anda bırakmaya karar vermediklerini zaman içerisinde yaşananlarla tenisi bırakmaya karar verdiklerini belirtmektedirler. Bu duruma katılımcıların aşağıdaki görüşleri örnek olarak gösterilebilir:

- “Son maçıma çıkacağımı biliyordum artık çünkü şöyle olmadı benimle. Bir maça çıkıp ben bundan sonra bırakayım demedim.” (K2)
- “Bu bırakma bir anda oluşan bir şey değil. 24 yaşımdan itibaren yavaş yavaş ilgim azaldı. İlgi demeyeydim de uluslararası aldığım sonuçlar” (K5)
- “Saydığım birkaç nedenden dolayı yavaş yavaş profesyonel tenisten uzaklaşmaya başladım.” (K6)
- “...baskı yüzünden tenis oynamanın anlamsız olduğunu düşünüyordum ve buda benim şevkimi kırıyordu açıkçası.” (K7)

Katılımcılar her ne kadar tenisi bir anda bırakma kararı vermeseler de bu kararın kendileri açısından zor olduğunu ve bu süreçte kendilerini boşlukta hissettiklerini belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıdaki görüşleri bu duruma örnek olarak gösterilebilir:

- “Aslında çok zor vedalaştım tenisle.” (K2)
- “Tenisi bıraktığım zaman bu dünya turu hariç çok büyük bir boşluk hissettim hayatımda.” (K4)
- “Bırakmaya karar verdiğim an aslında inanılmaz bir boşalma hissettim” (K8)

Diğer taraftan bazı katılımcılar ise tenisi bırakma kararını verirken zorlanmadıklarını ve tenisi bırakmadan dolayı çok fazla üzülmediklerini belirtmektedirler. Bu duruma katılımcıların aşağıdaki görüşleri örnek olarak gösterilebilir:

- “Üzülmедim bıraktığıma çünkü o zaman verilecek en mantıklı karar buydu.” (K1)

- “Turnuva oynamak haricinde çok uzun bir tenis geçmişim olduğu için üzülmedim açıkçası, zaten hep içindeydim” (K3)
- “Aslında biraz rahatladım gibi oldu tenisi bıraktığımda. Çünkü dediğim gibi okul ve tenis çok zor gidiyordu” (K10)
- “Profesyonel oyunculuğu bırakmış olabilirim ama hayatımda hep tenis olduğu için hiç kendimi mutsuz hissetmedim” (K11)

4.2.10. Sporcuların Tenisi Bırakma Kararından Sonraki Görüşleri

Üst düzeyde spor yapan kişiler elde ettikleri başarılarından dolayı toplum tarafından tanınan ve örnek alınan kişiler oldukları için yoğun bir ilgi ile karşılaşmaktadırlar. Ancak sporu bıraktıktan sonra toplum tarafından aynı ilgi göremeyen ve durağan bir yaşantı içerisinde hayatlarına devam eden sporcular bu süreçte çeşitli sorunlarla karşı karşıya kalmaktadırlar (Lewis, 1998). Tenis de günümüzde milyonlarca izleyicisi olan önemli bir kitle sporuna dönüşmüş durumdadır. Dolayısıyla tenis oynamayı bırakan sporcuların da benzer durumlarla karşılaşma ihtimalleri yüksektir. Araştırma kapsamında katılımcıların tenisi bırakma kararından sonraki görüşlerinde sporcular tenisi bırakma kararından dolayı memnun olduklarını belirttikleri görülmektedir. Tenisi bırakma kararından dolayı memnun olduklarını belirten katılımcı görüşleri aşağıdaki gibidir:

- “Vermiş olduğum karardan mutluyum. Ben yaş olarak iyi bir yaşta bıraktığımı düşünüyorum” (K2)
- “Bu karardan gayet memnunum. Şimdi aynı durumda olsam yine bırakırdım” (K3)
- “Hayır ben hayatımda çok doğru kararlar verdiğime inanıyorum. Tenisi doğru zamanda bırakıp diğer işime doğru zamanda başladım.” (K4)
- “Bırakma kararımdan memnunum” (K7)

Tenisi bırakma kararından dolayı pişman olmadığını ve bu karardan memnun olduğunu söyleyen katılımcılar ise bu kararı vermeyip tenise devam etmiş olmaları durumunda kendilerini teknik açıdan daha fazla geliştirmeyi isteyebileceklerini, daha

sabırlı ve rasyonel kararlar vermeyi isteyebileceklerini ve fiziksel özelliklerine daha fazla dikkat etmeyi isteyebileceklerini belirtmektedirler. Katılımcıların aşağıdaki görüşleri bu duruma örnek olarak gösterilebilir:

- “...benim tenis oynadığım süreçte kendime güvensizliğim vardı, servis ve teknik konular açısından belki bu konu üstünde daha çok durup bunu değiştirmek istedim.” (K4)
- “Belki daha sabırlı verdiğim kararları daha düşünerek vermek istedim diye düşünüyorum.” (K7)
- “Belki beslenmeme çok daha fazla dikkat ederim.” (K8)
- “Kendime daha çok yatırım yapmak istedim tenis oynadığım zamanlarda. Özellikle fiziksel anlamda” (K12)

Diğer taraftan bazı katılımcılar ise tenisi bırakma kararından ötürü pişmanlık duyduklarını, kimi zaman eski günlere geri dönmeyi istediklerini ve bu nedenle içlerinde bir burukluk olduğunu belirtmektedirler. Bu duruma katılımcıların aşağıdaki görüşleri örnek olarak gösterilebilir:

- “Keşke oynamaya devam etseydim dediğim zamanlarda oluyor. Çok daha tenise ilk başladığım zamanlara geri dönmek istedim” (K5)
- “Bu karardan memnunum şu an olsa yanı kararı veririmdim ama içimde bir burukluk var” (K6)
- “Zaman zaman o atmosferi o ortamı özlediğim oluyor. Hayattaki o yeri yani” (K9)
- “Okul tarafının biraz daha az olup daha çok tenis oynamayı kortta kalmayı istedim” (K10)

Sporcuların tenisi bırakma kararından sonraki görüşleri genel olarak değerlendirildiğinde tenisi bırakma kararından dolayı memnun oldukları; ancak geriye dönüp baktıklarında değiştirmek istedikleri bazı durumların olabileceğini ifade ettikleri görülmektedir. Bazı katılımcıların ise tenisi bırakma kararından dolayı pişmanlık içerisinde oldukları ve bu nedenle bir burukluk yaşadıkları görülmektedir.

5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Tenis, performansa dayalı olarak yapılan ve yüksek düzeyde çaba gerektiren bir spor dalı olarak son dönemlerde dünya genelinde tanınırlığı artan ve uluslararası turnuvalarla gittikçe tabana doğru yaygınlaşmaya başlayan hem oynayanlara hem de izleyicilere büyük zevk veren spor dalları arasında kendisine yer bulmuştur. Dünyanın farklı yerlerinde yapılan ve çeşitli ödülleri dağıtıldığı tenis organizasyonları ise sporcuların kendilerini kanıtlamalarına imkan tanımaktadır. Tenis sporuna olan bu ilgi Dünyanın her tarafında artmasına rağmen çeşitli nedenlerden ötürü birçok üst düzey sporcu tenisten uzaklaşmaktadır. Bu çalışma da ülkemizde üst düzey tenis oynayan turnuva oyuncularının tenisten uzaklaşma nedenlerini ayrıntılı olarak incelenmeyi, bu dönem içinde tenisi bırakma nedenlerinin neler olabileceğinin belirlenmesini amaçlamaktadır.

Araştırma sonunda sporcuların kendilerini bir sporcu olarak nasıl değerlendirdiklerine ilişkin görüşleri değerlendirildiğinde genel olarak çalışkan, hırslı, tutkulu, çalışmayı ve kazanmayı seven sporcu olduklarını belirttikleri görülmektedir. Nitekim Akşit'e (2012) göre tenis sporu da kuvvet yetisi, dayanıklılık egzersizleri ve kısa mesafeli koşulların tamamını kapsayan fizyolojik gereksinimleri karmaşık bir spordur. Kaman ve arkadaşları (2017) da bir sporcunun teniste üst düzey performans gösterebilmesi için önce taktik ve teknik anlayışını ön planda tutarak bedensel ve kondisyonel yeterliliğini üst seviye taşıması gerektiğini belirtmektedirler.

Sporcuların tenisin kendileri açısından ne anlam ifade ettiğine yönelik görüşleri değerlendirildiğinde ise çocukluklarından bu yana tenis sporu ile ilgilendiklerini ve bu nedenle tenisin kendi hayatlarında önemli bir yeri olduğunu belirttikleri görülmektedir. Sporcular tenisi bir tutku olarak nitelendirmekte ve yaşam biçimi olarak görmektedirler. Bu bulguyu destekleyecek nitelikte bir çalışmada Güllü ve arkadaşları (2018) da sporcuların sporculuk ilişkileriyle sporu tutku olarak görme düzeyleri arasında yüksek düzeyde bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir.

Araştırmada sporcuların tenis sporuna başlama nedenlerine ilişkin görüşleri değerlendirildiğinde ise genellikle aileler tarafından yönlendirildiklerine vurgu yaptıkları görülmektedir. Literatürde yer alan sonuçlar bu bulguları destekler niteliktedir. Nitekim Yıldırım (2007) Türkiye’de performans tenisi yapan sporcuların tenise başlama nedenleri ile beklentilerini ele aldığı çalışmasında Sporcuların tenise başlama nedenlerinde anne, baba ve kardeşin etkisini yüksek olduğu görülmüştür. Bayraktar ve Sunay (2004) da çalışmalarında sporcuların spora yönelme nedenlerinde ailelerinin yönlendirmesinin etkili olduğunu belirlemişlerdir. Araştırma sonunda katılımcıların ailelerinden gelen bir gelenekle tenis sporuna yöneldikleri görülmektedir. Dolayısıyla katılımcıların anne ve babalarının bir veya her ikisinin daha önce tenis sporuyla ilgilendiği görülmüştür. Bu durum sporcuların tenis sporuna yönelmede ailelerinden etkilendiklerini de ortaya koymaktadır. Sunay ile Saracaloglu (2003) da çalışmalarında bu sonuçla paralel şekilde sporcuların spora yönelme konusunda ailelerinden önemli oranda etkilendiklerini ortaya koymaktadırlar.

Sporcuların teniste en çok nelerden hoşlandıklarına yönelik görüşlerinde ise genellikle tenisteki bireysel mücadeleden hoşlandıklarını belirttikleri bu bireysel mücadelenin kendilerini hayata hazırlama anlamında olumlu etkilerinin olduğunu ifade ettikleri ayrıca teniste diğer oyunların aksine zekanın da etkili bir unsur olmasından hoşlandıklarını belirttikleri görülmüştür. Yetim (2006) ise sporcuların zekâlarını kullanarak sportif aktivitelerde sağladıkları başarının zaman içerisinde liderlik özelliklerini ortaya çıkardığını belirtmektedir. Diğer taraftan sporcuların müsabakalarda elde ettikleri başarıdan dolayı yaşadıkları zevkin en mutlu oldukları an olduğunu belirttikleri, aynı şekilde elde ettikleri başarısızlığı ise kendileri açısından en mutsuz oldukları an olarak nitelendirdikleri görülmektedir. Ölçücü ve arkadaşları (2012) tarafından yapılan araştırma sonuçları ve bulguları desteklemektedir. Nitekim araştırmada başarıdan zevk duymanın tenise yapma konusunda önemli bir etken olduğu görülmüştür.

Sporcuların tenis oynarken karşılaştıkları zorlukları ilişkin görüşlerinde ise genellikle maddi zorluklarla karşılaştıklarına vurgu yaptıkları bazı katılımcıların ise kişisel birtakım zorluklarla karşılaştıklarını belirttikleri görülmektedir. Bu sonucun aksine Ölçücü ve arkadaşları (2012) maddiyatın tenin sporcuları açısından önemli

olmadığını, çünkü tenis sporunun maddi kaygılardan uzak bir ekonomik duruma sahip olan kişiler tarafından yapıldığını belirtmektedirler.

Sporcuların tenisten beklentilerine yönelik görüşlerinde ise uluslararası turnuvalarda başarılı olmayı ve milli takıma seçilmeyi beklediklerini ifade ettikleri görülmektedir. Alibaz ve arkadaşları (2005) da çalışmalarında sporcuların başarılı olma ve alanlarında kariyer yaparak milli takıma seçilme beklentilerinin yüksek olduğunu bulgulamışlardır.

Sporcuların tenisi bırakma nedenlerine ilişkin görüşlerine bakıldığında ise bazılarının gönüllü olarak tenisi bırakmayı istedikleri, bazılarının ise zorunlu olarak tenisi bırakmak durumunda kaldıkları görülmektedir. Buna göre bazı sporcular sağlık sorunlarından dolayı tenisi bırakmak durumunda kaldıklarını belirtirken bazıları ise maddi koşullarından ve başarısız olma kaygısından ötürü tenisi bırakmak zorunda kaldıklarını belirtmektedirler. Bu sonuçları destekler nitelikte bir çalışmada Alfermann ve arkadaşları (2004) sporcular gönüllü olarak kariyerlerini sonlandırmakla birlikte yaş, sakatlanma, gözden düşme ve başka özel nedenlerden ötürü zorunlu olarak da sporu bırakmak durumunda kaldıklarını belirtmektedirler. Sunay ve Saracaloglu (2003) da sporcular açısından sporun hayatın vazgeçilmez bir parçası olabilmesi için sporcuların sakatlık riskinin en aza indirilmesi gerektiğini belirtmektedirler. Sime (1998) ise beklenmedik şekilde ve gönülsüz olarak gerçekleşen bir spor bırakma şekli olan sakatlanmanın sporcuların kariyerlerini bir anda bitirebileceği gibi vücutlarını aşamalı şekilde zayıflatan küçük sakatlanmaların birikmesi ile de ortaya çıkabileceğini belirtmektedir.

Başka bir araştırmada ise Uslu (2004) tekrarlanan başarısızlığın endişe yaratacağını ve böylece sporcularda kişisel değerleri azaltarak başarılı olacaklarına dönük inancı azaltacağını belirtmektedir. Başarılı olunacağına yönelik inancın azalması ise sportif aktivitelerden uzaklaşmayı beraberinde getirmektedir. Taylor ve Ogilvie (1994) da çalışmalarında takıma girememe, yaş ve sakatlık gibi unsurların bireyleri sporu bırakmaya yönelten faktörler olduğunu belirtmektedirler. Bayrak ve Tunçkol (2012) ise çalışmalarında sporcuların kariyerlerinin belirli bir dönemine geldiklerinde sosyal, psikolojik, mesleki ve ekonomik gerekçelerden ötürü sporu bırakmaya yönelik tutum içerisine girdiklerini belirtmektedirler.

Diğer taraftan sporcuların tenisi bırakma sürecine ilişkin görüşlerinde ise tenisi bir anda bırakmaya karar vermedikleri zaman içerisinde yaşananlarla tenisi bırakmaya karar verdiklerini belirttikleri görülmektedir. Sporculardan bazıları her ne kadar tenisi bırakmaya karar vermiş olsalar da bu kararın kendileri açısından zor bir karar olduğunu ve bu süreçte birtakım zorluklarla karşılaştıklarını ve kendilerini boşlukta hissettiklerini ifade etmektedirler. Weir ve arkadaşlarına (2009) göre elit sporlarla uğraşan sporcularda sporu bırakmanın birçok sporcu açısından önemli bir kayıp olduğunu belirtmektedir. Çünkü sporcular açısından sporla uğraşmanın olumlu etkileri olan kimlik, özsaygı, statü, ekonomik güvenlik gibi unsurlar sporu bırakmayla birlikte yavaşça kaybolmaya başlamaktadır. Gergen (1991) sporcuların sosyal çevrelerinde yaşadıkları bu değişimin kimlik hiyerarşilerinde bir değişikliğe neden olduğunu belirtmektedir. Bu değişim ise sporcuları beraberinde çeşitli zorluklarla karşı karşıya bırakmaktadır. Benzer şekilde Lewis (1998) de üst düzeyde spor yapan kişilerin elde ettikleri başarılarından dolayı toplum tarafından tanınan ve örnek alınan kişiler oldukları için yoğun bir ilgi ile karşılaştıklarını ancak sporu bıraktıktan sonra toplum tarafından aynı ilgi göremeyen ve durağan bir yaşantı içerisinde hayatlarına devam eden sporcuların bu süreçte çeşitli sorunlarla karşı karşıya kaldıklarını belirtmektedir.

Bu sonuçlardan hareketle uygulayıcılara ve sonraki araştırmacılara şu önerilerde bulunulabilir:

- Sporcuların maddi imkansızlıklardan ötürü tenisi bırakmalarını önleyebilmek için sponsorluklar aracılığıyla ya da federasyon tarafından geliştirilecek teşvik sistemi ile başarılı olanlara gerekli maddi ve manevi olanakların sağlanması önerilmektedir.
- Sporcuların tenisi bırakma kararından sonra yaşadıkları psikolojik travmayı atlatabilmeleri amacıyla zamanlarını geçirebilecekleri etkinliklerin düzenlenmesi önerilmektedir.
- Bireysel performans sporu olmasından ötürü sporcular tarafından daha fazla psikolojik dayanıklılığa yönelik çalışmaların yapılması

önerilmektedir. Bu sayede bireysel zorluklardan kaynaklı olarak tenisi bırakmanın azalacağı düşünülmektedir.

- Sporcuların yaşadıkları zorluklarla başedebilmelerinde kendilerine mental destek sağlaması açısından tenis kulüplerinin bünyesinde bütüncül sağlık modeli doğrultusunda spor psikoloğu istihdam etmeleri önerilmektedir. Bu durumun bireysel zorluklardan dolayı tenisi bırakma eğiliminin önüne geçeceği öngörülmektedir.
- Kulüplerin, sporcuların yarış ve maçlara duygusal ve zihinsel yönden hazır olmaları ve onların zihinsel dayanaklıklarını geliştirmeleri için sporcu mentorlerini istihdam etmeleri önerilmektedir.
- Sonraki araştırmacılar tarafından daha geniş çalışma grubuyla nicel ve nitel yöntemler kullanıldığı yeni araştırmaların yapılması önerilmektedir.

6. KAYNAKLAR

- Akgül BM. Farklı Kültürlerdeki Bireylerin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi: Ankara-Londra Örneği. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 2011, Ankara (Danışman: Yrd. Doç Dr. İ. F Yener).
- Akşit, T. (2012). Tenis Fizyolojisi ve Performans. Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri, 4(2), 81-91.
- Akyüz H. Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi: Bartın Üniversitesi Örneği. Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2015, Bartın (Danışman: Doç. Dr. M Türkmen)
- Alfermann, D., Stambulova, N., & Zemaityte, A. (2004). Reactions to sport career termination: a cross-national comparison of German, Lithuanian, and Russian athletes. *Psychology of sport and exercise*, 5(1), 61-75.
- Alibaz, A., Gündüz, N., & Şentuna, M. (2006). Türkiyede Üst Düzey Taekwondo, Karate Ve Kick-Boks Sporcularının Bu Spor Branşına Yönelmelerine Teşvik Eden Unsurlar, Yapma Nedenleri ve Geleceğe Yönelik Beklentileri. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 91-102.
- Andronikos G, Westbury T, Martindale RJ. Unsuccessful Transitions: Understanding Dropout from the Athletes' Perspective. *The Athens Journal of Sports*. 2019: 195.
- Atkins MR, Johnson DM, Force EC, Petrie TA. Peers, parents and coaches, oh my! The relation of the motivational climate to boys' intention to continue in sport. *Psychology of Sport and Exercise*. 2015; 16: 170-180.
- Baker D. Improving vertical jump performance through general, special, and specific strength training. *J Strength Cond Res*. 1996; 131–136
- Baker WJ. *Sports in the Western World*. University of Illinois Press, Urbana, 1998.

- Balish SM, McLaren C, Rainham D, Blanchard C. Correlates of youth sport attrition: A review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*. 2014; 15: 429-439.
- Bayrak, M., ve Tunçkol, H. M. (2012). Sporda emeklilik olgusu ve emeklilik uyum modelleri. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (2): 150-156.
- Bayraktar B, ve Sunay H. (2004). Elit Bayan ve Erkek Voleybolcuların Voleybol Sporuna Yönlenmelerine Neden Olan Unsurlar İle Beklentileri 8. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Kitapçığı, 17-24 Kasım, Antalya.
- Beard JG, Ragheb MG. Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 1980;12(1):20–33.
- Bellis M. Who Invented Tennis? How the Sport Evolved From Its Early Origins to the Modern Game, 2019. <https://www.thoughtco.com/who-invented-tennis-1991673> Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Biçer T. Yaşamda ve sporda doruk performans (20. yıl Özel Baskısı), Beyaz Yayınları, İstanbul, 2018.
- Biçer T. Yaşamda ve sporda doruk performans. Sistem Yayıncılık, Ankara, 1997.
- Biehler RF, Snowman J. *Psychology applied to teaching* (6th ed.). Boston, MA: Houghton Mifflin, 1990.
- Boiche J, Sarrazin P. Self-determination of contextual motivation, inter-context dynamics and adolescents' patterns of sport participation over time. *Psychol Sport Exerc*. 2007; 8: 685–703.
- Bompa TO, Haff, G.G. *Dönemleme: Antrenman Kuramı ve Yöntemi (Periodization: Theory And Methodology Of Training)*, Spor Kuramı Dizisi 1. Ankara, Spor Yayınevi ve Kitapevi, 2015.
- Bompa TO. *Theory and Methodology of Training*. Kendall/Hunt Publishing Company 1994ç

- Booth ML, Owen N, Bauman A, Clavisi O, Leslie E. Social cognitive and perceived environment influence associated with physical education in older Australians, *Preventive Medicine*. 2000;31(1):15-22.
- Bowers C. The international tennis federation: a century of contribution (1st ed). New York, NY: Rizzoli International Publications, Inc, 2013
- Britannica, 2020b. Davis Cup <https://www.britannica.com/sports/Davis-Cup> Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Britannica, 2020c. Australia Open <https://www.britannica.com/sports/Australian-Open> Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Britannica, 2020d. French Open. <https://www.britannica.com/sports/French-Open> Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Britannica 2020a. Wimbledon Championships <https://www.britannica.com/sports/Wimbledon-Championships> Erişim Tarihi: 09.05.2020
- Bryant JE. Game/Set/Match: A Tennis Guide (Eight Edition). Australia, Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning, 2011.
- Burton K. A study of motivation: How to get your employees moving. *Management*. 2012;3(2):232-234.
- Büyük Kültür Ansiklopedisi. Başkent Yayınları, Ankara, 1984.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). Örnekleme Yöntemleri. Ders notları. Balıkesir Üniversitesi: Balıkesir.
- Calvo TG, Cervello E, Jimenez R, Iglesias D, Moreno Murcia JA. Using self determination theory to explain sport persistence and dropout in adolescent athletes. *The Spanish Journal of Psychology*. 2010; 13(2): 677-684.
- Cambridge Dictionary, 2020. <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/tennis> Erişim Tarihi: 09.05.2020
- Campbell JP, Pritchard RD. Motivation theory in industrial and organizational psychology. In Dunnette, M. D. (Eds.), *Handbook of industrial and organizational psychology*, Chicago, Rand McNally, 1976.

- Can S, 10-12 yaş grubundaki erkek tenisçiler, masa tenisçiler ve aynı yaş grubundaki sedanterlerin reaksiyon zamanlarının karşılaştırılması. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2007, Ankara (Danışman: Doç. Dr. S Suveren).
- Carlman P, Wagnsson S, Patriksson G. Causes and consequences of dropping out from organized youth sports. *Swedish Journal of Sport Research*. 2013; 2(1): 26-54.
- Cengiz, R. (2004). Futbol antrenörlerinin saldırganlık türleri ve şiddet olaylarına bakış açıları (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Cervelló EM, Escartí A, Guzmán JF. Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*. 2007; 19(1): 65-71.
- Collins B, Hollander Z. Bud Collins' modern encyclopedia of tennis. Detroit: Gale Research, 1994.
- Côté J, Lidor R, Hackfort D. ISSP position stand: To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2009;7(1): 7-17.
- Crane J, Temple V. A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review*. 2015; 21(1): 114-131.
- Crawford DW, Godbey G. Re-conceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*. 1987; 9(2): 199-127.
- Cronin JB, Hansen KT. Strength and power predictors of sports speed. *J Strength Cond Res*. 2005; 19: 349-57.
- Cunningham GB, Kwon H. The theory of planned behaviour and intentions to attend a sport event. *Sport Management Review*. 2003;6(2):127-145
- Deci EL, Ryan RM. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York, NY: Plenum, 1985.

- Deelen I, Ettema D, Kamphuis CB. Time-use and environmental determinants of dropout from organized youth football and tennis. *BMC public health*, 2018; 18(1): 1022.
- Delorme N, Chalabaev A, Raspaud M. Relative age is associated with sport dropout: evidence from youth categories of French basketball. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*. 2011;21(1):120-128.
- Difiori JP, Benjamin HJ, Brenner J, Gregory A, Jayanthi N, Landry GL, Luke A. Overuse injuries and burnout in youth sport: A position statement from the American Medical Society for Sports Medicine. *Clinical Journal of Sports Medicine*. 2014; 24: 3-20.
- Eccles J, Adler T, Meece JL. Sex differences in achievement: A test of alternative theories. *Journal of Personality and Social Psychology: Attitudes and Social Cognition*. 1994; 46(1): 26-43.
- Edwards MB. The role of sport in community capacity building: An examination of sport for development research and practice, *Sport Manag. Rev.* 2003; 235: 1-14.
- Erdoğan İ. İşletme Yönetiminde Örgütsel Davranış. İşletme Fakültesi, İstanbul, 1999.
- Eren E. Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi. Beta Yayınları, İstanbul, 2000.
- Ergül HF. Motivasyon ve motivasyon teknikleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 2005; 14(4), 67–79.
- Ergül Ş. Personel yönetimi (1. Baskı). Rem Ofset, Araştırma Yayınları, İstanbul, 1996.
- Ever C. 2020. United States Open Tennis Championships <https://www.britannica.com/sports/US-Open-tennis> Erişim Tarihi: 09.05.2020
- Fernandez, J., Ulbricht A, Ferrauti, A. Fitness tasting of tennis players: How valuable is it? *Br. J. of Sports Med.* 2014; 48: 22-31.

- Fernandez-Fernandez J, Sanz-Rivas D, Mendez-Villanue A. A review of the activity profile and physiological demands of tennis match play. *Strength Cond J*. 2009; 31 (4): 15-26.
- Fındıkçı İ. İnsan kaynakları yönetimi. Alfa Yayınevi, İstanbul, 2000.
- Fraser-Thomas JL, Côté J, Deakin J. Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education & Sport Pedagogy*. 2005; 10(1): 19-40.
- Fredricks JA, Eccles JS. Family socialization, gender, and sport motivation and involvement. *J Sport Exerc Psychol*. 2005; 27: 3–31
- Gardner LA, Magee CA, Vella SA. Social climate profiles in adolescent sports: Associations with enjoyment and intention to continue. *Journal of Adolescence*. 2016a;52:112-123.
- Gardner LA, Vella SA, Magee CA. A motivational model to understand youth sport dropout and enjoyment. *International Journal of Sport Psychology*. 2016b;47: 203-223.
- Gardner LA, Vella SA, Magee CA. Continued participation in youth sports: The role of achievement motivation. *Journal of Applied Sport Psychology*. 2014; 29(1): 17-31.
- Genç N. Yönetim ve organizasyon. Seçkin Yayınları, Ankara, 2005.
- Gergen, K. J. (1991). The saturated self: Dilemmas of identity in contemporary life (Vol. 166). New York: Basic books.
- Gillmeister H. Tennis: Cultural History. A&C Black, 1998.
- Girard O, Millet GP. Physical determinants of tennis performance in competitive teenage players. *J Strength Cond Res*. 2009; 23: 1867-72.
- Girmus RL. How to Motivate Your Students, National Institute for Staff and Organizational Development Conference, Austin, TX, 2012.
- Gould D, Petlichkoff L. Participation motivation and attrition in young athletes. *Children in sport*. 1988: 161-178.

- Gökgönül M. Minik tenisçilerin (9-12 yaş) müsabaka dönemi sezonal güç değişimleri ve bazı fizyolojik parametrelerdeki değişimlerinin incelenmesi. Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2008, Kırıkkale (Danışman: Prof. Dr. M. Kutlu).
- Göksel AG, Caz Ç, Yazıcı ÖF, İkizler HC. Comparison of Attitudes of Students from Different Departments towards Sport: The Model of Marmara University. 2017; 8(2): 123-134.
- Gölleröğlu İ. Türkiye’de Yüzme Branşı ile Uğraşan Sporcuların Spor Yaşamlarının Erken Yaşta Sona Ermesinin Nedenleri. Marmara Üniversitesi Sağlık bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2010, İstanbul (Danışman: A. M. Bozdoğan).
- Groppel, J., ve DiNubile, N. (2009). Tennis: For the health of it!. The Physician and sportsmedicine, 37(2), 40-50.
- Guillet E, Sarrazin P, Carpenter PJ, Trouilloud D, Cury F. Predicting persistence or withdrawal in female handballers with social exchange theory. Int J Psychol. 2002; 37: 92–104
- Guillet E, Sarrazin P, Fontayne P, Brustad RJ. Understanding female sport attrition in stereotypical male sport within the framework of Eccles’s expectancy value model. Psychology of Women Quarterly. 2006; 30: 358-368.
- Guttmann A. Sports: the first five millennia. Amherst, Mass.: University of Massachusetts Press, 2004.
- Guzman JF, Kingston K. Prospective study of sport dropout: A motivational analysis as a function of age and gender. European Journal of Sport Science. 2012; 12(5): 431-442.
- Güllü, S., Keskin, B., Şahin, O. ve Hanbay, E. (2018). Examining the effect of coach-athlete relationship on sports passion in individual sports. Oral Presentation. 16th International Sport Sciences Congress. Antalya.
- Habertürk. Türkiye’de Lisanslı Tenisçi Sayısı Her Yıl Katlanarak Artıyor, 2016. <https://www.haberturk.com/spor/tenis/haber/1225947-turkiyede-lisansli-tenisci-sayisi-her-yil-katlanarak-artiyor> Erişim Tarihi: 08.05.2020.

- Halsey W. Macmillan Contemporary Dictionary. ABC Tanıtım Basımevi, İstanbul, 1988.
- Harter S. Effectance motivation reconsidered. Toward a developmental model. Human Development. 1978; 21(1): 34-64.
- Haşıl, N., ve Ataç, H. (1998). Tenis Alıştırma Örnekleri. Bursa: Akmat Akınoğlu Matbaacılık.
- Haywood K, Getchell N. Life Span Motor Development 6th Edition. Human Kinetics, 2014.
- Hazar A. Rekreasyon ve animasyon. Detay Yayıncılık, Ankara, 2003.
- Hecimovich M. Sport specialization in youth: A literature review. Journal of the American Chiropractic Association. 2004; 41(4): 32-41.
- Helsen WF, Starkes JL, Van Winckel J. The influence of relative age on success and dropout in male soccer players. American Journal of Human Biology: The Official Journal of the Human Biology Association. 1998;10(6):791-798.
- Henrique RS, Re AHN, Stodden DF, Fransen J, Campos CMC, Queiroz DR, Cattuzzo MT. Association between sports participation, motor competence, and weight status: A longitudinal study. Journal of Science and Medicine in Sport. 2016; 19: 825-829.
- Heper E. Spor Bilimleri İle İlgili Kavramlar ve Sporun Tarihsel Gelişimi. Editör: Hayri Ertan. Spor Bilimlerine Giriş. Açık öğretim Fakültesi Yayını No: 1480. Eskişehir, 2012.
- <https://sozluk.gov.tr/> (Erişim Tarihi; 02.06.2020).
- <https://www.ttf.org.tr/hakkimizda> (Erişim Tarihi; 18.05.2020).
- <https://www.ttf.org.tr/hakkimizda> (Erişim Tarihi; 18.05.2020).
- Humbert ML, Chad KE, Spink KS, Muhajarine N, Anderson KD, Bruner MW, Gryba CR. Factors that influence physical activity participation among high- and low-SES youth. Qualitative health research. 2006; 16(4): 467-483.

- İnal, A. N. (2000). Beden eğitimi ve spor bilimlerine giriş. Ankara:Desen Yayıncılık.
- İşcan ÖF, Sayın U. Örgütsel Adalet, iş Tatmini ve Örgütsel Güven Arasındaki İlişki. Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi. 2010;24:195-216
- Jayanthi N, Dechert A, Durazo R, Dugas L, Luke A. Training and sports specialization risks in junior elite tennis players. J Med Sci Tennis. 2011; 16(1): 14-20.
- Jensen CR. Outdoor recreation in America (Fifth Edition). Human Kinetics, USA, 1995.
- Juniu S. Down shifting: Regaining the essence of leisure. Journal of Leisure Research. 2000; 32(1); 69-73
- Kağıtçıbaşı Ç. İnsan ve İnsanlar. Evrim Yayınları, İstanbul, 1988.
- Kaman, M. B., Gündüz, N., & Gevat, C. (2017). Tenis sporcularının spora katılım motivasyonlarının incelenmesi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 15(2), 65-72.
- Karaküçük S, Gürbüz B. Rekreasyon ve kent(li)leşme. Gazi Kitabevi, Ankara, 2007.
- Kayabaşı A. Adölesanlarda Sporu Bırakma Nedenlerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Kahramanmaraş İli Örneği). Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans tezi, 2015, Kahramanmaraş (Danışman: S Gencay).
- Keller JM. Motivational design of instruction. In C.M. Reigeluth (Eds.). Instructional design theories and models: An overview of their current status. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1983
- Kermen O. Tenis Teknik ve Taktikleri, 2. baskı, Nobel Yayınevi, Ankara, 1998.
- Kermen O. Tenis teknik ve taktikleri, 3. baskı. Nobel Yayınevi, Ankara, 2002.
- Kermen O. Tenis teknik ve taktikleri. 1. baskı, Nobel Yayınevi, Ankara, 1996.
- Kerr A. The physiological demands of tennis and how to train them: A case study of a sub elite female tennis player. J. Aust. Strength Cond. 2015; 23: 25-37.

- Kırtepe A, Altungül O, Karahüseyinoğlu MF. Determination of the Satisfaction Levels of Athletes Who Participated In Universities Turkey Handball Championship. The Journal of Academic Social Science. 2017;5(51):404-411.
- Kilit B. Elit Türk tenisçilerin müsabaka ortamındaki taktik durumlarının ‘5 oyun durumu’ açısından analizi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2009, Ankara, (Yrd. Doç. Dr. S Suveren).
- Kocalar K. Türkiye Tenis Federasyonu Başkanı Durmuş: Dünyanın en iyi tenisçilerini biz yetiştireceğiz, 2019. <https://www.aa.com.tr/tr/spor/turkiye-tenis-federasyonu-baskani-durmus-dunyanin-en-iyi-teniscilerini-biz-yetistirecegiz/1560214> Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Koçak F, Tuncel F, Tuncel S.. Sporda sürdürülebilirliğin boyutlarının belirlenmesi, Ankara University Faculty of Sports Sci. J. 2013; 11(2):113-129.
- Kotzamanidis C., Chatzopoulos D., Michailidis C., Papaıakovou G., Patıkas D., The Effects of a combined high-intensity strength and speed training program on the running and jumping ability of soccer players. Journal of Strength and Conditioning Research, 2005; 19(2): 369–375.
- Kovacs MS. Tennis physiology: training the competitive athlete. Sports Med. 2007; 37: 189-98.
- Kuroda Y, Suzuki N, Dei A, Umebayashi K, Takizawa K, Mizuno, M. A comparison of the physical fitness, athletic performance and competitive achievements of junior and senior tennis players. Movement, Health & Exercise. 2015; 4(1): 39-50.
- Lake R. A social history of tennis in Britain. London: New York, NY, 2015.
- Lewis, L. E. I. (1998). A career profile of professional athletes: A study of the effect of professional football on social support, career perceptions and expectations, and pre-retirement planning. PhD Thesis. Minnesota: University of Minnesota.
- Liu D, Mitchell TR, Lee TW, Holtom BC, Hinkin TR. When employees are out of step with coworkers: How job satisfaction trajectory and dispersion influence

- individual-and unit-level voluntary turnover. *Academy of management journal*. 2012; 55(6): 1360-1380.
- LTA, 2020. British Tennis Players. <https://www.lta.org.uk/about-us/british-tennis-players/> Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Marquis WA, Baker BL. Sport participation of children with or without developmental delay: Prediction from child and family factors, *Res. Dev. Disabil*. 2015; 37:45-54
- Martin E, Gould D. Motivation of youth in sport participation, youth initiation, and discontinuation. Unpublished manuscript, 2016.
- Meester AD, Maes J, Stodden D, Cardon G, Goodway J, Lenoir M, Haerens L. Identifying profiles of actual and perceived motor competence among adolescents: Associations with motivation, physical activity, and sport participation. *Journal of Sports Sciences*. 2016; 32(21): 2027-2037.
- Moradi J, Bahrami A, Dana A. Motivation for Participation in Sports Based on Athletes in Team and Individual Sports. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*. 2020; 85(1): 14-21.
- Musch J, Grondin S. Unequal competition as an impediment to personal development: a review of the relative age effect in sport. *Dev Rev*. 2001; 21: 147–167.
- Nache CM, Bar-Eli M, Perrin C, Laurencelle L. Predicting dropout in male youth soccer using the theory of planned behavior. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*. 2015; 15: 188-197.
- Nal K. Sınıf Öğretmenlerinin Yöneticilerinin Yönetim Tarzlarına İlişkin Tutumları ile Kuruma Bağlılıkları Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Bir Araştırma. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2003, İstanbul.
- Nalepa J. Drop Shots or Dropouts? An Investigation of Modified 10 and Under Tennis and the Transition to Traditional Tennis. Michigan State University, 2018, Michigan.

- Nicholson M, Hoyer R, Houlihan B. Introduction. Inside: Participation In Sport: International Policy Perspective. (Edt: Nicholson M, Hoyer R, Houlihan B). Routledge, New York, 2011.
- Ojala T, Hakkinen K, Effects of the Tennis Tournament on Players' Physical Performance, Hormonal Responses, J Sports Sci Med. 2013; 12: 240-48.
- OTI (Online Tennis Instruction), 2020. <https://www.onlinetennisinstruction.com/professionaltennisplayers/ProfessionalTennisPlayersAndProTourAnalysis>. Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Ölçücü B, Vatansever S. Correlation between physical fitness and international tennis number (ITN) levels among children tennis players. Anthropologist. 2015; 21: 137-142.
- Ölçücü, B., Erdil, G., Bostancı, Ö., Canikli, A., & Aybek, A. (2012). Üniversiteler Arası Tenis Müsabakalarına Katılan Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 3(2), 5-12.
- Özden O. Zengin sporu' algısının değiştiği tenise ilgi büyüyor, 2020. <https://www.aa.com.tr/tr/spor/zengin-sporu-algisinin-degistigi-tenise-ilgi-buyuyor/1761823> Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Özdevecioğlu M, Aktaş A. Kariyer bağlılığı, mesleki bağlılık ve örgütsel bağlılığın yaşam tatmini üzerindeki etkisi: İş-aile çatışmasının rolü. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakóltesi Dergisi*. 2007;(28).
- Özdevecioğlu M, Yalçın Y. The Effect of Sports Satisfaction on Stress and Aggression Levels in Sportsman. Niğde University Journal of Physical Education and Sports Sciences. 2010;4(1): 63-76.
- Özer M, Karabulut ÖÖ. Yaşlılarda yaşam doyumu. Geriatri. 2003;6(2): 72-74.
- Pehlivan Z. Okullararası Spor Yarışmalarına Katılanların Spor Bırakma ve Devam Etme Nedenleri. Spor Bilimleri Dergisi. 2013; 24(3): 209-225.
- Romando R. Motivation Theory, 2007. <http://ezinearticles.com/?Motivation-Theory&id=410700> Erişim Tarihi: 09.05.2020

- Rottensteiner C, Laakso L, Pihlaja T, Konttinen N. Personal reasons for withdrawal from team sports and the influence of significant others among youth athletes. *International journal of sports science & coaching*. 2013; 8(1): 19-32.
- Ryan RM, Deci EL. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*. 2000;55(1): 68.
- Saleem R, Mahmood A, Mahmood A. Effect of work motivation on job satisfaction in mobile telecommunication service organization of Pakistan. *International Journal of Business and Management*. 2010; 5(11): 213-222
- Salguero A, Gonzalez-Boto R, Tuero C, Marquez S. Identification of dropout reasons in young competitive swimmers. *Journal of sports medicine and physical fitness*. 2003; 43(4): 530.
- Salonikidis K, Zafeiridis A. The effects of plyometric, tennis-drills, and combined training on reaction, lateral and linear speed, power, and strength in novice tennis players. *J Strength Cond Res*. 2008; 22:182-91.
- Schneider B, Snyder R. Some Relationships Between Job Satisfaction And Organizational Climate. *Journal Of Applied Psychology*. 1975;3(60):318-328.
- Serin NG, Özbulak B. Okul idarecilerinin duygusal zekâ beceri düzeyleri ile yaşam doyumunu yöneticilik deneyimleri ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Uluslararası Duygusal Zekâ ve İletişim Sempozyum Bildiri Kitabı* (ss. 23-30). Ege Üniversitesi, İletişim Fakültesi, İzmir, 2006.
- Sime WE. (1998). Injury and Career Termination Issues. In: *Case Studies in Applied Sport Psychology, an Educational Approach*, Thompson MH, Vernaccha RA. More WE., eds. Iowa: Dubuque
- Simonsson F. Tennis Rules: How To Play Tennis <https://tennispredict.com/tennis-rules/> Erişim Tarihi: 09.05.2020
- Simonsson F. When Do Tennis Players Retire? 2020 <https://tennispredict.com/when-do-tennis-players-retire/> Erişim Tarihi: 08.05.2020.

- Sunay, H., ve Saracaloğlu, A. S. (2003). Türk sporcusunun spordan beklentileri ile spora yönelten unsurlar. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 43-48.
- Şahan H. Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde sportif aktivitelerin rolü, *Karamanoğlu Mehmet Bey University İİBF J.* 2008;10(15):260-278
- Şahin A. Yönetim kuramları ve motivasyon ilişkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 2004;1(11):523-547.
- Şirin Y, Bilir P, Öz G, Sangun L. Determination of the Satisfaction Levels of Athletes Who Participated In Intercollege Turkish Wrestling Championship In Terms Of Their Demographic Features. *Journal of Sports and Performance Researches*. 2016; 7(2): 113-119.
- TA, <http://www.tennisindustry.org:80/cms/index.cfm/news/tennis-participation-in-the-us-grows-to-179-million-players/> Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Taylor, J., ve Ogilvie, B. C. (1994). A conceptual model of adaptation to retirement among athletes. *Journal of applied sport psychology*, 6(1), 1-20.
- Tennis365. Top 10: Tennis nations by weeks spent at world number one, 2018. <https://www.tennis365.com/tennis-top-10/top-ten-tennis-nations-weeks-spent-world-number-one/> Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Tınaz C. Türkiye’de Sponsorluk Etkisinin Kontrolü ve Farklı Ölçüm Tekniklerine Göre Durumun Değerlendirilmesi. *Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi*, 2011, İstanbul (Danışman: Prof. Dr. Christoph Breuer, Prof. Dr. Müslim Bakır).
- Tınaz C. Türkiye’de Tenis Branşında Bir Finansman Kaynağı Olarak Spor Sponsorluğunun Yapısal Durumu. *Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, 2008, İstanbul, (Danışman: Prof. Dr. Müslim Bakır).
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor psikolojisi: Kavramlar, kuramlar ve uygulama*. Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi.

- Unierzyski, P. (2003). Altyapı Çalışmalarında Modern Yaklaşımlar Konulu Uluslararası Antrenör Gelisim Semineri Notları, Ankara.
- USADA (United States Anti-Doping Agency). What sport means in America: A study of sport's role in society. Journal of Coaching Education. 2015;4(1): 2-44.
- Uslu, S. (2004). Ortaöğretim Sporcu Öğrencilerinin Problemleri, Spordan ve Beden Eğitimi Dersinden Beklentilerinin İncelenmesi (Zonguldak İli Örneği), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Villanueva A, Fernandez J, Bishop D, Garcia B, Terrados N. Activity patterns, blood lactate concentration and ratings of perceived exertion during a Professional singles tennis tournament. Br J Sports Med. 2007; 41: 296-300.
- Wall M, Côté J. Developmental activities that lead to dropout and investment in sport. Physical education and sport pedagogy. 2007; 12(1): 77-87.
- Weinberg RS, Gould D. Foundations of sport and exercise psychology, Human Kinetics, 2015.
- Weir, D. R., Jackson, J. S., ve Sonnegg, A. (2009). National football league player care foundation study of retired NFL players. Ann Arbor: University of Michigan Institute for Social Research.
- Weuve J, Kong HS, Manson JE, Breteler MMB, Ware JH, Grodstein F. Physical education: Including, walking and cognitive function in older women, J. Am. Med. Association. 2004;292(12): 1454-1461
- Wikipedia Tennis in Italy. https://en.wikipedia.org/wiki/Tennis_in_Italy Erişim Tarihi: 08.05.2020.
- Yetim, A. A. (2006). Sosyoloji ve spor. Morpa Kültür Yayınları.
- Yıldırım, A., ve Simsek, H. (2008). Sosyal Bilimlerde Nitel Arastırma Yöntemleri. Ankara: Seçkin.

- Yıldırım, Y. Y. (2007). Türkiye'de performans tenisi yapan sporcuların tenise başlama nedenleri ve beklentileri. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yıldız GH. (2006). Ortaöğretim Kurumları Spor Alanında Okuyan Öğrencilerin Spora Başlama ve Alanı Seçme Nedenleri İle Beklentileri. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz F. Futbol takımları alt yapılarının teknik ve motorik beceri yönünden karşılaştırılması. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2001, Sakarya, (Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. A Kızılet).
- Yin, R.K. (2003). Case Study Research Design And Methods. London: Sage Publication
- Young JA, Pearce AJ, Kane R, Pain M. Leaving the professional tennis circuit: Exploratory study of experiences and reactions from elite female athletes. British journal of sports medicine. 2006; 40(5): 477-483.
- Zorlu A, Kıvrak A.O. 10-14 Yaş Grup Kadın Tenis Oyuncularının Bazı Fiziksel ve Motorik Özelliklerinin İncelenmesi. Türkiye Spor Bilimleri Dergisi. 2019

7. EKLER

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

Değerli katılımcı,

Ulusal ve uluslar aranda başarılı olmuş olan sizlerin tenisi bırakma nedenlerinin incelenmesi amacıyla aşağıda bazı ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuyarak gerekli kısımları doldurunuz. Araştırmaya gösterdiğiniz katkı için teşekkürlerimi sunarım.

Serda ÖRNEK

Genel Bilgiler

1. Adı soyadı:
2. Cinsiyet: () erkek () bayan
3. Yaş:
4. Eğitimi düzeyi: () lise () lisans () yüksek lisans () doktora
5. Kaç kardeşsiniz?
6. Siz kaçıncısınız?
7. Kaç yaşında spora başladınız?
8. Sporu kaç yaşında bıraktınız?

9. Hangi klüpte tenise başladınız?

10. Kaç turnuvaya katıldınız?

11. Kılasmadaki en yüksek sıranınız?

12. Ulusal ve uluslararası kupa sayınız?

13. Yaptığınız sporu ailenizde sizden başka yapan varmı?

☐ hayır ☐ evet ☐ derecesi:.....

14. Tenis oynadığınız zamanlarda ailenizi maddi durumu neydi?

☐ kötü ☐ orta ☐ iyi ☐ çok iyi

15. Tenis kariyerinizin boyunca finansman desteğiniz oldu mu?

☐ hayır ☐ sponsor ☐ aile ☐ her ikisi de

Ek 2: Bireysel Görüşme Soru Formu

1. Tenisin sizin için anlamı nedir? Ne ifade ediyor? Tenis deyince ne aklınıza gelir?
2. Tenise nasıl başladınız? Neden başladınız? İlk duygularınız nedir?
3. Teniste neler ilginizi çeker, neden hoşlanırsınız? En mutlu ve en mutsuz anınız anlatır mısınız?
4. Nasıl bir sporcuydunuz? Çalışmayı sever misiniz?
5. Eleştiriler ve mağlubiyetler sizi nasıl etkiler ve onlara nasıl tepki verirsiniz?
6. Tenis oynadığınız dönemlerde karşılaştığınız zorluklar nelerdi
7. Tenis oynadığınız dönemlerde maddi olarak destek görüyor muydunuz?
8. Tenisten beklentileriniz nelerdi? Beklentileriniz karşılandı mı? Eksik kalan bir yerler oldu mu?
9. Bu aşamaya nasıl geldiniz? Bırakma nedenleriniz nelerdi?
10. Bırakmaya karar verdiğiniz an nasıl oluştu? Nasıl hissettiniz?
11. Bu karardan memnun musunuz? Bırakmasaydınız oynamaya devam etseydiniz neyi değişik yapmak isterdiniz?
12. Bir daha dünyaya gelseydiniz yine tenis oynar mıydınız?

8. ÖZGEÇMİŞ

Adı	Serda	Soyadı	Örnek
Doğum Yeri	Istanbul	Doğum Tarihi	10/01/1980
Uyruğu	Türkiye Cumhuriyeti	Tel	
E-mail	serami1001@hotmail.com		

Eğitim Düzeyi

	Mezun Olduğu Kurumun Adı	Mezuniyet Yılı
Yüksek Lisans	Marmara Üniversitesi /Sağlık Bilimleri Enst. Spor Yönetim Bilimleri	2018- ...
Lisans	Marmara Üniversitesi /Spor Bilimleri Fakültesi / Antrenörlük Eğitim Bölümü	2003
Lise	Özel Surp Haç Lisesi	1998

	Görevi	Kurum	Süre (Yıl - Yıl)
	Araştırma Görevlisi	Fenerbahçe Üniversitesi	2013-2018
	Tenis Antrenörlüğü	Enka Spor Klubü	1998-2003 2010-2017

Yabancı Dilleri	Okuduğunu Anlama*	Konuşma*	Yazma*
İngilizce	Çok iyi	Çok iyi	İyi

Yabancı Dil Sınav Notu #								
YÖKDİL	ÜDS	IELTS	TOEFL IBT	TOEFL PBT	TOEFL CBT	FCE	CAE	CPE
65								

	Sayısal	Eşit Ağırlık	Sözel
ALES Puanı	--	66,65	76,00

Bilgisayar Bilgisi

Program	Kullanma becerisi
Microsoft Office Programları	Çok iyi
SPSS İstatistik Programı	İyi

*Çok iyi, iyi, orta, zayıf olarak değerlendir