



T.C.  
KAHRAMANMARAŞ SÜTÇÜ İMAM ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**ELİT GÜREŞÇİLER İLE FARKLI  
BRANŞLARDAKİ SPORCULARIN BAŞARI  
MOTİVASYONUNUN İNCELENMESİ**

**Şeref EROĞLU**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI**

**KAHRAMANMARAŞ 2018**

**T.C.  
KAHRAMANMARAŞ SÜTÇÜ İMAM ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI**

**ELİT GÜREŞÇİLER İLE FARKLI BRANŞLARDAKİ  
SPORCULARIN BAŞARI MOTİVASYONUNUN İNCELENMESİ**

**Şeref EROĞLU  
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN**

**Doç. Dr. Selçuk GENÇAY**

**Jüri Üyesi**

**Doç. Dr. Tamer KARADEMİR**

**Jüri Üyesi**

**Dr. Öğr. Üyesi Mustafa KOÇ**

**KAHRAMANMARAŞ-2018**

## TEZ BİLDİRİMİ

Tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca Tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada, alıntı yapılan her türlü kaynağa eksiksiz atıf yapıldığını bildiririm.

Şeref EROĞLU



## ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR

Motivasyon, bir kişinin belirli bir davranış şekli sergilemesinde veya bu şekilde davranışlar sergilemesine neden olan sebeplerin bütününe denir. Antrenörler sporcu ve sporcu yaşamında önemli etki sahibi olan kişilerdir. Sporcunun, sportif hayatına direk etki ettikleri düşünülürse bu bağlamda antrenörlerin yaptığı ve söylediği şeyler sporcunun yaşamına direk etki edecektir. Antrenörlerin sporcuları etkiledikleri aşikar olsada, antrenörlerin kendilerine biçilen rolün önemini de kavramalıdır. Eğer doğru psikolojik ve sportif yaklaşımlar uygulanırsa, bu sporcunun yaşamını ve başarı seviyesini dramatik bir şekilde yukarı çıkaracaktır bu bağlamda antrenörlerin sporcularla bir bağ oluşturması büyük önem taşımaktadır.

Araştırmanın her aşamasında bana rehberlik eden ve yapıcı eleştirileri ile araştırmama olumlu katkılarda bulunan danışman hocam Sayın Doç.Dr.Selçuk GENÇAY'a, Doç.Dr.Ünal TÜRKÇAPAR'a, Prof.Dr.Ö.Alpaslan GENÇAY'a, Doç.Dr.Tamer KARADEMİR'e ve Dr. Öğretim Üyesi Mustafa KOÇ hocama katkılarından dolayı teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak, bu günlere gelmemde çok büyük emekleri olan, her türlü maddi ve manevi desteklerini gördüğüm aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Aralık 2018

Şeref EROĞLU

**ELİT GÜREŞÇİLER İLE FARKLI BRANŞLARDAKİ SPORCULARIN BAŞARI  
MOTİVASYONUNUN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Şeref EROĞLU**

**ÖZET**

Bu çalışmanın amacı, milli takımlarda görev alan sporcuların başarı motivasyon düzeylerinin bazı demografik faktörlere göre incelenmesidir. Araştırmaya, milli sporcu olan 136 güreşçi, 35 atlet, 27 halterci ve 28 Taekwondocu olmak üzere toplam 226 sporcu katılmıştır.

Araştırmada, araştırmacılar tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”, Willis (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından yapılan “Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği” kullanılmıştır.

Verilerin analizinde; katılımcıların demografik özelliklerine göre, spora özgü başarı motivasyonu düzeyleri arasındaki farklılıkları incelemek amacıyla t-Testi ve ANOVA; değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi için ise Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır. Gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek için TUKEY testi kullanılmıştır.

Araştırmada sonucunda, araştırma grubunun spor branşı değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarından Güç Gösterme Güdüsü alt boyutunda farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $X^2=10,630$ ;  $p<0.05$ ). Taekwondo sporcularının güç gösterme güdüsü düzeyleri diğer branşlara göre daha yüksek, halter sporcularının ise daha düşük bulunmuştur. Araştırma grubunun yarışma kategorisi değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarından Güç Gösterme Güdüsü alt boyutunda farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $X^2=8,862$ ;  $p<0.05$ ). Büyükler kategorisinde yarışan sporcuların güç gösterme güdüsü düzeyleri daha yüksek bulunmuştur.

**Anahtar kelimeler:** Güreş, Motivasyon, Spor

**Sayfa Adedi:** 64

**Danışman:** Doç. Dr. Selçuk GENÇAY

# INVESTIGATION OF SUCCESSFUL MOTIVATION OF SPORTS IN DIFFERENT BRANDS WITH ELITE WRESTLERS

Master Thesis

Şeref EROĞLU

## ABSTRACT

The aim of this study is to examine the motivation levels of some athletes who are assigned in national teams, according to some demographic factors. A total of 226 athletes including; 136 wrestlers, 35 runners, 27 weightlifters and 28 Taekwondo players were included in the study.

The mentioned “Personal Information Form” which developed by the researchers in this research, uses the “Sports-Specific Success Motivation Scale”. This Scale’ developed by Willis (1982) and adapted to Turkish by Tiryaki and Gödelek (1997).

In the analysis of data; According to the demographic characteristics of the participants, t-Test and ANOVA has been used to measure the different levels of motivation and Pearson Correlation test was used to investigate the relationships between these variables. TUKEY test was also used to determine the differences between the subject groups.

As a result of the research, it was determined that there is a clear statistically significant difference between the sub-dimensions of the sport-specific success motivation scale and the sub-dimension of the Power Show Drive if gets categorised by different sports branch variable in the research group ( $X^2 = 10,630$ ;  $p < 0.05$ ). Furthermore it’s also found that Taekwondo athletes have higher motivation levels than the other branches than motivation levels of weightlifting athletes. According to the competition category of the research group, there is a clear statistically significant difference between the sub-dimensions of the sport-specific success motivation scale and the sub-dimension of the Power Show Drive ( $X^2 = 8.862$ ;  $p < 0.05$ ). The athletes competing in the category of adults have a higher level of motivation.

**Key Words :** Motivation, Sports, Wrestling

**Page Number :** 64

**Supervisor :** Doç. Dr. Selçuk GENÇAY

## İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR.....	I
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	VI
TABLolar DİZİNİ.....	VII
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	VIII
1. GİRİŞ VE AMAÇ .....	1
2. GENEL BİLGİLER.....	2
2. 1. Motivasyon tanımı .....	7
2. 2. Motivasyon İle İlgili Teoriler .....	8
2.2.1. Kendini Belirleme Teorisi (Self Determination Theory) (SDT) .....	8
2.2.2. Bilişsel Değerlendirme Teorisi .....	9
2.2.3. Sporcü Performansının Motivasyon Açısından Ele Alınması .....	9
2.3. Akademik Hayat ve Spor.....	10
2.3.1. Sporda Motivasyon Çeşitleri .....	12
2.3.2. İçsel ve Dışsal Motivasyonlara Genel Bakış .....	12
2.3.4. Dışsal motivasyon ve motivatörler .....	13
2.3.5. İçsel motivasyon ve motivatörler.....	14
2.3.6. Motivasyonun modern durumlar içinde ele alınması .....	15
2.3.7. İçsel motivasyon faktörleri üzerine tartışmalar .....	16
2.3.8. Yeterli, Aşırı, Yetersiz ve Amotivasyon.....	18
2.3.8.1. Genel ve Özel Spor Motivasyonu.....	18
2.3.8.2. Aşırı Motivasyon .....	18
2.3.8.3. Yeterli Motivasyon .....	19
2.3.8.4. Amotivasyon ( Yetersiz Motivasyon ).....	20
2.3.8.5. Başarı Motivasyonu .....	22
2.3.8.5.1. Başarı Görüntüleri .....	23

2.3.8.5.2. Yaklaşım ve Kaçınmaya Bağlı Başarı Motivasyonunun Hiyerarşik Modeli.....	24
2.3.8.5.3. Başarı Motivasyon Eğitimi.....	25
2.3.8.5.4. Başarı Motivasyonu ve Spor.....	26
2.3.8.5.5. Sportif Özgeçmişin Motivasyona Etkisi.....	28
2.3.8.5.6. Başarı Gütülenmesi Kuramı .....	29
2.3.8.5.7. McClelland – Atkinson Başarı Motivasyon Kuramı ...	30
3. GEREÇ VE YÖNTEMLER.....	32
3.1. Araştırma Modeli.....	32
3.2. Araştırma Evren ve Örneklemi.....	32
3.3. Veri Toplama Araçları.....	32
3.4. Verilerin Analizi .....	32
4. BULGULAR .....	34
5. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	42
6. ÖNERİLER .....	46
7. KAYNAKLAR.....	47
8. EKLER .....	51
9. ÖZGEÇMİŞ.....	53



## ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil1. Başarı Güdülenmesi Modeli .....	30
---	----



## TABLolar DİZİNİ

<b>Tablo 1.</b> Araştırma grubunun katılmış oldukları Şampiyona ve spor branşına göre dağılımları .....	34
<b>Tablo 2.</b> Araştırma grubunun yaş sınıflamasına göre dağılımları .....	34
<b>Tablo 3.</b> Araştırma grubunun kaç yıldır spor yapma durumuna göre dağılımları .....	35
<b>Tablo 4.</b> Araştırma grubunun kaç yıldır milli takımda oldukları durumuna göre dağılımları.	35
<b>Tablo 5.</b> Araştırma grubunun spor branşlarına göre dağılımları .....	35
<b>Tablo 6.</b> Araştırma grubunun yarışma kategorilerine göre dağılımları .....	36
<b>Tablo 7.</b> Araştırma grubunun ölçek maddelerinden aldıkları puan ortalamaları.....	36
<b>Tablo 8.</b> Araştırma grubunun yaş sınıflamasına göre analiz sonuçları.....	37
<b>Tablo 9.</b> Araştırma grubunun spor yılı değişkenine göre analiz sonuçları .....	38
<b>Tablo 10.</b> Araştırma grubunun kaç yıldır milli takımdasınız değişkenine göre analiz sonuçları .....	38
<b>Tablo 11.</b> Araştırma grubunun spor branşı değişkenine göre analiz sonuçları .....	39
<b>Tablo 12.</b> Araştırma grubunun yarışma kategorisi değişkenine göre analiz sonuçları.....	40
<b>Tablo 13.</b> Milli güreşçilerin Şampiyona kategorisi değişkenine göre analiz sonuçları .....	40

## SİMGELER VE KISALTMALAR

- MAF** : Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü  
**MAS** : Başarıya Yaklaşma Güdüsü  
**NCQ** : Bilişsel Olmayan Anket  
**POW** : Gç Gösterme Güdüsü  
**SDT** : Kendini Belirleme Teorisi  
**SMS** : Sportif Motivasyon lçęi  
**SBM** : Spora zg Başarı Motivasyon lçęi  
**U23** : 23 Yaş Altı



## 1. GİRİŞ VE AMAÇ

Bu tezin amacı, özellikle sportif anlamda motivasyonun güreşçileri nasıl etkilediği ve bu bağlamda konusu geçen sporcuların öz geçmişinin motivasyonu nasıl etkilediğini anlamaktır. Bu konuların açıkça tartışılabilmesi ve tezin sunacağı verilerin daha iyi anlaşılabilmesi için, motivasyon kelimesinin anlamı ve bu konuda günümüze gelen tartışma, kavram ve kuramların incelenmesi gerekmektedir. Tezin bu kısmında motivasyon kavramını, genel tartışmaya açıp okuyucuya bilgi verilmesi amaçlanmıştır.

Antrenörler sporcu ve sporcu yaşamında önemli etki sahibi olan kişilerdir. Sporcunun, sportif hayatına direk etki ettikleri düşünülürse bu bağlamda antrenörlerin yaptığı ve söylediği şeyler sporcunun yaşamına direk etki edecektir. Antrenörlerin sporcuları etkiledikleri aşikar olsada, antrenörlerin kendilerine biçilen rolün önemini de kavramalıdırlar. Eğer doğru psikolojik ve sportif yaklaşımlar uygulanırsa, bu sporcunun yaşamını ve başarı seviyesini dramatik bir şekilde yukarı çıkaracaktır bu bağlamda antrenörlerin sporcularla bir bağ oluşturması büyük önem taşımaktadır. Ayrıca bir antrenör bireysel sporcuların spordan alabilecekleri olumlu hedefleri öncesinden belirlemeli ve bu konuda sporcuya destek olmalıdır.

Araştırmanın Amacı araştırma, en az 5 yıldan beri güreş sporu yapan sporcuların güreş sporunda elde ettikleri sportif başarı düzeyleri ile amatör olarak bireysel sporlar ile uğraşanların sporda başarı motivasyonu düzeyleri arasında fark olup olmadığını araştırmaktır.

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Güreş Sporunun Tarihçesi ve Gelişimi

Güreş insanlık tarihinde yer alan en eski sporlardan birisidir. İnsanların doğasında var olan yaşamlarını sürdürmenin yanında birbirlerine üstünlük sağlamak arzusu onları birbirlerine karşı saldırgan yapmış ve mücadeleye zorlamıştır. Eberhart'a göre güreşte; cesaret, güç, mertlik, dürüstlük, çeviklik ve beceri gibi özelliklerin bulunması sebebiyle tüm toplumlarda sevilmiş ve önemsenmiştir (3).

Aletsiz faaliyet olarak değerlendirilen güreş sporunun ortaya çıkışı, insanların doğayla ve diğer insanlarla mücadelelerinde vücutlarını kuvvetlendirmek ve her an savunmaya hazır bulunmak girişimlerine dayanmaktadır. Vücudu sürekli saldırıya hazır bulundurmanın düzenli çalışmaya dayanması ve nesiller arasında uygulama ile aktarımın sağlanması şeklinde gelişen güreş, düzenli olarak yapılan karşılaşmalar ile bir savunma tekniği olarak gelişim göstermiştir. Güreşin bir savunma tekniği olarak değil de spor olarak sürdürülmesi ise M.Ö. 7. veya 8. Yüzyıla dayanmaktadır. Bu geçişi sağlayan uygarlık olan eski Yunan'da güreş en gözde sporlar arasında yer almıştır. Cimnastik eğitiminin bir parçası ve beşli yarışmaların en önemli kısmını oluşturmuştur. Güreşçiler, Palaestra denilen yumuşak topraklı veya kum döşenmiş bir alanda vücutlarına yağ ve ince kum sürerek güreşe çıkarlardı. Rakipler kura ile belirlenir ve birinin, düşmeden rakibini üç defa yere savurması ve sırtını yere getirmesi suretiyle sonuçlanırdı. Tek olarak yarışması yapılan güreş, esas itibarıyla pentatlonun (Eski Yunanlıların geliştirdikleri, bütün çağların en mükemmel bileşik yarışması olarak bilinen, kısa koşu, uzun atlama, disk atma, cirit atma ve güreşten meydana gelen beşli yarışmadır. Bu beş yarışmanın aynı günde üst üste yapılması; güç, dayanıklılık, hız, beceri gibi unsurların hepsinin bir arada bulunmasını ve bireyin fiziksel ve fizyolojik bakımdan üstünlüğünü zorunlu kılmaktadır.) sonuncu yarışması olarak en önemli bölümünü oluşturmaktadır (4).

Güreş yarışında ve pentatlonda sadece ayaktaki güreşe izin verilirken; pankration'da hem buna hem de yer güreşine rastlanmaktaydı. Her iki güreşte de, çelme takma serbest, ısırma ve parmakla göz oymak gibi yasakların yanında, güreşirken rakiplerin herhangi bir şekilde öldürülmesi yasak olup, bu duruma neden olan davranışlarda bulunan sporcuların hem ödül alamaması hem de para cezası ödemeye mahkum olmaları gibi cezalar mevcuttu. Rakibi

itmek, korkutmak, yenilmesi için rüşvet vermek de önemli yasaklar arasında yer almıştır. Düzenlenen yarışmaların sonuçlarına bakıldığında; herhangi bir ağırlık düzenlemesi yapılmadığından, genellikle en iri olan ve deneyimlerini kullanabilen yetişkin güreşçilerin kazandığı gözlemleniyordu (5).

Orta Asya'dan kalkarak Avrupa'ya gelip İtalya yarımadasına yerleşen Etrüskler'in Orta Asya'da öğrendikleri güreş, önce Etrüskler'le ilişkide bulunan Yunanlılara, ardından da Helen medeniyetinden Roma İmparatorluğu'na geçmiştir. Roma İmparatorları Commodus ve Maximinus'un güreşçi olmalarına rağmen bu spor, Romalılar arasında çok yaygınlaşmamıştır. Ancak, "güreşin Avrupa'ya yayılışı Roma'dan başlar. Grekoromen stili böylece bütün dünya tarafından tanınan ve medeniyetle birlikte ilerlemiş modern bir spor olmuştur". Amazon Havzası'ndaki Güney Amerika yerlileri ile Avrupalıların gelişinin öncesine dayanan Kuzey Amerika yerlileri keskin yaşam koşullarına direnebilmek ve beslenebilmek amaçlı olarak savaş eğitimi için serbest güreş yapmışlardır. Sudan'daki Nuba kabileleri hala düzenli olarak her yıl güreş şenlikleri düzenlemektedirler. Yazının kullanılmaya başlanmasından önceki dönemde güreş, rakibi savurarak yere devirmeye dayanan bir spor dalı olmuştur. 20. yüzyılda İsviçre, İzlanda, Japonya ve Kazakistan'da gerçekleştirilen yerel kuşak güreşi Mısırlıların M.Ö. 2500'deki güreşleriyle çok benzerdir.

Bununla beraber coğrafi olarak birbirlerinden uzak olmalarına rağmen Güney Amerika, Afrika, Moğolistan ve Tirol Alpleri gibi bölgelerde güreş stilleri benzerlik göstermektedir (6).

Türklerin geleneksel sporlarından olan güreş, çok erken devirlerde kurallara bağlanarak hakem gözetiminde yapılmış ve yenme yenilme durumları açık bir şekilde ifade edilmiştir. Bu durum karmaşık bir mücadeleden medeni bir sportif karşılaşmaya geçişin; uygulanişından alınan zevk dışında herhangi bir dış amaç taşımaksızın güreş tutma gibi ideal bir anlayışa yaklaşmanın izlerini temsil etmektedir. Günümüze taşınan bilgiler göstermektedir ki erken devir Türk kültürü çerçevesi içerisinde güreş topluma zihinsel ve ruhsal bakımdan destek sağlamak gibi çok çeşitli sebeplerle uygulanmaktaydı. Atlı göçebelerin milli bayramlarında, yeni yıl kutlamalarında eğlence aracı olarak kullanılan güreş müsabakaları; Hunlar tarafından da cenaze törenlerinde halkın tasasını dağıtmak için düzenlenmekteydi (7). Güreş, gerek eski gerekse modern Türk toplumlarının tamamında çok sevilen ve yaygın olarak uygulanan spor branşlarının başında gelip; tarihi süreç içerisinde ortaya çıkan, yağlı,

aba, şalvar, kemer ve karakucak güreşleri gibi farklı güreş formları şeklinde günümüze kadar yaşatılmıştır (8).

Türkler, doğayla mücadelede kuvvete önem vermişler; savunma teknikleri geliştirirken pehlivanlığın inceliklerini geliştirmişlerdir. İslamiyet öncesinde güreş, ölen yiğitlerin silahlarıyla gömüldükleri cenaze törenlerinde dokuz gün ve gece gerçekleştirilen bir ritüel olmuştur. Yiğitlerin ölüm yıldönümlerinde de üç gün ve gece süren güreş karşılaşmaları düzenlenmiştir. “Binicilik ve atıcılığın yanında ‘Pujila’da (Yakut Türkleri’nin buluşu bir tür boks) ve atlı cirit oyunlarında son derece usta olan Türkler, güreşi de bütün sporların temeli, terbiye verici, adeta bir ibadet şeklinde kabul etmişlerdir” (6).

Orta Asya’daki Türkler’de güreş, binicilik ve okçuluk sporlarıyla birlikte savunma tekniği biçiminde gelişim göstermiştir. Kendi aralarında savaş yapmak istemedikleri için çıkan anlaşmazlıkları da karşılıklı olarak meydana çıkardıkları pehlivanların güreşmeleri sonucunda galip gelen tarafın istediği şekilde çözme yoluna gitmişlerdir. M.S. 800’lerde İran’daki Müslüman hükümdarların hizmetinde çalışan Türk askerleri köreş/küreş/körüş adını verdikleri serbest güreşi bu bölgeye taşımışlardır. Bir güreşçinin sırtının kısa bir süre için yere değmesi yani tuş olmasıyla son bulan bu güreş stili ve buna benzer stiller Türkler’in İslam dünyasına egemen olmasıyla birlikte yaygınlık kazanmıştır. 13. yüzyıldaki Moğol istilası sonrası güreş, Moğolların baskısı ile İran’ın da ulusal sporu haline gelmiştir (9).

Osmanlılar, Anadolu’da egemen oldukları zaman Doğu Roma İmparatorluğu’nun güreş tarzı ile tanışmış, ancak kendi aralarında benimsememişlerdir. I. Beyazid, II. Mehmed, I. Selim, IV. Murad, II. Mahmud ve Abdülaziz gibi padişahların güreş sporuna özel ilgi göstermeleri, bu spor dalının hem yayılmasını hem de gelişmesini sağlamıştır. Pehlivan bölükleri, ordu teşkilatınca geliştirilmiş; beyler, paşalar çiftliklerinde pehlivan beslemişlerdir. Güreşin günümüzdeki anlamıyla spor kulübü karşılığına gelen tekkeler, şeyhler başkanlığında mürit olarak adlandırılan sporcularca gerçekleştirildiği Osmanlı Türklerinde güreş tekkelerinin en büyüğü ve merkez konumunda olanı İstanbul’da Zeyrek’te kurulmuştur. Bu tekkelerde disiplinli çalışmalar sonucunda güreşi uğraşı haline getirenler, ileri düzeyde teknik donanım ve beceriler kazanmışlardır. “Bu tekkelerde sporcuların ve başkanlarının aylık ve yemek vakfiyelerinden başka, birer ikişer imareti vardı ki bu imaretlerde isteyen halk, gelen seyirciler, geçen seyyahlar (turistler) parasız istedikleri gibi yer ve içebilirlerdi. Bütün bu

vakfiyeler zamanın Beylerbeyleri, Paşaları, Vezirleri, Ayanı ve Hakanları tarafından yüz binlerce altın hibe edilerek ortaya çıkarılmıştı” (6).

Osmanlı’da güreş, iki stilde yapılmıştır: Anadolu’da karakucak ya da kuru güreş (serbest güreş) ve Rumeli’de de yağlı güreş. Karakucak olarak adlandırılan güreş stili, Mançurya, Yakut Türkleri, Moğolistan, Doğu ve Batı Türkmenistan, Dağıstan, Kafkasya, Anadolu, Kırım ve Kazak Türkleri tarafından yüzyıllar boyunca yapılmıştır. Türk güreşi olarak adlandırılan karakucakta, köprü kurma kuralı bulunmazken, güreş ustalarını Olimpik güreşe kazandırabilmek amacıyla daha sonraları çeşitli kurallar getirilmiş ve geleneksel karakucak şekil değiştirmiştir. Edirne’nin Osmanlılar tarafından fethedilmesinden (1362) itibaren yapılmakta olan yağlı güreş törenleri, dualar eşliğinde pehlivanların yağlanması ile başlatılıp, pirleri Hz. Hamza’ya da dua edilmesinin ardından cazgır tarafından seyircilere tanıtım yapılmasıyla devam etmiştir. Balkanlar Savaşı’ndan sonra Kırkpınar’ın Osmanlı İmparatorluğu sınırları dışında kalmasının ardından bu güreşler, Edirne’nin Sarayıçi bölgesinde sürdürülmüştür. 1924 yılından beri yapılan ve Kırkpınar güreşleri olarak anılan yağlı güreşte başpehlivanlık önemli bir konumdur. Türkiye’de her yıl hasat mevsiminden önce yapılması gelenek haline gelen yağlı güreş karşılaşmaları, sonradan farklı tarihlerde düzenlenmeye başlanmıştır (6;9).

İzlanda’da yaygın olan ve kuşak güreşleri arasında yer alan glimanın geçmişi M.S 1000’lere uzanmaktadır. İsviçre kuşak güreşi Schwingen, 13. yüzyılda ortaya çıkmıştır. Serbest güreş de ilk olarak Avrupa’da İsviçreliler tarafından dağ köylerinde yapılmıştır. 1526 Moğol istilasının ardından Hindistan’da yayılan Moğol serbest güreşi ise halen Hindistan ve Pakistan’da varlığını sürdürmektedir. Germen halklarının güreşe ilgisi, Roma’nın etkisinden çok daha öncelere dayanmaktadır. İngiltere’de güreş, 13. Yüzyılın başlarına değin uzanmakta; İngiltere ve Britanya’da Cornwallve Devon olarak bilinen güreş stiline geçmişi ise 4. yüzyıla değin gitmektedir. Kutsal Roma-Germen İmparatorluğu şövalyelerine savaş sanatı teknikleri arasında öğretilen güreş, Feodal beylerin Otuz Yıl Savaşları’na (1618-1648) değin güreş öğretmenlerinin çalıştırdıkları bir sistem olmuştur. El yazması çoğaltma güreş kitapları da bu sistemli yapılanmaya hizmet etmiştir. 18. yüzyılda panayır ve tiyatro gibi insanların boş zamanlarını değerlendirmek üzere gittikleri eğlence merkezlerinde vatandaşlarla güreş yapan güreşçiler popülerlik kazanmıştır. Londra’da İngiliz Thomas Topham’ın başlatmış olduğu bu akım, 20. Yüzyılda Alman asıllı Eugene Sandow ile sona ermiştir. 1800’lerin başlarında Alman jimnastik kulüplerinin eğitim programında yer alan güreş, ABD’de sınır bölgelerde



yaygınlık kazanmıştır. Amerikalılar tarafından catch can olarak adlandırılan serbest güreş, İsviçreli ve Fransızlar tarafından bu ülkeye taşınmıştır (6). 19. yüzyılda Türk güreşi, pehlivanların Avrupa'da ve Amerika'da elde ettikleri başarılar sayesinde tüm dünyaca tanınmıştır. Batı'da başarı sağlayan Türk güreşçileri, orada yaygın olan minder güreşini de Türkiye'ye getirmişler ve 1903'te de Beşiktaş Cimnastik Kulübü minder güreşiyle ilgilenmeye başlamıştır. Amatör güreş şampiyonalarının 1896'da Atina Olimpiyat Oyunları ile başlanmasının ardından 19. yüzyılın ikinci yarısında uluslararası güreşe, rakibin belinden aşağısına oyun uygulamanın yasak olduğu grekoromen ve uluslararası güreş kurallarına bağlı kalmak koşuluyla, rakibin bütün bedenine oyun uygulanabilen serbest güreş stilleri egemen olmuştur. Her iki stilde de hafif, orta ve ağır sıklıkların bulunduğu güreş karşılaşmaları, suni köpükten yapılmış 9 m çapındaki daire biçimindeki minderde, üçer dakikalık iki devre halinde yapılmaktadır. Eski Yunan ve Roma güreşlerinden esinlenerek oluşturulan grekoromen güreş, öncelikle Fransa'da yaygınlaşmış, ardından da 1896'da Olimpiyat Oyunları'na alınmıştır. Özellikle ABD ve Britanya'da benimsenen serbest güreş, başlangıçta profesyonel bir sporken, 1888'den sonra Uluslararası Amatör Spor Birliği tarafından benimsenen, amatör bir spora dönüşmüştür. İlk modern Olimpiyat Oyunları'nda güreşte sadece ağır sıklık varken, amatör güreşle birlikte sıklık ayrımı da ortaya çıkmıştır. Serbest güreş ilk olarak 1904'te Saint Louis Olimpiyatları'nda resmi programa geçmiş ve 1912 Stockholm Olimpiyatları'ndan itibaren de güreşte zaman sınırlaması getirilmiştir. Güreş sporunun tüm dünyada yaygınlaşmasının bir sonucu olarak yönetimi sağlamak amacıyla, merkezi günümüzde İsviçre'nin Lozan kentinde bulunan 1912'de Uluslararası Amatör Güreş Federasyonu (FILA, Federation Internationale de Lutte Amateur) kurulmuştur. Grekoromen stilde Dünya Şampiyonası ilk kez 1921'de, Avrupa Şampiyonası da 1924'te düzenlenmeye başlanmıştır. Serbest stilde ilk Avrupa Şampiyonası ise 1929 yılında gerçekleştirilmiştir. Olimpiyat, Dünya ve Avrupa Şampiyonaları'nda bir spor dalı olarak yer alan serbest ve grekoromen güreş stilleri arasında çeşitli farklılıklar bulunmaktadır. Serbest güreşte, çelme takmak, ayak ve bacaklarla tırpan atmak kurallara uygun olmakla birlikte, kafa veya vücuda bacakla makas yapılması yasaktır. Ayakta yapılan bazı oyunların takibinde rakiple yere düşmek zorunlu değildir, ancak mayo ve minderden tutmak yasaktır. Grekoromen güreşte, rakibi belden aşağı tutmak veya bacaklarla rakibi sıkı tutmak, rakibin vücudunun herhangi bir kısmını bacaklarla itmek, tazyik etmek ve bacak yardımı ile kaldırmalar yapmak yasaktır. Bir Fransız'dan grekoromen güreş stilini öğrenen Mazhar Kazancı, Ahmet Fetgeri Aşeni ve Kenan Bey minder güreşinin Türkiye'deki temellerini atmışlardır. 1923'de Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı'na bağlı Türkiye Güreş Federasyonu kurulmuş; ilk başkanı da Ahmet Fetgeri Aşeni olmuştur. İlk zamanlar güreş

çalışmaları yabancı güreş ögreticileri denetiminde yürütülürken sonradan bu alanda Türk antrenörler yetişmiştir (10).

## 2. 2. Motivasyon tanımı

Genel motivasyon ve sporcu motivasyonu hakkında bir çok çalışma vardır (11). Bu çalışmalara bakıldığında, motivasyonun anlaşılabilmesi ve değerlendirilmesi açısından en önemli belirleyici ölçek, spor akademisyenlerinin genel olarak kabul ettiği Pelletier'in 1995'de gerçekleştirdiği Spor Motivasyon Ölçeği (SMS)'dir (12). Bu ölçek halen altın ölçek olarak da bilinir. Bu ölçek, bir sporcunun kendi öz geçmişi ve spor yaşantısı hakkındaki verilen sorulara yanıtları analiz edilerek söz konusu sporcunun içsel, dışsal ve genel motivasyon seviyesini ölçer. Bugün hala yapılan akademik çalışmalarda kullanılan bu test, tezindeki sporcuların seviyesini anlamakta da kullanılmıştır.

Motivasyonun, bir kişinin belirli bir davranış şekli sergilemesinde veya bu şekilde davranışlar sergilemesine neden olan sebeplerin bütünü olarak tanımlanmıştır (13). Bahsedilen davranışlardaki neden sorusu cevabı da kümülatif olarak bu tanımla bağlantılıdır. Bu tanıma bakılırsa “neden” sorusunun motivasyonun bir yarışma veya hedef konusunda nasıl bire bir bağlantı içerdiği görülebilir. İnsanlar, genel hayatın herhangi bir yerinde faaliyetlerde bulunurlar ve yine insan doğası gereği bu faaliyetler ile ilgili hedefler oluştururlar. Bu hedeflerin gerçekleşmesi ve hedefe ulaşılması için bulunan yollar, bu konuda atılan adımlar ve bu faaliyetlere katılma sebeplerinin bir parçası da motivasyondur. Vallerand and Losier (14)' da yaptığı çalışmasında “bir faaliyet yapmanın sebeplerinin genel olarak kişinin belirli bir olaya yönelik motivasyonunun göstergesi olduğu’nu söylemiştir. Örneklendirecek olursak, sporculara bahsettiğim metotlarda yöneltilen ‘neden sportif faaliyetlere katılıyorsunuz?’ sorusuna verdiği cevaplar, her kişinin özel neden ve motivasyonlarını gösterir ve bu bireysel motivasyonun kişiden kişiye farklılaşacağına en büyük göstergelerinden biridir.

Bu üç tip motivasyon, “neden” sorusunu cevaplama şeklimizdir. Neden sorusuna her cevap bu üç kategoriden birine kategorize edilebilir. Antrenörlerin ve sporla uğraşanların, sporcularının aktiviteye neden katıldığını anlamaları önemlidir. Bilgi, her bir sporcunun kendi özel ihtiyaçları ile yardımcı olmalarını ve onları motive etmelerini ve sporda daha uzun süre katılmalarını sağlayabilmelerini sağlayacaktır. Antrenörler, sporcuları korumaya yardımcı

olma ve spordaki düşme oranlarını azaltma konusunda etkilidir. Bu yüzden her bir sporcunun motivasyonunu anlamaları ve tanımlamaları önemlidir.

Yukarıda bahsedildiği üzere sportif antrenörlerin, sporla uğraşanların veya profesyonel sporcuların bu aktivitelere neden katıldığını anlaması önemlidir. Bireysel sebepler ve nedenlerin iyi anlaşılması ve bu yöntemler izlenerek ulaşılan bilgi, her bir sporcunun bireysel ihtiyaçlarını ve katıldıkları aktivitelerin zor şartlarını anlamak ve çözmek için önemli bir adımdır. Bu yaklaşım teorik olarak bahsedilen sporcuların, spor yaşantılarını sağlıklı ve uzun tutma konusunda yardımcı olacak olması da kaçınılmaz bir olasılıktır. Bu yüzden her bir sporcunun motivasyonunu bilmek önemli ve elzemdir.

## **2. 2. Motivasyon İle İlgili Teoriler**

### **2.2.1. Kendini Belirleme Teorisi (Self Determination Theory) (SDT)**

Kendini belirleme teorisi (SDT), sportif aktivitelerde ve spor etrafında dönen akademik tartışmalarda angajmanı anlamaya yönelik birçok çalışmaya konu olmuştur (12). Kendini belirleme teorisi sporcunun motivasyonunu ve bir sporcunun kendi kendine karar verme yetisini ve bireyin kendi sportif öz geçmişinden gelen psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak ve tatmin için yaptığı seçimlerle ilgilidir (13). Spora aktif katılım ile ilgili olarak SDT, bireylerin akademik çevrelerce kabul edilen üç psikolojik ihtiyacını karşılamak için yaptığı faaliyetlerde neden bulduklarını açıklamaktadır. Bunlar: yeterlilik, bağlılık ve özerklik olarak tanımlanmıştır (11). Yeterlilik, bir sporcu yada genel anlamda bir bireyin kendi özelliklerini veya yeteneklerini ifade edebilmesi için bir fırsat sunar. Bağlılık, belli bir takıma veya tezin konusun olan milli takımlara duyulan aitlik duygusunu temsil eder. Özerklik ise kişinin yanındaki kişiler ve kurumlardan bağımsız olarak veya bir topluluk baskısı hissetmeden kişinin kendi gereksinimlerini ve değer yargılarına uyan yollar ile hareket etmesini tanımlar.

## 2.2.2. Bilişsel Değerlendirme Teorisi

Bilişsel değerlendirme kuramı yada teorisi, bir sporcunu motivasyonunun, kendi geleceğini tayin etmesini ve bu gelecek belirleme sürecinde yaşanan algı değişimlerinin, sporcu geleceğinde değişimlere yol açtığını savunur. Yukarıda bahsedilen üç tür bileşenler göz önüne alındığında, bu teori sporcu hayatı sürecinde yaşadığı kazanımların içsel motivasyonu arttıracığına ve yine bu süreç sırasında oluşabilecek duygu körelmelerinin sporcunun içsel motivasyonunu düşüreceğini açıklar (13). Sporcu açısından rekabet, içsel motivasyon çerçevesinde alındığında çok önemli bir faktör olarak görünür. Deci ve Ryan 1985’de yaptıkları araştırmada bu fenomeni ‘aktiviteyle ilgili dış unsurların vurgulandığı yani rakibi yener ödül kazanıldığı durumlarda bir ortamda sporcunun özerklik algısının ters etki ile etkileneceği’ inancını savunur. Ancak yine aynı çalışmada Ryan bir durumun en iyi şekilde yapılmaya çalışıldığında içsel motivasyonun korunacağını hatta iyi yönde etkileyeceğini söylemiştir (13). Bilişsel değerlendirme teorisi, yukarıda açıklanan özerklik teorisinin neden sporcuların motivasyonunu etkileyebileceğini açıklamakta yardımcı olur. Sporcuların müsabakalarda uygun motivasyonda kalıp, hileye yönelmeden atletik performansı arttırmalarında ve yine bundan doğan sonuçlarla sporcuların kendilerini iyi hissetmelerini sağlamak açısından bu kuram büyük önem taşımaktadır. Tezin bu bölümün girişinde söylendiği gibi antrenörler, sporcunun başarısızlık karşısında kötü veya iyi hissetmelerini veya bu durumda oluşabilecek etkileri iyi analiz etmesi çok önemlidir. Bu konuda sporcuların antrenörlerden etkilenmesi doğru psikolojik yaklaşımlarla sağlanabilir ve oluşabilecek gelecek başarısızlıklardan en az hasarla çıkmaları sağlanabilir. Antrenörlerin veya birden fazla sporcuya ilgilenecek koçların, her bir sporcunun ihtiyacını bireysel olarak karşıladığından emin olmalıdır (11). Aksi halde, sporcular emeklerinin karşılığını alamadığı bir durumda sporu terk etme noktasına gelebilir.

## 2.2.3. Sporcu Performansının Motivasyon Açısından Ele Alınması

Sporcu performansı ırk, millet, coğrafya, cinsiyet veya diğer benzer özelliklerden etkilenebilir. Araştırma yapma, özerklik ve hedef belirleme atletik performansı etkileyeceği gibi bilişsel değişkenler yukarıda açıklandığı gibi doğru yoldan etki edebilir (12). İnsanlar, içsel olarak motive edildiklerinde ve öz kararlılıkları arttırıldığında, yaptıkları işlerle hem psikolojik hem de fiziksel olarak daha bütünleşik olurlar. Bu durum sporcuların

müsabakalarda daha yüksek performans göstermesine yol açar (14). Oluşan yüksek performanslar ve müsabakalarda belirlenen bireysel hedeflerin aşılması, sporcunun otonomi ve anlık karar mekanizmasının yükselmesine sebep olur. Yine bu durum sporcunun faaliyeti sürdürmek ve daha iyi işler yapma isteğini dramatik bir şekilde arttırır. İçsel motivasyonu iyi yönde tetikleyen bu durum, sporcunun öz geçmişini etkilemekle beraber genel sporcu karakterini de ortaya çıkarır.

Öte yandan kendini belirleme yada oto kontrol sporcuda optimal performansın bulunmasına yol açar (11). Bu konuda yapılan araştırmalar insanların dışsal olarak motive olduklarında yada bir ödüle ulaştıklarında, rakibe yenilmelerine yol açacak veya müsabaka sırasında sarf edilen gücün minimum da kalmasını sağlayabilir. Bir başka değişle, sporcu başarıları bazı durumlarda ileriye dönük katılınan müsabakalarda daha kötü performans gösterilmesine yol açabilir. Bu durum o kişinin gelecek müsabakalarda en uygun performansı sergilememesine ve yine müsabakada ekstra çaba harcamasına yol açabilir. Ancak atletik performansı sadece içsel motivasyonla tetiklemek ile sporcunun kendi kaderini kendi belirlemesi arasında çok az bağlantı vardır (14). Sporcuların motivasyonu bu bilgiler ışığında da anlaşılabilir gibi ev ve spor ortamındaki faktörler tarafından arttırılabilir yada azaltılabilir.

### **2.3. Akademik Hayat ve Spor**

Atletik performans ve motivasyonun akademik performansı etkilediği daha önce yapılan çalışmalarda ortaya konulmuştur (15). Vansteenkiste ve arkadaşları (16) 1999'da yaptığı çalışmada, spora kendini adayın öğrencilerin üniversite not ortalamalarının dramatik bir şekilde düştüğünü ortaya koymuştur. Spor hayatının akademik hayatından daha önemli olduğuna ikna edilen bireylerin sınıf ortamında daha başarısız olduğu yine bu çalışmayla gözlemlenmiştir. Simons başarısız öğrencilerin üniversiteye devam etme nedenlerinin spor olduğunu ortaya koymuştur. Genele vurulamayacak olsada bazı öğrencilerin, akademik hayatları sırasında spor yapması ve yine bu spor hayatı ile ilgili yüksek hayallere sahip olması bunun bir nedenidir. Araştırma (16), bu sporcuların üniversite diplomasına sahip olma arzularının avaraj bir öğrenciye göre daha düşük olduğunu göstermiştir. Bu sporcuların akademik hayata olan bağlılıkları düşüktür, çünkü bu bireyler spora ve çevresinde gelişen

durumlara daha çok zaman harcamaktadır ve profesyonel olma arzusu bu durumu perçinlemektedir.

Gaston-Gayles (15) ise yaptıkları çalışmada buldukları sonuçlarda yukarıda bahsedilen Vansteenkiste ve arkadaşları 2005'in yaptığı çalışmaya çelişen bulgular elde etmiştir. Bu bulgular, akademik başarının belirlenmesinde ve kariyer performansının önceliği konusunda spor motivasyonunun önemsiz olduğunu ifade etmiştir. Bu araştırmalar daha önce söylenenin aksine profesyonel bir spor kariyerinin, akademik kariyer üzerinde kötü etki bırakmadığını hatta bu konuda akademik hayatın hiç etkilenmediğini savunmuştur.

Akademik performans, sporcu motivasyonu ve müsabaka performansının başlıca faktörlerini kullanarak tahmin edilebilir. Bilişsel olmayan değişkenler ile sporcu performansı arasındaki ilişki Tracey ve Sedlacek tarafından incelenmiştir (17). Bu sonuca ulaşmak için yazarlar Bilişsel Olmayan Anket (NCQ) aracını kullanmıştır. Tracey çalışmasında bu faktörleri şöyle sıralamıştır:

1. Pozitif Otonomi
2. Gerçekçi bir şekilde kendini değerlendirme
3. Irkçılık hakkında bilgi sahibi olma
4. Uzun vadeli hedefler koyma
5. Antrenör ve yakın çevreden gelen destek sistemi
6. Liderlik eğitimi ve deneyimi
7. Topluma oluşan hizmet duygusunun perçinlendirilmesi.

Bu faktörler bir sporcunun akademik hayatında birebir etkiye sahiptir. Bu faktörler potansiyel olarak sporda başarı gösteren sporcuların yüksek düzeyde içsel motivasyon gelişimine ve akademik başarı seviyelerinin gelişimine doğrudan etki etmektedir (17). Sporcu motivasyonunun akademik motivasyonu etkileyebileceği yukardaki araştırmaların gösterdiği gibi organik bir bağlantıya sahip olmuş olsa dahi bunun tersinin doğru olduğunu gösteren çok az çalışma vardır.

Son olarak spor motivasyonu ile ilgili literatür bir çok farklı ve teori göstermektedir. Tezin bu bölümünde gözden geçirilen bu faktörler çeşitli teorilere dayanmaktadır. Genelleyecek olursak, sporcunun motivasyonunu etkileyecek bir çok farklı faktör bulunabildiği gibi karışık bir çok görüşün geniş çevrelerce savunulduğu görünmektedir. Bu bölümde cinsiyet, ırk ve kişisel verilerin spor motivasyonu üzerindeki etkileri incelenmiştir.

### **2.3.1. Sporda Motivasyon Çeşitleri**

Motivasyon çeşitleri, yukarıda kısaca ele alınmış ve tanımlanmıştır. Ancak daha derin sonuçlar ve anlaşılmaya ulaşmak için ana motivasyon türleri dışında çeşitli çevrelerce kabul edilen motivasyon türlerinin ve bu motivasyon çeşitlerinin açıklanmasına ihtiyaç duyulmuştur.

### **2.3.2. İçsel ve Dışsal Motivasyonlara Genel Bakış**

Bu tezde bugüne kadar, sporcu motivasyonu üzerine genel teoriler ve bu teorilerin sporcu yaşamı üzerine oluşturduğu faktörler açıklanmıştır. Ancak yazar, spor motivasyonu ve öz geçmiş konusundaki en önemli konulardan olan içsel ve dışsal motivasyonu ayrıntılı olarak incelemek istemektedir. Tezin bu bölümündeki araştırmalar ve tartışmalar hem ödüllendirici hem de içsel yaklaşım konusundaki farklı işlevi olan düşünceleri açıklamaya odaklanmıştır. Bölüm 1.1’de açıklandığı gibi temel yaklaşım motivasyonu ve bazı araştırmacıların dışsal teşviklerinin öncelikli olarak tartışılması gerektiğine inanan ve bu sebeple daha gerekli olduklarını düşünen araştırmaların üzerinde bu bölümde de durulacaktır.

İçsel ve dışsal motivasyon faktörleri bazen insan davranışlarını derinden etkileyen ve sporcunun günlük yaşantısını ve motivasyonunu değiştiren sebeplere yol açabilir. Huczynski 2007’de (18) yaptığı çalışmada, sporda liderlik yapan bireylerin spor iş gücünü etkili bir şekilde teşvik etmek istemeleri halinde, geleneksel motivasyon yaklaşımlarından vazgeçmeleri gerektiğini savunmuştur. Yine aynı çalışmada sporcuların tatmin edici hedefeler yaratmaya çalışmaya odaklanmalarının gereğini vurgulamıştır. Sporcuların kendilerince uygun mali seviyeye ulaşmaları yine aynı çalışmada sporcu motivasyonuna ters etki ettiği söylenmiştir. Kısacası para, uzun vadede performansı arttırmayacağı gibi düşmesinede sebep olabilir.

#### 2.3.4. Dışsal motivasyon ve motivatörler

Dışsal motivasyonun, sporcularda ikramiye, ödül, madalya veya derece seviyelerindeki artışla karakterize edilen dış eylemleri içerdiği, aynı zamanda bozulma, başarısızlık, eleştiri ve cezalandırma gibi başvurulan genel geçer psikolojik yöntemlerle bire bir bağlantısı olduğu gözlemlenmiştir. Sporcuların, müsabakalarda iyi sonuçlara ulaştıktan sonra bekleyebileceği ödüllendirmeler söz konusu olduğunda bazı çeşitli verilere indirgenerek incelenebilir. Bunlar kısaca; madalyalar, sporcu primleri, bonuslar, bireysel tanınma ve ün olarak gösterilebilir. Bunların hepsi sporculara takımları tarafından sunulmakta ve yöneltmekle beraber genel olarak dışarıda veya dışsal motivasyona bire bir etkisi olduğu bilinmektedir. Ancak, bir sporcunun performansı konulan hedeflere göre yetersiz kalırsa bu motivasyona olumsuz etkide bulunabilir. Bazı akademik çevreler dışsal motivasyonların, sporcuları kısa vadede çekmeye ve genel başarı halini yukarıda tutmada etkili olduğunu ifade etsede bu duruma kısa süreli bir çözüm olarak bakılması sporcunun geleceği açısından daha sağlıklıdır. Aksi araştırmalar ise bu ödül sisteminin sporcunun yeteneği ve sporcu yaratıcı düşünce durumunu kötü yönde etkileyebileceğini savunur (12). Bilim adamları, harici bir ödül veya telafinin iki özelliğine vurgu yapmaktadır: Kontrol etme yönü ve geri besleme yönü. İlk olarak bu durum motivasyon içerisinde olumsuz etkiler oluşurken etkili, yapıcı geri bildirimler bu durumu tersine döndürmeye yeterli sebeplerden biri olarak göze batar. İyi sonuçlar ardından sporculara verilen maddi ödüller yani dışsal uyarılar, birçok sporcunun görüşüne göre iç motivasyonu azaltan önemli faktörlerdendir (14). Devam edecek olursak, sporcular kendilerine verilen görevi yerine getirmek için fazladan bonus veya primlere yönlendirildiklerinde, gelecek sefer yine aynı türden bir ödül olmadan aynı performansı göstermeleri çok zordur (17) O halde, ödüllerin veya mali primlerin sadece anlık uyum sağladığına ve yukarıda bahsedildiği gibi kısa vadeli çözüm olduklarına kanaat getirilebilir. Ancak ödülleri sağlayan antrenör, takım sahibi veya müsabaka yöneticilerinin ödülleri sporcuların bakış açısına göre yönlendirdiği ve bu talebi karşılamak üzere bu yöntemlere başvurduklarında gözden kaçmamalıdır. Ayrıca ödül belirli bir davranış veya performans ile bağlantılı olduğunda, lider sporcular takım ortamında kendisine konum yönünden aşağıda bulunan oyuncuları manipüle edip kontrol ettikleride bir gerçektir.



Dışsal faktörler tarafından motive edilen sporcular, kendilerinden istenen performansı beklenen şekilde sunmaya uğraşırlar. Ayrıca sosyal ve ekonomik kuralları takip eden bu sporcular, cezadan kaçınmayı ve takım içinde uyumlu olmayı tercih ederler. Öte yandan kendi kendine motive olan sporcular ise dışsal faktörler tarafından motive olan sporculara göre daha yaratıcıdır (14). Ancak dışsal etmenler sporcu ve sporcu performansı üzerinde olumlu çalışabilir ancak bu faktörler sadece uygun zamanda ve uygun durumda kullanılmalıdır.

### **2.3.5. İçsel motivasyon ve motivatörler**

İçsel ibaresi, Harlow tarafından ilk defa kullanıldığında 1950'li yılların getirdiği ihtiyaçları karşılamak üzere kullanıldığı sonraki çalışmalarda ortaya çıkmıştır. Ayrıca White, Deci gibi tanınmış motivasyon uzmanlarının ve araştırmacıların içsel teşvikleri araştırmaya devam etmeleri günümüz akademik hayatında önemli bir faktördür. İçsel motivasyon, spor müsabakaların sporcu için tek teşvik olması durumlarını inceler ve etki eder. Bu durum dışsal faktörler gibi fiziksel bir ödül yerine kişisel tatminin daha öne bastığı bir durumdur. Bu bağlamda motivasyonun içsel faktörleri, açık davranışlara yol açan inatçı dürtüler olarak da tanımlanabilir. İçsel faktörler, sporcuları belirli bir şekilde harekete geçiren öz unsurlar olarak da açıklanabilir. Bunlar, çalışmanın önemli olduğu, performansı arttırmaya yönelik heyecan verici hedefler ile ve aynı zamanda sporcuyu harekete geçirmeye yönelik hedeflerle perçinlenip arttırılabilir. Aynı zamanda, sporcuların kendilerine verilen görevi tamamlamada tattıkları haz ve memnuniyet bu faktörlerin bir parçasıdır. Diğer uzmanlar içsel motivasyonu, sporcunun icra ettiği sporu yapmaktan duydukları genel memnuniyet olarak ya da dışardan kontrol edilemeyen bir biriktirme ve geliştirme durumu olarak tanımlarlar.

İçsel teşvikler, dışsal teşviklere farklı olarak sporcuların kendileri tarafından yönetilmektedir. Bu teşvikler sporcunun müsabakalara kendini vermesi veya başarıya yönelik çalışmaları şeklinde temsil edilebilir. Ancak çok bireysel olan bu tür teşviklerin kişilerin bireysel özelliklerinden ve karakterinden kaynaklandığı su götürmez bir gerçektir. Bazı sporcular zor ve aşılması gereken zorluklar karşısında diğer türlü sporculara göre daha az teşvik edilir. İşin özüne incek olursak, hayatın herhangi bir aşamasında ödüllendirilen insanlara örnek olarak maaşı düşük veya yetersiz olanaklara sahip olanlar içsel teşvike, diğer yönleri eksik olmayan insanlara göre daha çok ihtiyaç duyarlar. Ancak yaptıkları iş konusunda tutkulu oldukları bir durumda veya bir organizasyonun parçası olurlarsa bu tür

insanların daha motive olup yanındakilere yardım ettiği de gözlemlenebilir. İçsel faktörler tarafından motive edilen sporcular, yaptıkları spordan zevk aldıkları için bu sporu icra ederler. Bu tür insanlar yaptıkları spordan daha çok zevk aldığı bilinen bir gerçektir ve akademik tanımlamaya gerek duymaz. Buna ek olarak, içsel teşviklerden motive olanlar spordaki yeteneklerini geliştirebilir, yaratıcılık seviyesini arttırabilir ve derinden duydukları haz yöneltisinde hareket edip başarılı olabilir. Ayrıca ilgi ve heyecan, içsel teşviklerin birer bileşeni olarak da kabul edilebilir. Bu durum sporcuların yaptıkları işe ilgisiz oldukları durumlarda, yaptıkları işe tutkulu olmadıkları ve kendileri tarafında motive edilemeyecek durumda oldukları biçiminde açıklanabilir.

Devam edecek olursak, içsel teşvikin dışsal teşvikler tarafından etkilenebileceği tartışmalı bir konudur. Benzer şekilde, antrenörlerden veya yakın çevreden gelebilecek sözel destek örneğinin olumlu geri bildirim sporcunun, kendi içinde gözlemlediği yeteneğinin gelişmesine sebep olabilir. Bu durum sporcunu içsel motivasyonunda gelişmeye yol açar. Aynı zamanda içsel teşvikleri azaltmak için para ödülü de kullanılabilir. Deci bu durumu “belli ödüllendirme, tanıma ve geri bildirim türlerini içeren sinerjik dışsal motivasyonların, içsel motivasyonu zayıflatmayacağı” görüşüyle savunur.

### **2.3.6. Motivasyonun modern durumlar içinde ele alınması**

Modern bağlamda motivasyonu ele aldığımızda karşımıza ilk olarak şu soru çıkar. Sporcu ne ister ? Yeni yapılan tartışmalar ve akademik çalışmalar bu soruya birden çok cevap versede bu tez yazarının kendi özgeçmişinden gelen deneyimle cevaplanabilecek bu soru bir çokta değişik problemi beraberinde getirir. Bu sorunun cevabı kişisel verilere dayandığında şu şekilde verilebilir; finansal bir ödül vermenin performans sonuçlarına bir geri dönüşü olduğu aşikar olmasına rağmen birçok sporcu kendilerine yönelik takdir ifade edildiğinde içsel motivasyonunun artması dışsal faktörlere göre çok daha etmen ve etikili sonuçlar doğdurduğu gözlemlenebilir. Sporcunun içsel motivasyonunun güçlü, dengeli ve uygun olması durumunda dışsal ödüllerin olumlu katkı sağlayacağıda su götürmez bir gerçektir. Ancak bu iki teşvik türü arasındaki oranların tutarlı olması bu konuda çok önemlidir. Bununla birlikte eğer içsel teşvik kararlı değilse, dışsal motivasyon faktörleri tarafından desteklenmesi, teşvik edici olan bir durumu dramatik bir şekilde tersine çevirebilir. Özgüven odaklı sporcuların özünde

uyarıldığı ancak üst alt kademesi içinde altta bulunan sporcu türünün dışsal uyarılmasından daha iyi sonuçlar doğması daha kuvvetle muhtemeldir.

Ancak birçok sporcu içsel ödüllendirmenin daha etkin olduğunu ve sporcu motivasyonu üzerinde daha güçlü bir etkiye sahip olduğuna inanmaktadır (13). Bu açıdan bakılacak olursa iyi performans gösteren bir sporcu eğer ödüllendirilirse bu durum perçinlenebilir. Bu sebepten spor yöneticileri ve müsabaka temsilcileri sporcu için dışsal teşvik'in yanında sporcu için bireysel heyecan uyandıran ödüller ve ödüllendirme sistemleri geliştirmelidir. Ayrıca hem sporcular hem de antrenörler sporcu için yararlı bir müsabaka havası yaratmalıdırlar. Bu ödüllendirme sistemleri sporcunun ırk, din ve cinsiyetine uygun durumlarda derlenmeli ve bunun sonucunda çıkan yöntemlere ve ödül sistemlerine başvurulmalıdır.

### **2.3.7. İçsel motivasyon faktörleri üzerine tartışmalar**

İçsel motivasyonun sporcular üzerine etkisi tezin bu bölümünde çeşitli yazar ve düşünürlerin desteklediği unsurlarla analiz edilecektir. Bu tezin okuyucuları daha önceden finansal olmayan motivasyon faktörlerinin etkili olduğu şirketleri örneklendirebilir ve bu konuya organik bir bağlantı sağlayabilir. Bu tarz motivasyon oluşturmada başarılı olan spor takımları ve milli takım oluşumlarında bu konuşmaya dahil edilebilir ve örneklendirilebilir. Son birkaç yıldır, bağımsız çalışmalar göstermiştir ki bir spor dalında ve özellikle güreşte başarılı olmak için ödüller almanın gerekliliğinin farkında olanların, bu tür bir ödüllendirme sistemine gerek duymayan veya bu konuda bir ödülün haberi olmayan sporculardan daha az başarılı olduğu kanıtlanmıştır (14). Farklı bir araştırmaya göre ankete katılan katılımcıların neyi önemstedikleri sorulduğunda finansal getirinin birinci değil beşinci ve altıncı geldiği görülmüştür (11). Psikoloji dalında doktora sahip olan Amabile 93 yılında yaptığı bir çalışmada ödüllerin veya getirilerin yaratıcılığı kötü yönde etki ettiğini gözlemlemiştir. Bir motivasyon planının gerçekçi ve ulaşılabilir olması için sporcuların gerçek ihtiyaçlarına yönelik bir plan olması önem arz etmektedir. Araştırmalar ayrıca üç ayrı deneme sürecinde kontrol edilen 9 iş grubundan 8'inin daha yüksek teşvik yönüyle yaklaşmasının diğer iş gruplarına göre daha kötü sonuçlar verdiğini ortaya koymuştur (20). Antrenörlerin sporcu motivasyon planlarını yeniden gözden geçirmesi için ek bir neden ise süregelen geçmişten gelen motivasyon yöntemlerinin günümüz müsabaka şartlarında güncellemeye ihtiyaç

duyulduğunun görülmesiyle önem kazanmıştır. Son olarak bir sporcu takım veya ortam değiştirirken bir liderin varlığını göze aldığı bilinmektedir. Bu tür kararları verirken sporcular finansal getirilerden çok takım içerisinde veya girdikleri takımdaki genel içsel motivasyon desteğini göz önünde bulundururlar.

Son olarak, bir kişinin iş yerini değiştirirken bir liderin desteği ve takdiri belirleyici olabilir. Bu arada, bin yıl öncesi maaş seviyesinde büyüme olasılıklarıyla daha fazla ilgilenmektedir. 2011'den yapılan diğer araştırmalara göre, (27) katılımcıların sadece %5'i rüya işlerinde maaştan ödün vermeyeceklerini beyan etmişlerdir. Bulgular göstermektedir ki sporcular dışsal unsurlardan ziyade içsel faktörlerle mutlu olurlar. Sporun ana direği olan mutluluk ve spor yapma isteği bu içsel faktörlerle bire bir bağlantılıdır. Bu yüzden spor yöneticileri yukarıda tartışıldığı gibi sporcular ve bu tezin konusu olan güreşçiler etrafında, içsel motivasyonu arttıracak ortamlar oluşturmalarıdır.

Konunun dışından bakıldığında ve spor dünyası olarak değil iş dünyası olarak değerlendirildiğinde motivasyon çeşitleri benzer sonuçlara gebecektir. İş dünyası bilimin uygun olduğunu gösterdiği şeyi takip etme ve uygulamaya son 10 yıllık süreçte başlamıştır (18). Ayrıca Deci özellikle heyecan yaratan ve etkileyici olmayan dışsal faktörlerin birbirine ihtiyaç duyduğundan bahsetmiştir (12). Pink'e göre motivasyon farklı şekil ve biçimlerin var olduğu zamanlarda bölünüp incelenebilir. Şimdiye kadar sporcular için en önemli olan başarı ve sağlık konseptleri bu tür durumlarla birebir bağlantılıdır ve bir sporcunun geçmişini ve geleceğini bu tür yaklaşımların verdiği sonuçlar etkileyicidir. Yine 21. yüzyılda yapılan çalışmalar sporcuların katıldıkları müsabakalara derin anlamlar ve özerklik yani bireysel başarının anlamı olduğu durumlarda yaptıkları işe daha konsantre olduğunu yine bu durumlarda finansal ödüller ve çıkarımların bir teşvik yöntemi olarak yetersiz olduğunu ortaya koymuştur (20). Müsabaka başarısı üzerinde sporcu ödüllendirmek önemli olsada bu tür ödüller takımların ve spor yöneticilerin ilgili tek sorumluluğu asla değildir. Edward Deci, Ryan ve bu tezde alıntı yapılan bir çok motivasyon üstadı, işleri ne zaman ve nasıl yapacaklarını ve işlerini yaparken ne zaman ve nasıl yapacaklarını anladıklarında insanların daha iyi işler yaptığını kanıtlayan gözlemlerde bulunmuştur. Yukarıda geçen motivasyon adımları sporcunun önüne çıkan herhangi bir görevde yardımcı olabilir. Bu ve bunun gibi örneklendirdiğimiz birçok bulgu Pink gibi düşünürlerin önderliğini yaptığı motivasyonda bireysellik, otonomi ve amaç dahil olmak üzere içsel teşvik faktörlerinde yer alınan formüllerin daha uygun teshir ettiğini ortaya koymuştur.

### **2.3.8. Yeterli, Aşırı, Yetersiz ve Amotivasyon**

#### **2.3.8.1. Genel ve Özel Spor Motivasyonu**

Genel spor motivasyonu bir bireyin yada sporcunun, sporu kullanarak çevre edinme veya yine sporla ilgilenen arkadaş ve takım arkadaşı edinmesi durumudur. Başka bir açıdan bakarsak genel spor motivasyonu birçok akademik çevrenin kabul ettiği gibi, kişinin yada sporcunun spora giriş sebeplerinin tümüdür. Örnek verecek olursak; bir bireyin açıkça yaşaması gereken bütün psikolojik ihtiyaçların, toplumda veya bir takımda etkin ve aktif olma arzusunun, bireysel özelliklerinin farkına varma ve bunlara etkin ve kontrol etme arzusunun, sözel araçlar yerine kendini aktiviteyle anlatma duygusunun, ün, haz, saygınlık ve bu tezde sonraki bölümlerde bahsedilecek olan ego uyum tatmin durumlarının tümüdür. Bir oyuna hakim olma ve bu oyun çeşidini bireysel ve özel yöntemlerle gerçekleşmesinin tamamıdır. Öte yandan özel spor motivasyonu, kişinin içsel ve bireysel ihtiyaçlarından çok spora yöneliminin biyolojik faktörlerle anlatılması ve anlaşılması halidir. Bir bireyin hareket etme, oyun oynama, kalp atışlarının hızlanması ve bir sportif aktivite yapmanın hazını duymanın açıklanması halidir. İnsanın temel dürtülerinden olan sağlıklı olma, çevresine göre güçlü olma ve bir disiplin dalını mükemmelleştirerek performansı arttırmada özel motivasyon çeşitlerinin arasındadır.

#### **2.3.8.2. Aşırı Motivasyon**

Aşırı motivasyon, sportif müsabakalardan önce oluşan başlama stresinin terimleşmiş halidir. Başka bir şekilde açıklarsak, aşırı motivasyon spor müsabakalarından önce gereğinden fazla motive olma ve bunun normal koşullarda oluşmayacak durumlara sebep olup genel performansın önüne geçmesi halidir. Yapılan araştırmalar göstermektedir ki aşırı motivasyon, diğer motivasyon türlerine bakıldığında başarısızlığı en çok tetikleyen motivasyon türlerinden biridir. Performansın önem arz ettiği spor dallarında sporcunun içsel ve dışsal motivasyon türleriyle tetiklenmesi ve bunun yapılan müsabakalarda olumlu etkiler göstermesi hedeflenir. Ancak diğer motivasyon türlerinden farklı olarak aşırı motivasyon, çoğu durumda yardımdan çok zarar verdiği bilinen bir gerçektir. Yukarıdada bahsedilen başaramama korkusu yada müsabakalardan önce sporcunun kendine sorduğu “ya başaramazsam” sorusu bu tür motivasyon çeşidinin en önemli göstergeleri ve sebeplerinden biridir. Bu genel stres ve başarı

korkusu durumu sporcu performansının önüne geçer ve sporcuda genel bir güvensizlik durumuna sebep olur. Ancak bu durum ancak spor motivasyon seviyesinin çok yüksek olduğu sporcularda görünür.

Aşırı Motivasyonun, psikolojik etkilerinin spora ve sporcu performansına negatif etkileri aşıkarsa da, bu konu incelenirken bu tür motivasyonun fiziksel etkilerinden de bahsetmek gerekir. Genel geçer spor tartışmalarında çokca belirtilen bu fiziksel özellikler kısaca:

Kalp ritminin kontrolsüz ve hızlı bir şekilde değişmesi,

Normal uyarılmanın üzerine çıkan aşırı uyarılma durumu,

Vücutta genelde el ve ayaklarda titreme ve bu titremeyi kontrol edememe,

Müsabaka anında karar verme mekanizmasının bozulması ve algıda güçlük,

Vücudun geneline vuran isteksizlik ve halsizlik durumu,

Sporunda en çok kullanılan uzuvlardan el ve ayakta terleme ve kordinasyonun bozulması,

Gibi bir çok semptom aşırı motivasyonun fiziksel etkileri arasında gösterilebilir.

### **2.3.8.3. Yeterli Motivasyon**

Yeterli motivasyon, bir sporcunun bu tezde konu alınan ve bahsedilen motivasyon çeşitlerini, kendi yararlanabilecek şekilde kullanması ve bunu aşırıya yada aza kaçmadan kullanabilmesi durumudur. Yeterli motivasyona sahip sporcular, çıkacakları antrenmanlara veya müsabakalara hem psikolojik hem de biyolojik olarak hazırdırlar. Sporun doğasında olan mücadele etme ve yenme durumu için gerekli enerjisi ve içsel motivasyonu vardır. Bu tür sporcular aşırı motive olmuş sporculara göre streslerine hakim olabilir ve bu stresi görmezden gelerek müsabakalarına konsantre olabilir.

#### 2.3.8.4. Amotivasyon ( Yetersiz Motivasyon )

Amotivasyondan bahsetmek ve bu konuyu doğru şekilde ele alabilmek için bu tezde daha önce belirtilen ve tartışılan Kendini belirleme teorisinin ( Self Determination Theory ) amotivasyon üzerine tespitlerini ve tanımlarını tartışmak gerekir.

Kendini belirleme teorisi, kendi kaderini tayin etme sebepleri veya davranışlarının bir sporcuyu yada bireyi tam anlamıyla hangi ölçüde etkilediğini ve değişen ve bu tezde de üstünde durulan farklı çeşit motivasyon türleri arasında ayırım yapmak için oluşturulan merkezi bir teoridir.

Bu teori içerisindeki farklı çeşit motivasyon türleri yani özerk ve kontrollü motivasyon gibi türlerden çok amotivasyonun yeri tezin bu bölümü için daha önemlidir. Özerk ve kontrollü motivasyon amotivasyonun tam anlamıyla zıttıdır. Bu teoriye göre amotivasyon bireyin:

Gerekli davranış ve çabayı sarf etmek konusundaki özgüven eksikliği,

Yürülükte olan ve kabul gören davranış biçimlerinin ve bunların sonuçlarının algılanmasının azlığı,

Yapılan aktivitenin değerlendirilmesinden yoksun olmasından dolayı niyet ve motivasyon eksikliğini temsil eder.

Bir sporcu eğer duygusal hale geldiğinde veya spor aktivitesine olan ilgisi azaldığında performansı düşüyor ve aktiviteyi yapmaktan vazgeçiyor ise amotivasyon durumu içerisinde. İsteksizliğin yanında eğer takım ve takım arkadaşlarına karşı uyumsuzluk ve düşük niyet içerisinde ise bu durum sporcunun amotivasyon hali içerisinde olduğunu gösterebilir.

Bu teori insan davranışlarının büyük çoğunluğunun motivasyon veya motivasyon eksikliğinden kaynaklandığı görüşünü savunur. Bu nedenle spordan muzdarip sporcular, eğer kendinde spora katılım için bir heves bulamıyor ise bu çoğunlukla amotivasyon halinden kaynaklıdır. Sporda sürekli başarısızlık ve konulan içsel ve dışsal hedeflere ulaşamaması, bir

sporcuu amotivasyona itebilir (19). Sporcuu amotivasyona itecek bazı durumlar ise şöyledir:

*Sporcunun içsel ve dışsal faktörler tarafından yeteri kadar etkilenmemiş ve güdülenmemiş olması,*

*Bulunduğu takım ortamının veya takımın başarıya aç olmaması,*

*Sporcunun katıldığı müsabakayı önemsiz bulması,*

*Spor müsabakasında karşılaşılabilecek takım yada sporcunun kendinden aşırı güçlü bulunması,*

*Doğru motivasyon çeşitlerinin kullanılmamasından kaynaklanan yenilgiyi başta kabullenme durumu,*

*Güçlü olan rakip durumunun yanı sıra karşıdaki takım ve oyuncunun fazla güçsüz olmasıdır.*

Amotivasyon haline girmiş sporcu ve takımların motivasyonu ve isteği çok düşüktür. Bu motivasyon düşüklüğü sporcu ve müsabaka performansına direkt ve kötü olarak etki eder. Psikolojik belirtilerini sıraladığımız bu motivasyon halinin sporcu üzerindeki en büyük etkilerinden biride biyolojik ve fizyolojik etkileridir. Bunlardan birkaçı şu şekildedir:

*Yavaş ve normalden daha isteksiz davranma,*

*Vücudun genel bir halsizlik ve uykusuzluk durumu içerisinde olması,*

*Sporcunun rakip veya müsabakaya karşı uyuşuk davranmasıdır.*

Bu bahsedilen psikolojik ve fizyolojik etmenler, motivasyon seviyesinin düşürür ve sporcunun spordan aldığı haz durumunun önünü keser. Bu durum üzerine müsabakaya veya sporun kendisine konsantre olamayan veya istek duymayan sporcu amotivasyon durumuna düşer. Bu durum kendini dramatik bir şekilde müsabakalarda, elemelerde ve antrenman ortamında belli eder. Sporcunun spesifik bir karşılaşma üzerine duyduğu amotivasyon ile genel yaptığı spor branşına karşı duyduğu amotivasyon farklılık gösterir. Öyle ki eğer sporcu bir müsabakaya özel olarak amotivasyona düşer ise ileriki müsabakalarda bu durumdan çıkabilir veya kendini yeniden motive edebilir. Ancak eğer sporcu yaptığı spor disiplinine karşı genel bir amotivasyon haline düşer ise, bu genel bir başarısızlık yada sporcunun sporu bırakması durumuna kadar ilerleyebilir.



### 2.3.8.5. Başarı Motivasyonu

Başarı motivasyonu, (19) McClelland'ın 1961 deki çalışmaları ve Harward üniversitesindeki meslektaşlarıyla beraber geliştirdiği bir terimdir. Bireylerin veya sporcuların mükemmelliğe ulaşmak için denediği ve uğraştığı yollar bu konunun ana temelidir. Başarı motivasyonu, sporcunun mükemmeli elde etmek için peşinde koşma hali olarak tanımlanabilir. Bu motivasyon süreci sporcularda başarı yolundaki zorlukları aşması için yardımcı ve destekleyici faktörlerden biridir. Bir sporcunun başarıya duyduğu açlık, azim ve bağlılık ayrıca yine sporcularda daha yükseğe ve daha ileriye gitme isteği başarı motivasyonunun başlıca özelliklerindedir. Sporcunun iddialı hedeflere ulaşma ve olumlu geri bildirim alma konusundaki güçlü duygu ve arzuları başarı motivasyonunu ve başarı ihtiyacını daha iyi tanımlamamıza yardımcı olmuştur. Yine bu bağlamda başarı motivasyonun bir sporcunun bağlılık ihtiyacını ve bireyin bir yere ait olma ve takdir görme isteği ile bire bir bağlantılı olduğu gözlemlenmiştir. Güç ve başarı ihtiyacı, çoğu akademik çalışmada bireyin yada sporcuların çevresindeki diğer insanlar ve nesnelere üzerinde kontrol ve otorite sahibi olma arzusu olarak da tanımlanabilir (20). Benzer şekilde Murray (21) 1938'de yayınladığı makalesinde başarı motivasyonunu bireyin ihtiyacı olarak tanımlamıştır.

Başarı motivasyonu konusunda Murray zor bir şey başarmak. Fiziksel nesnelere, insanları veya fikirleri ustalaştırmak, manipüle etmek veya organize edebilmek. Ayrıca bunu olabildiğince hızlı ve bağımsız olarak yapmak. Engellerin üstesinden gelmek ve yüksek bir standart elde etmek. Kişinin kendi içinde mükemmel olmak. Başkalarına karşı çıkmak ve önüne çıkan engelleri aşmak. Yetenekli bir şekilde ve yine başarılı bir şekilde egzersiz yaparak, kişinin kendi özsaygısını arttırması tanımında bulunmuştur (22). Başarı motivasyonunu insani gelişme için temel bir bileşen olarak bir çok akademisyen ve düşünür tarafından görülmüştür. Bununla birlikte McClelland bu durumun başarıların sayısı yada büyüklüğü ile ilgili olmadığı aksine bireyin başarıya ulaşma arzusunun bir ölçütü olduğunu savunmuştur. McClelland, başarı motivasyonunu aşağıda başarı düşünce ve tepkilerine bağlamıştır .

### 2.3.8.5.1. Başarı Görüntüleri

Aşağıdaki maddelerden biriyle ortaya çıkabilecek mükemmeliyet ve garanticilik arzusu:

Başkalarıyla rekabet,

Kendi ile rekabet,

Benzersiz başarılar,

Uzun süreli katılımdır.

**İhtiyaç** - Bir şey elde etme arzusu.

**Eylem** - Mükemmelliğe ulaşmak için eylem planı.

**Başarı umudu** - Başarıya ulaşmadan önce hissedilen umut.

**Başarısızlık Korkusu** – Başlamadan önce başarısızlık düşüncesine duyulan duygu.

**Başarı Duyguları** - Başarıdan sonra iyi hisler.

**Başarısızlık Duyguları** - Başarısızlıktan sonra duyulan duygular.

**Dünya Engelleri** - Başarıya müdahale eden dünya engelleri ve tümsekler.

**Kişisel Engeller** - Başarıya müdahale eden kişisel engeller.

**Yardım** - Başarıya ulaşmak için aranan ve elde edilen destek.

McClelland 1961'deki makalesinde başarı motivasyonunun bileşenlerini ve birbiriyle ilişkilerini aşağıdaki davranışlarla açıklamıştır (19).

**Orta Riskli Risk Alma** - Orta derecede risk içeren faaliyetlerde bulunmaya ve bu faaliyetlere katılmaya çok ihtiyaç duyan bireyler.

**Kişisel Sorumluluk** - Yüksek başarılar, başarı ve başarısızlıklarıyla ilgili kişisel sorumluluk alabilecekleri faaliyetlere katılmaktan hoşlanan bireyler.

**Çevrenin Araştırılması** - Bireylerin amaçlarına ulaşma yollarını keşfetme niyeti ile çevreyi aktif ve bilinçli bir şekilde araştırması.

Tematik İdrak Testi geleneksel olarak başarı motivasyonunu değerlendirmek için kullanılmıştır (19). Tematik idrak testi kişilik özelliklerini değerlendirmek için belirsiz uyarıcılardan yararlanan kişi özelini yansıtıcı bir tekniktir. Uyarıcılar, verilen konuların bir kartla anlatıldığı ve bu kartların birleşip bir hikâyeyi anlattığı bir dizi resim ve fotoğraf içerir.

McClelland üstü örtülmüş veya saklanmış başarı düşüncelerini ve ayrıca sporcu davranışlarını değerlendirebilmek için bu yönteme ve araçlara başvurmuştur. Bu değerlendirmenin sonunda, sporcunun başarı nedenleri tanımlanır ve bunlar başarıya duyulan ihtiyaç, üyelik ihtiyacı ve iktidar ihtiyacı olan alt başlıklardan birine yerleştirilirdi. McClelland ve akademisyen arkadaşları, başarı motivasyonunu başarılı bir şekilde çalışmak ve sonuç alabilmek için kullandığı bu testler sonunda, başarı motivasyonunu; başarılı bir sonuç için çalışmak ve içsel isteği arttırmak olarak tanımladı. McClelland bu kavramı, başarıya ulaşmak için bireyi yönlendiren ve çoğu zaman doğuştan veya sportif öz geçmişten gelen bir güç olarak tanımlamıştır (19).

Aşağıda başarı motivasyonu ile ilgili teoriler, teorik bilgi ve kuramlar vardır.

#### **2.3.8.5.2. Yaklaşım ve Kaçınmaya Bağlı Başarı Motivasyonunun Hiyerarşik Modeli**

Bu modele göre, başarı motivasyonu “yeterlilik etkisi ile kavrama ve davranışın yükseltilmesi, enerjik hale getirilmesi ve yönlendirilmesi” olarak tanımlanmıştır (22). Bu başarı motivasyonu tanımını değerlendirmek için dört farklı alt başlık tanımlanmıştır:

Ustalık Hedefleri: Yeterlilik gelişimine odaklı hedefler.

Performans Yaklaşımı: Yetkinlik ve beceriye karşı pozitif muhakemenin geliştirilmesi.

Performanstan Kaçınma: Olumsuz yargılardan, geri bildirimlerden kaçınmaya odaklanma.

Ustalık ve Performans: Yaklaşan hedeflerin içsel motivasyonu kolaylaştırdığı ve yüksek başarı motivasyonu ile ilgili ilişkisi bulunan durum.

Yeatts ve Lochbaum (23), 258 sporcu öğrencinin üzerinde yaptığı kişilik tarzı ve başarı motivasyon etkisi araştırmasında, tezin bu bölümünün konusu olan hiyerarşik yaklaşım ve kaçınma modelini kullanmıştır. Bu çalışmada yine aynı çalışmada verdiği tanımın sporcu öğrenciler üzerine örneklemesi yüzde elliden fazla olmuştur. Bu yaklaşım odaklı ve sporcuların yetenekleri hakkında olumlu yargıda bulunulan durumlarda, başarı hedefleri ve ustalık hedeflerinin yükseldiği bire bir gözlemlenmiştir. Bu çalışmada Elliot (22) üniversiteye giden atletlerin genel durumunu gözden geçirmiştir.

Yukarıda ele alınan çalışmada başarı motivasyonuna ilişkin seçilmiş birden fazla kuram, teori ve gözlem verilmiştir. Bazı araştırmacıları, başarı motivasyonunu; ulaşma ihtiyacı ve kişisel arzu gibi içsel faktör bakış açısından ele alırken, birçok karşıt görüşü savunan akademisyen ve düşünür dışsal faktörlerin yani ödül ve primin olduğu görüş biçimini savunmuştur.

### **2.3.8.5.3. Başarı Motivasyon Eğitimi**

İnsan motivasyonun ve bu bağlamda sporcu motivasyonunun temelleri, kendini değiştirme kabiliyeti ile birebir birbirine bağlıdır. Benzer şekilde, planlama ve hedef motivasyonları, verimli çalışma alışkanlıklarının değiştirilmesiyle başarı motivasyonu haline gelebilir. McClelland (19), başarı motivasyon eğitim programlarının girişimciler arasındaki başarı oranları ve düşüncelerini arttırmak için en önemli araçlardan biri olduğunu savunmuştur. Yine aynı yazar bir yetişkinin başarıya ulaşma ihtiyacının kısa sürede artabileceğini belirtmiştir. Başarı motivasyonu eğitim programları, spor çerçevesi dışından bakıldığında, eğitim verilen insanlarda daha sonradan iş ve endüstride başarılı çalışmalar çıkardığını kanıtlamakla beraber akademik ortamda da bunun değeri gözle görünür bir şekilde görüldü. Başarı motivasyonu için eğitim programlarının uygulanması, ortaokul ve lise öğrencilerinin arasında akademik performansı arttırdığı gözlemlendi (25). Yine aynı şekilde lisans ve yüksek lisans öğrencileri arasında da bunun dramatik bir iyi gidişe yönlendirdiği başka çalışmalarda gözlemlendi (24). Yapılan bir araştırmada başarı motivasyonu eğitimlerine katılan dokuzuncu sınıf öğrencileri arasında odak kontrolünde artış gözlemlendiğini bildirmiştir (27). Benzer araştırmalar, başarı hedeflerini ve eylem stratejilerinin iyi öğretildiği on ikinci sınıf öğrencileri arasında da aynı sonuca varıldığını bildirmiştir.

Lopez (26), ağırlıklı olarak İspanyol vatandaşı olan ilkökul öğrencilerine, başarı motivasyonu eğitimi uygulamıştır. Bu araştırmanın sonucunda başarı motivasyonu kavramlarının ve kuramlarının ilkökul seviyesinde ki öğrencilere uygulanabileceği anlaşıldığı gibi olumlu sonuçların alındığı da bildirilmiştir. Başarı motivasyonu eğitimi programlarında kanıta dayalı bir uygulama sistemi geliştirildiğinden ancak aşağıdaki standartların bu tür eğitim seviyesini kaldırabildiği gözlemlenmiştir:

Rastgele Program Uygulaması,  
Farklı Öneklerle Etkinlik,  
Açık Bir Şekilde Tanımlanmış Bağımsız ve Bağımlı Değişkenler,  
Seçilen Bir Programın Pratik Uygulamasının Gösterilmesi,  
Sağlam Teorilere Dayandırılmış Uygulamalar,  
Güvenilirlik ve Birden Fazla Kültüre Hitap Etmedir.

McClelland (19), belirli kültürlerin yüksek başarı odaklı ve bu konuda daha hassas olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca McClelland aile ve kültürel değerlerin başarı motivasyonuna bire bir etki ettiğini savunmuştur. Aile faktörü, kültürel farklılıklar ve toplumlar arasındaki ilişkilerin önemli olduğunu vurgulayan McClelland, Vietnam’da yaptığı bir araştırmada ergen yaştaki bireylerin başarı motivasyonunun yine bu faktörlerle çok güçlü bir bağı olduğunu belirtmiştir. Başka bir akademik çalışmada ise, okuldaki ebeveyn katılımının ergen bireyler üzerinde negatif bir etki uyandırdığını gözlemlemiştir (24). Yapılan bir araştırmada, Türkçe öğretmenlerinin diğer alandaki öğretmenlerden daha yüksek bir başarı motivasyonu etkisi yaptığını gözlemlemiştir (26). Gelişmiş ve yüksek eğitim düzeyine sahip olan Türk erkeklerinin, kadınlara göre daha fazla başarı motivasyonuna ihtiyaç duyduğu yine aynı çalışmada gözlemlenmiştir. Yine başka bir araştırmaya göre (27), ülkelerinde yaşayan Meksikalıların, başka ülkelerde yaşıyan göçmen çocuklarına göre başarı motivasyonunun daha yüksek olduğu tartışılmış ve doğru orantılı bir sonuca ulaşılmıştır.

#### **2.3.8.5.4. Başarı Motivasyonu ve Spor**

Nicholas’ın 1989’da ortaya attığı Başarı Hedefleri Teorisi, spor uzmanları arasındaki başarı ve beceri düşüncelerini yada davranışlarını incelemek için kullanılmıştır. Bu teori, sporcuların arasında başarı seviyesini arttırabilmek için uygun strateji ve planlar bulmayı amaçlamıştır (28). Bu teori, sporcuların sosyal etkiye dayalı iki adet hedef yönelimi tanımlamıştır. Bunlar; görev uyumu ve ego uyumudur.

Görev odaklı sporcuların, bireysel gelişim ve mükemmelliğe odaklandığı yine bu çalışmada ortaya konmuştur. Nicholas bu fenomeni “Görev katılımında, öğrenmenin daha içsel olarak değerli, anlamlı veya tatmin edici olduğu ve dikkatin, bireysellikten ziyade

uzmanlaşmak için gerekli olan görevlere ve plan stratejilere odaklandığını” söyleyerek açıklamıştır (28). Ego yönelimli bireyler ise başkalarıyla rekabet içinde çalışmakta ve diğer bireylerden daha iyi olmak için eğilim gösterdikleri belirlenmiştir. Ego yönelimli sporcu ve bireyleri özetleyen Nicholas “Öğrenme, akıllıca görünmenin ya da aptalca görünmekten kaçınmanın bir aracıdır. Ve aynı şekilde dikkat bu durumlarda bireyselliğe odaklanır” çıkarımında bulunmuştur (28).

Görev ve ego yönelimleri yüksek olan sporcularda yüksek düzeyde uyarlanabilir motivasyon stratejilerinin daha çok görüldüğü bulunmuştur. Durumlarına göre davranışlarını ve hareketlerini iyi şekilde ayarlayan bu tür sporcuların, antreman seansları sırasında daha yüksek görev uyumu ve rekabet sırasında daha yüksek ego uyumu olduğu gözlemlenmiştir. Balaguer ve arkadaşlarının, İspanyol ergenlerinin spordan aldıkları tatmin duygusu ve sosyal motivasyonunun başarı motivasyonu üzerindeki etkisini incelemiştir. Görev uyumu ve oryantasyonunun öğrenciler ve ergenlerin algıları üzerinde yüksek oranda etkisi olduğunu ortaya koyan bu çalışma, sporda sıkıntı ve ilgi eksikliği ile ego seviyesinin uyumlu olduğunu da eklemiştir (29). Ancak buna karşıt olarak Nicholas, hem görev hem de ego boyutlarının bir spor müsabakasında algılanan yeti ve yetkinliğin güçlü ve belirleyici bir faktörü olduğunu öne sürmüştür.

Başarı hedefi teorisinin ego ve görev uyum boyutları, sporcular arasındaki başarı ve başarısızlığın algısal farklılıklarıyla ilişkili olduğu bilinmektedir. Görev odaklı sporcuların bireysel performans incelemelerine dayandırıldığında başarılarını ya da başarısızlıklarını taklit etme olasılıklarının daha yüksek olduğu bu teorisin verdiği faktörler sonucu gün ışığına çıkmıştır. Öte yandan, egosu yüksek veya egoya yönelimi daha fazla olan sporcuların bir oyunun sonucuna daha çok odaklandığı da bir gerçektir. Daha önce de incelediğimiz gibi başarı ya da başarısızlık hissi, içsel veya dışsal motivasyon faktörlerinin belirtileriyle örtüşebilir. Profesyonel sporcular, başarısız olmalarının ve kendilerini hayal kırıklığına uğratan sonuçları, yine sporcunun kendi ailesine olan utancı ve hayal kırıklığı ile ilgili olduğunu biliyoruz. Olimpiyata girmiş sporcuların motivasyon süreçlerini araştıran niteliksel bir çalışmada, sporcuların yüksek başarı düşüncesine sahip oldukları gözlemlenmiştir (29). Sporcular, sponsorlar ve bu tezde üzerinde durduğumuz antrenörler gibi dış etmenler ve etkenler tarafından belirlenen bir hedeften ayrı olarak kendilerinin belirlediği bir hedefe ulaşmaları halinde haz, eğlence, memnuniyet ve coşku halinin daha belirgin olduğunda yine bu çalışmalarda gözlemlenmiştir.

Öğrenci sporcular, üniversite deneyimlerini çok belirgin ve anlaşılabilir şekilde benzersiz kılan bir çok sorunla karşılaşır. Spora dahil olma öğrencilere mükemmel bir tatmin ve haz tanıma şansını sunar. Bununla beraber, spora dahil olma, sıkı antrenman yapma, kararlılık, bireysel yönetim, turku ve odaklanma gerektirir. Danışman eğitimciler, eğitmeni antrenörler sporcu öğrenciler motive etmek ve daha iyisini alabilmek yada başka bir deyişle sporcu öğrencilerin içindeki potansiyeli en yüksek seviyeye çıkarabilmek için bu tezde bulunan ve bahsedilen başarı motivasyonu kavramlarını kullanabilirler.

#### **2.3.8.5.5. Sportif Özgeçmişin Motivasyona Etkisi**

Kuru ve arkadaşlarının yaptığı bir araştırmada, Türkiye derecesi olan, uluslararası derecesi olan ve derecesi olmayan sporcular; (30) Güç Gösterme Güdüsü, Başarıya Yaklaşma Güdüsü ve Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü başlıkları altında incelemeye tutulmuşlardır.

Bu araştırmada ele alınan sporcuların sportif özgeçmişleri ve bunların indeks hesapları alınarak matematiksel çıkarımlarda bulunulmaya çalışılmıştır. Yine bu çalışmaya göre güç gösterme güdüsünün en yüksek olduğu grubun Türkiye derecesi olan grup olduğu ve bunu derecesi olmayan sporcuların onuda uluslararası dereceye sahip olan sporcuların izlediği ortaya çıkmıştır. Bu durum Türkiye derecesi olan sporcuların derecesi olmayan veya uluslararası dereceye sahip olan sporculara göre güç gösterme konusunda daha motive olduğunu göstermektedir. Bu durum Türkiye derecesi olan sporcuların, uluslararası dereceler elde etmek için daha motive olduğunu göstermektedir. Öyle ki bu tür bireysel hedefler içsel dürtülenmeye sebep olacağından bu sporcuların başarı motivasyonunda bu yönde daha fazladır. Kuru ve arkadaşları aynı tür sporcuların başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçınma güdüsünü incelediğinde sonuçlar farklı çıkmıştır. Öyle ki başarıya yaklaşma güdüsü konusunda yine en ön sırayı Türkiye derecesi olan sporcular almış olsalarda, bu başlık altında uluslararası başarısı olan sporcuların derecesi olmayan sporculardan daha çok güdülendiği görülmüştür. Aynı şekilde başarısızlıktan kaçınma güdüsüne bakıldığında da aynı sonuç görülmektedir. Bu durum özellikle derecesi olan sporcuların başarısızlıktan kaçınma adına bir içsel motivasyon halinde olduğunu gösterir. Bu durum derecesi olan sporcuların başarıya daha çok yaklaşmak için daha motive olduğunu ve yine aynı şekilde başarısızlıktan da özgeçmişe bakıldığında daha çok kaçındığını göstermektedir.

Bu araştırmada bahsi geçen sporcu gruplarının, sportif tecrübe ve antrenman sıklığı arasındaki farklar incelenmiştir. Sonuç olarak toplanan verilerden oluşturulan aritmetik toplam bu sporcu grupları arasında karşılaştırılmıştır. Alınan sonuçlar ise Türkiye derecesi olan sporcuların derecesi olmayan sporculara nazaran daha yüksek sportif tecrübe aritmetik ortalamasına sahip olduğunu ancak derecesi olmayan sporcuların antrenman sıklığının Türkiye derecesi olmayan sporculardan daha fazla olduğu görülmüştür. Yine aynı çalışmada uluslararası derecesi olan sporcuların diğer iki gruptan daha çok sportif tecrübe aritmetik ortalaması olduğu gözlemlenmiştir. Ancak antrenman sıklığına bakılırsa daha önce söylendiği gibi derecesi olmayan sporcuların diğer iki gruptan daha sık antrenman yaptığı ve uluslararası derecesi olan sporcuların Türkiye derecesi olan sporculardan daha az antrenman yaptığı gözlemlenmiştir (32).

Bu bilgilerin işığında anlaşılıyor ki derece seviyesi yükselen sporcuların antrenman yapma üzerine sağladığı motivasyon düşmektedir. Anlamlı bir ilişki kuralamayacak kadar düşük seviyelerde çıkan farklar olmasına rağmen bu durum değerlendirilmeye değerdir. Sportif tecrübesi daha çok olan sporcuların derece ve başarı durumlarında diğer gruplara göre doğru orantı seyrettiği grldği için, özgeçmişi diğerlerine göre başarılı olan sporcuların başarı motivasyonunun daha güçlü olduğu çıkarımında rahatlıkla bulunulabilir. Son olarak sportif özgeçmişin motivasyon üzerine etkisine genel olarak bakıldığında sporcuların dereceleri ve dlleri arttığında antrenman yapma isteğine daha az sahip olduğu ancak diğer sporculara göre daha başarılı olduğu çıkarımını yapmak doğrudur.

#### **2.3.8.5.6. Başarı Güdülenmesi Kuramı**

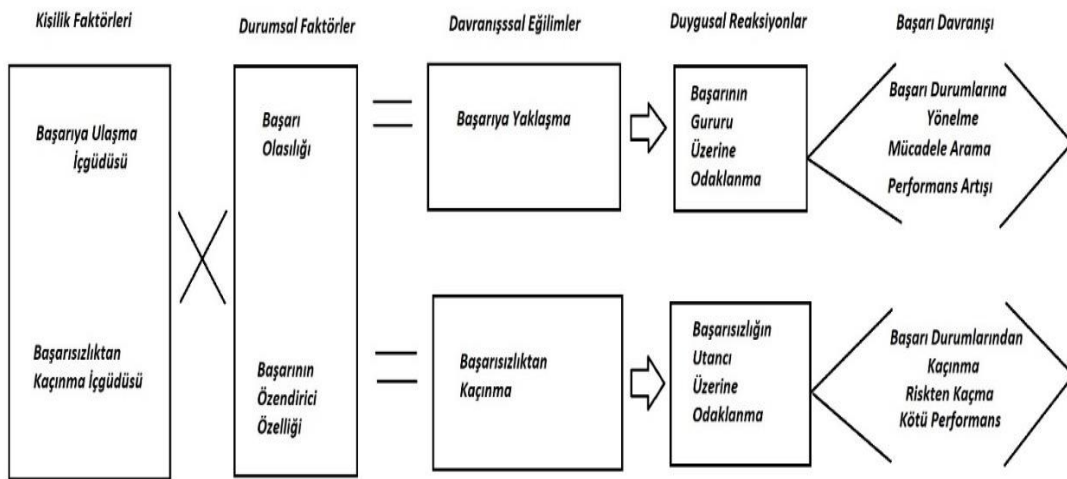
Murray, başarı motivasyonu veya güdülenmesi terimini, bir durumun veya işin üstesinden ustaca gelme veya bir işi eksiksiz yapma, önüne çıkan engellerin üstesinden gelme ve yine aynı işi rakiplerinden daha iyi yapma olarak tanımlamıştır. Murray ve McClelland dışında bir çok akademisyen ve psikolog, güdülenme ve tezin bu kısmının konusu olan başarı güdülenmesi konusunu birden fazla yolla açıklamışlardır. Gill başarı güdülenmesini “görevi başarmaya uğraşmak ve başarısızlık karşısında yılmadan devam etmek” olarak açıklamıştır. Yine bu konuda Cox “spor ve sporcu ortamında sporcuların bir müsabakaya güdülenmesi ve müsabaka durumuna yaklaşma” olarak görüş belirtmiştir. Sporcu hayatındaki başarı güdülenmesi durumu genel olarak rekabetçilik olarak da isimlendirilebilir. Rekabetçi olma



durumu Martens ve arkadaşları tarafından “Değerlendirici bireylerin bulunduğu durumlarda eksiksizlik ve mükemmelliyetçilik durumuyla paralel olan bir haz durumu” olarak açıklanmıştır (21).

### 2.3.8.5.7. McClelland – Atkinson Başarı Motivasyon Kuramı

Bu tezde de daha önceden tartışıldığı üzere başarı motivasyonu ve başarı güdülenmesi üzerine açıklanan ve çeşitli çevrelerce kabul edilen en geniş model, McClelland-Atkinson modelidir. Bu model başarı güdülenmesindeki en gerçekçi ve önemli kavramın başarı gereksinimi olduğunu söylemiştir. Bir sporcunun yada bireyin kendi başarı gereksinimini bilmesi, o bireyin başarı güdülenmesinin artmasına sebep olur. Yine bu modele göre, kişinin ilginç ve heyecanlandırıcı aktivitelere katılma arzusu, Başarıya Ulaşma Güdüsü, Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü, olarak adlandırılan faktörlerin bir parçası veya sağlayıcısı olduğu anlatılmaktadır. Yine bu kuramı beş küçük yapı taşı oluşturur. Bunlar aşağıdaki şekilde açıklanmaya çalışılmıştır.



**Şekil 1.** Başarı Güdülenmesi Modeli (10).

Yukarıda verilen şemada açıkça gösterildiği gibi başarı güdülenmesi teorisi, sportif davranış ve hareketlerin temeli olarak güdü durum ve hareketlerini görür. Bu güdü hareketleri, şekilde görüldüğü gibi üç şekilde adlandırılmaktadır.

*Başarıya Ulaşma Güdüsü:* Başarı halinde gurur duyma

*Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü:* Başarısızlığın bir sonucu olarak utanç yaşama ya da küçük düşme olarak açıklanmıştır.

Yapılan bir çalışmada başarısızlıktan kaçınma güdüsü ile spora aktif katılım isteği arasında negatif bir ilişki olduğunu bulmuştur (32). Ancak spora katılım ve müsabakaya katılım miktarı ile bu tezde tartışılan başarıya ulaşma güdüsü arasında pozitif bir ilişki olduğu yine aynı çalışmada kanıtlanmıştır. Atkinson'ın ortaya attığı kurama göre, kişilik faktörü yukarıdaki şemada gösterilen başarıya ulaşma içgüdüsü ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü arasındaki farktır. Durumsal faktörler olarak da düşünülebilecek olan bu güdülenme çeşitleri, başarı güdülenmesi konusunda göz önünde bulundurulması gereken faktörlerdendir.

Bir bireyin veya kişinin başarı olasılığı, kendine verilen görevdeki başarılı olma olasılığıyla doğru orantılıdır. Başarının özendirici hali ve durumu ise verilen görevin özel halini ifade etmektedir. Rekabet ortamında yarışma halinde olan sporcuların başarı şanslarına yönelik kişisel algı oluşturulmalıdır. Rekabetçi ortamın getirdiği durumlara bağlı olarak, teşvik ve motive etme değeri olmayan bir durum başarı olasılığı ile ilgili doğru orantıya sahiptir. Yani bu durumda teşvik veya motive durumlarından herhangi birisi yok denecek seviyeye gelirse bu durum başarı güdülenmesinde sifıra indirebilir. Bu ilişki tersten okunduğunda yani eğer motive ve teşvik durumlarının artması durumunda daha önce de dendiği gibi başarı güdülenmesinde artacağı su götürmez bir gerçektir. Bu açıklanan ilişki daha düşük başarı olasılıklarında başarının özendirici tarafının daha önemli ve büyük olduğunu yani başka bir şekilde sporcunun müsabakayı kazanacağına inandığı durumda bu güdülenme çeşidinin daha yüksek olacağını göstermektedir.

### 3. GEREÇ VE YÖNTEMLER

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, elit güreşçiler ile farklı branşlardaki sporcuların başarı motivasyon düzeylerini belirlemeye yönelik betimsel nitelikli genel tarama modelindedir.

#### 3.2. Araştırma Evren ve Örneklemi

Araştırma evreni, çeşitli uluslararası şampiyona ve turnuvalarda Türk milli takımlarında görev almış sporculardan oluşmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise çeşitli spor branşlarında rastgele yöntem ile seçilmiş toplam 226 elit sporcudan oluşmaktadır.

#### 3.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada demografik bilgiler için araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”, başarı motivasyonunu ölçmek için Willis (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından yapılan “Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlardan ilki *Güç Gösterme Güdüsü (power motive, POW)*, ikincisi *başarıya yaklaşma güdüsü (motive to approach success, MAS)* ve üçüncüsü başarısızlıktan kaçınma güdüsüdür (*motive to avoid failure, MAF*). Üç alt ölçek için alfa güvenilirlik katsayısı  $r=0,76$  ile  $0,78$  arasında, test tekrar güvenilirlik katsayısı ise  $r=0,69$  ile  $0,75$  arasında bulunmuştur. Türk sporcularına uyarlanması Tiryaki ve Gödelek Tarafından yapılmıştır. Güvenirlik analizleri sonucunda alfa güvenilirlik katsayılarını Güç Gösterme alt ölçeği için  $r=0,81$ , Başarıya Yaklaşma alt ölçeği için  $r=0,82$  ve Başarısızlıktan Kaçınma alt ölçeği için  $r=0,80$  olarak bulunmuşlardır (33).

#### 3.4. Verilerin Analizi

Veriler SPSS paket programı ile analiz edilmiştir. Veriler analiz edilmeden önce uygun test yöntemlerini belirlemek amacıyla normallik sınaması Kolmogorov smirnov testi ile test edilmiştir. Dağılımların normal olmadığı verilerde nonparametrik testler normal dağılım gösteren verilerde parametrik test yöntemleri kullanılmıştır. Bunun için ikili

karşılaştırılmalarda Mann Whitney U testi, çoklu karşılaştırılmalarda Kruscal wallis ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık derecesi Alpha  $p<0,05$  olarak ele alınmıştır.



#### 4. BULGULAR

Araştırma grubundan elde edilen veriler analiz edilerek tablolar halinde aşağıda sunulmuştur. Branşlara göre şampiyonaya katılım sayıları Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Araştırma grubunun katılmış oldukları şampiyona ve spor branşına göre dağılımları

Şampiyona Adı	Branş					
	N	%	Güreş	Atletizm	Halter	Taekwondo
Olimpiyat	4	1,8	3	-	1	-
Avrupa	135	59,7	64	26	23	22
Akdeniz	8	3,5	4	-	2	2
Türkiye Şampiyonası	23	10,2	22	-	1	-
Balkan Şampiyonası	9	4,0	5	4	-	-
Uluslararası Turnuva	37	16,4	33	4	-	-
İslam Oyunları	1	0,4	1	-	-	-
Cumhuriyet Kupası	5	2,2	4	1	-	-
Open (Açık)	4	1,8	-	-	-	4
<b>Toplam</b>	<b>226</b>	<b>100</b>	<b>136</b>	<b>35</b>	<b>27</b>	<b>28</b>

Tablo 1’e göre araştırma grubunda yer alan sporcuların en yüksek oranda sırasıyla, % 59,7’sinin Avrupa, % 22,6’sının Dünya, %16,4’ünün Uluslararası Turnuva ve % 10,2’sinin Türkiye şampiyonalarına katıldığı görülmektedir.

Araştırma grubunda yer alan sporcuların yaşa göre dağılımları Tablo 2’de verilmiştir. Tablo 2’ye göre araştırma grubunda yer alan sporcuların % 53,1’inin 18-21 yaş, %19’unun 22-25 yaş ve % 27,9’unun 26 ve üzeri yaş grubunda yer aldıkları görülmektedir.

**Tablo 2.** Araştırma grubunun yaş sınıflamasına göre dağılımları

Yaş Sınıflaması	N	%
18-21	120	53,1
22-25	43	19,0
26 ve üzeri	63	27,9
<b>Toplam</b>	<b>226</b>	<b>100</b>

Araştırma grubunda yer alan sporcuların kaç yıldır spor yaptığına ait dağılımları Tablo 3’de verilmiştir. Tablo 3’e göre araştırma grubunda yer alan sporcuların %25,7’sinin 2-6 yıldır, % 32,7’sinin 7-11 yıldır, % 20,8’inin 12-16 yıldır ve % 20,8’inin ise 17 ve üzeri yıldır spor yaptıkları görülmektedir.

**Tablo 3.** Araştırma grubunun kaç yıldır spor yapma durumuna göre dağılımları

<b>Kaç yıldır spor yapıyorsunuz</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>2-6</b>	58	25,7
<b>7-11</b>	74	32,7
<b>12-16</b>	47	20,8
<b>17 ve üzeri</b>	47	20,8
<b>Toplam</b>	226	100

Araştırma grubunda yer alan sporcuların kaç yıldır milli takımda oldukları Tablo 4’de verilmiştir. Tablo 4’e göre araştırma grubunda yer alan sporcuların %33,2’sinin 1-3 yıldır, % 27,0’sinin 4-6 yıldır ve % 39,8’inin 7 ve üzeri yıldır milli takımda yer aldıkları görülmektedir.

**Tablo 4.** Araştırma grubunun kaç yıldır milli takımda oldukları durumuna göre dağılımları

<b>Kaç yıldır milli takımdasınız</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>1-3</b>	75	33,2
<b>4-6</b>	61	27,0
<b>7 ve üzeri</b>	90	39,8
<b>Toplam</b>	226	100

Araştırma grubunda yer alan sporcuların spor branşlarına göre dağılımları Tablo 4’de verilmiştir. Tablo 5’e göre araştırma grubunda yer alan sporcuların %60,2’sinin Güreş, %15,5’inin Atletizm, %11,9’unun Halter ve %12,4’ünün ise Taekwondo ile uğraştıkları görülmektedir.

**Tablo 5.** Araştırma grubunun spor branşlarına göre dağılımları

<b>Spor Branşı</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Güreş</b>	136	60,2
<b>Atletizm</b>	35	15,5
<b>Halter</b>	27	11,9
<b>Taekwondo</b>	28	12,4
<b>Toplam</b>	226	100

Araştırma grubunda yer alan sporcuların yarışma kategorilerine göre dağılımları Tablo 4’de verilmiştir. Tablo 6’ya göre araştırma grubunda yer alan sporcuların % 33,2’sinin Yıldızlar, % 50,9’unun Gençler, % 5,3’ünün U23 ve % 10,6’sının ise Büyükler kategorisinde yer aldıkları görülmektedir.

**Tablo 6.** Araştırma grubunun yarışma kategorilerine göre dağılımları

Yarışma Kategorisi	N	%
Yıldızlar	75	33,2
Gençler	115	50,9
U23	12	5,3
Büyükler	24	10,6
Toplam	226	100

Araştırma grubunda ölçek maddelerinden aldıkları puan ortalamaları ve standart sapma değerleri Tablo 7’de verilmiştir. Tablo 7’ye göre araştırma grubunun ölçek maddelerinden aldıkları puan ortalamaları incelendiğinde sırasıyla “Sporda başarılı olmayı istiyorum”, “Yeteneklerini geliştirmek için fazladan antrenman yapan sporcuları takdir ediyorum” ve “İyi bir sporcu olmak benim için önemli değildir” maddeleri en yüksek değeri almıştır.

**Tablo 7.** Araştırma grubunun ölçek maddelerinden aldıkları puan ortalamaları

	Ölçek Maddeleri	$\bar{x}$	Ss
1	Takım arkadaşlarım oyundaki mücadeleciliğime saygı duyarlar	3,83	1,114
2	Maçtan hemen önce gergin oluyorum ve olduğum yerde duramıyorum	3,13	1,25
3	Takım arkadaşlarımı oyuna ısındırma becerisine sahibim	3,71	1,10
4	Zor bir antrenman anında çalıştırıcının takdiri bana zorluğu unutturur	3,87	1,14
5	Diğerleri beni önde gelen bir yarışmacı olarak görmüyorlar	2,62	1,36
6	İyi bir oyun çıkartmak heyecan veriyor	4,05	1,127
7	Takım arkadaşlarım liderlik yeteneğime saygı duyarlar	3,80	1,101
8	İzleyiciler varken daha iyi oynadığımı düşünüyorum	3,7	1,139
9	Takım arkadaşlarım kadar sert ve dayanıklı görünmüyorum	2,67	1,378
10	Takım arkadaşlarım iş bitiriciliğimi ve kararlılığımı beğeniyor	3,86	1,015
11	Diğer oyuncuların eğitilmesi için çok çaba gösteriyorum	3,66	1,189
12	Spordaki geçmiş başarılarımdan söz etmeyi sevmiyorum	3,32	1,28
13	Takım lideri olmaktan hoşlanıyorum	3,53	1,26
14	Maçta kendimi oyuna öylesine veriyorum ki geçici olarak gerçekle bağlantımı yitiriyorum	3,48	1,23
15	Kaybedilen bir maçtan sonra uyumakta güçlük çekiyorum	3,55	1,22
16	Bir maçı kazanınca kendimi çok tatmin olmuş hissediyorum	3,94	1,073
17	Bir maçtan önce sakin olmak benim için çok zor	3,33	1,279
18	Yeteneklerini geliştirmek için fazladan antrenman yapan sporcuları takdir ediyorum	4,12	1,05
19	İnsanların maç sırasında beni izlemelerinden hoşlanıyorum	3,96	1,125
20	Sporda başarılı olmayı istiyorum	4,53	,816
23	Sporda başarılı olmak için yıl boyu çalışmayı isterim	2,51	1,132
24	Amacım bir spor dalında önde gelen biri olmaktır.	3,52	1,28
25	Maç sırasında, maçı verebilecek bir hata yaparsam kendime gelmem biraz zaman alır.	3,96	1,177
26	İyi bir sporcu olmak benim için önemli değildir.	4,11	1,145
27	Bazen, maçı kaybettiğimizde günlerce bunu kendime dert ederim	3,26	1,214

28	Bir maçtan hemen sonra karnıma ağrılar girer.	2,15	1,421
29	Sportif kapasitemi beğenmiyorum	3,34	1,30
30	Çok yetenekli rakiplere karşı daha iyi oynadığımı sanıyorum.	2,3	1,279
31	En iyisini yapmak için çok çaba sarf ederim	2,43	1,25
32	Birisiyle maç hakkında konuşurken heyecanlanıyorum.	3,58	1,21
33	Tanınmak umuduyla spor branşında çok çalışıyorum.	4,09	1,02
34	Bir hata yaptığımda maçın geri kalan bölümünde bu beni çok üzüyor	3,29	1,38
35	Bir takım arkadaşımın oynamasına yararlı olacak önerilerde bulunmaktan hoşlanıyorum.	3,41	1,28
36	Başkaları için güç bulduğum bir görevin bana verilmesinden zevk duyuyorum	3,25	1,22
37	Bir maçtan önce olabilecekleri kendime çok dert etmiyorum.	3,75	1,27
38	Sezon dışında sporu unutmaktan hoşlanıyorum.	3,66	1,2
39	Maçtan önceki gece uyumakta güçlük çekiyorum	3,01	1,28
40	Başarıya açılan yol, şanstın çok daha fazla çalışmadan geçer.	2,63	1,36

Araştırma grubunun bazı değişkenlere göre analiz sonuçları Tablo 8,9,10,11,12 ve 13'de, verilmiştir.

**Tablo 8.** Araştırma grubunun yaş sınıflamasına göre analiz sonuçları

Yaş		N	$\bar{x}$	Ss	$X^2$	p	Fark U test
<b>Güç Gösterme Güdüsü</b>	18-21 yaş	120	3,31	,56	6,740	,034*	1<3
	22-25 yaş	43	3,33	,56			
	26 ve üzeri yaş	63	3,46	,41			
<b>Başarıya Yaklaşma Güdüsü</b>	18-21 yaş	120	3,72	,52	10,998	,004*	1>2
	22-25 yaş	43	3,46	,46			
	26 ve üzeri yaş	63	3,63	,48			
<b>Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü</b>	18-21 yaş	120	3,40	,60	9,004	,011*	1>2,3
	22-25 yaş	43	3,26	,48			
	26 ve üzeri yaş	63	3,19	,55			
<b>Spora Özgü Başarı Motivasyonu</b>	18-21 yaş	120	3,48	,52	9,563	,008*	1>2
	22-25 yaş	43	3,28	,42			
	26 ve üzeri yaş	63	3,45	,38			

\*p<0.05

Tablo 8'e göre araştırma grubunun yaş değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin bütün alt boyutlarında farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir (p<0.05).



**Tablo 9.** Araştırma grubunun spor yılı değişkenine göre analiz sonuçları

Spor yılı		N	$\bar{x}$	Ss	F	p
Güç Gösterme Güdüsü	2-6	58	3,28	,58	2,402	,069
	7-11	74	3,23	,58		
	12-16	47	3,45	,43		
	17 ve üzeri	47	3,43	,43		
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	2-6	58	3,74	,50	1,443	,231
	7-11	74	3,56	,57		
	12-16	47	3,63	,45		
	17 ve üzeri	47	3,68	,46		
Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	2-6	58	3,39	,61	1,175	,320
	7-11	74	3,35	,57		
	12-16	47	3,29	,54		
	17 ve üzeri	47	3,19	,56		
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	2-6	58	3,47	,52	1,076	,360
	7-11	74	3,35	,53		
	12-16	47	3,48	,37		
	17 ve üzeri	47	3,47	,38		

\*p&lt;0.05

Tablo 9'a göre araştırma grubunun spor yılı değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarında farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (p>0.05).

**Tablo 10.** Araştırma grubunun kaç yıldır milli takımdasınız değişkenine göre analiz sonuçları

Kaç yıldır milli takımdasınız		N	$\bar{x}$	Ss	F	p
Güç Gösterme Güdüsü	1-3	75	3,28	,50	1,186	,307
	4-6	61	3,30	,63		
	7 ve üzeri	90	3,40	,46		
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	1-3	75	3,70	,52	,724	,486
	4-6	61	3,62	,57		
	7 ve üzeri	90	3,62	,45		
Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	1-3	75	3,37	,59	1,308	,272
	4-6	61	3,3	,60		
	7 ve üzeri	90	3,24	,53		
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	1-3	75	3,45	,49	,277	,758
	4-6	61	3,39	,58		
	7 ve üzeri	90	3,44	,36		

\*p&lt;0.05

Tablo 10'a göre araştırma grubunun kaç yıldır milli takımdasınız değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarında farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 11.** Araştırma grubunun spor branşı değişkenine göre analiz sonuçları

Spor Branşı		N	$\bar{x}$	Ss	$X^2$	p	Fark U test
<b>Güç Gösterme Güdüsü</b>	1.Güreş	136	3,35	,50	10,630	,014*	4>1,2,3 1>3
	2.Aletizm	35	3,30	,58			
	3.Halter	27	3,05	,62			
	4.Taekwondo	28	3,52	,37			
<b>Başarıya Yaklaşma Güdüsü</b>	1.Güreş	136	3,59	,52	5,324	,150	
	2.Aletizm	35	3,67	,57			
	3.Halter	27	3,69	,35			
	4.Taekwondo	28	3,83	,44			
<b>Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü</b>	1.Güreş	136	3,33	,53	7,756	,051	
	2.Aletizm	35	3,52	,46			
	3.Halter	27	3,04	,80			
	4.Taekwondo	28	3,24	,55			
<b>Spora Özgü Başarı Motivasyonu</b>	1.Güreş	136	3,43	,49	7,448	,059	
	2.Aletizm	35	3,50	,44			
	3.Halter	27	3,24	,45			
	4.Taekwondo	28	3,55	,38			

\* $p<0.05$

Tablo 11'e göre araştırma grubunun spor branşı değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarından Güç Gösterme Güdüsü alt boyutunda farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $X^2=10,630$ ;  $p<0.05$ ). Farkın kaynağını bulmak için yapılan testte bu farkın Taekwondo ve Halter sporcularından kaynaklandığı belirlenmiştir. Taekwondo sporcularının güç gösterme güdüsü düzeyleri diğer branşlara göre daha yüksek, halter sporcularının ise daha düşük bulunmuştur.

**Tablo 12.** Araştırma grubunun yarışma kategorisi değişkenine göre analiz sonuçları

Yarışma Kategorisi		N	$\bar{x}$	Ss	X <sup>2</sup>	p	Fark U test
Güç Gösterme Güdüsü	1.Yıldızlar	75	3,32	,45	8,862	,031*	4>1,2,3
	2.Gençler	115	3,29	,59			
	3.U23	12	3,25	,53			
	4.Büyükler	24	3,61	,39			
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	1.Yıldızlar	75	3,73	,47	3,421	,331	
	2.Gençler	115	3,60	,52			
	3.U23	12	3,57	,55			
	4.Büyükler	24	3,66	,53			
Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	1.Yıldızlar	75	3,39	,55	2,833	,418	
	2.Gençler	115	3,25	,59			
	3.U23	12	3,32	,61			
	4.Büyükler	24	3,39	,52			
Spora Özgü Başarı Motivasyonu	1.Yıldızlar	75	3,50	,36	5,575	,134	
	2.Gençler	115	3,37	,53			
	3.U23	12	3,38	,51			
	4.Büyükler	24	3,56	,41			

\*p&lt;0.05

Tablo 12’ye göre araştırma grubunun yarışma kategorisi değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarından Güç Gösterme Güdüsü alt boyutunda farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $X^2=8,862$ ;  $p<0.05$ ). Farkın kaynağını bulmak için yapılan testte bu farkın büyükler kategorisinde yarışanlar ile yıldızlar, gençler ve U23 kategorisinde yarışan sporcularından kaynaklandığı belirlenmiştir. Büyükler kategorisinde yarışan sporcuların güç gösterme güdüsü düzeyleri daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 13.** Milli güreşçilerin şampiyona kategorisi değişkenine göre analiz sonuçları

Ölçek alt boyutları	Kategori	N	$\bar{x}$	Ss	t	df	p	Ortalama farkı
Güç Gösterme Güdüsü	1	72	3,32	,447	-,892	134	,374	-,078
	2	64	3,4	,571				
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	1	72	3,55	,512	-,939	134	,349	-0,08
	2	64	3,64	,547				
Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü	1	72	3,24	,474	-2,211	134	,029	-0,2*
	2	64	3,44	,583				

\*p&lt;0.05

1. kategoride Olimpiyat, Dünya ve Avrupa şampiyonluğu olan greşçiler, 2. Kategoride ise, Balkan, Akdeniz Oyunları, İslam Oyunları, Cumhuriyet Kupası, Uluslararası Turnuva düzeyinde olan greşçiler dahil edilmiştir.



## 5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Tablo 8'e göre araştırma grubunun yaş değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin bütün alt boyutlarında farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ).

Konu ile ilgili olarak literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında, Kusan (40) de yapmış olduğu Güreş, Boks, Taekwondo Branşındaki Elit Düzeydeki Sporcuların Başarı Motivasyonunun Çeşitli Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi isimli yüksek lisans çalışmasında; 24 yaş altı ve 24 yaş üstü grupları arasında sportif tecrübe puanları arasında anlamlı farklılıkların olduğu görülmektedir. Duman (34), Türkiye 1.Liglerinde Mücadele Eden Futbol, Hentbol ve Voleybol Takımlarının (Bayan ve Erkek) Başarı Motivasyonu Farklılıkları ve Sportif Tecrübe Dağılımlarının Başarı Motivasyonlarına Etkisi, isimli yüksek lisans tezi, Aslan (35), Türkiye Profesyonel 1., 2., 3. Ligi ve Amatör Takımların Başarı Motivasyonu Farklılıkları ve Sportif Tecrübe Dağılımları Üzerine Bir Araştırma isimli yüksek lisans tezi ve Türkmen (36), Profesyonel Erkek Futbolcular ile Amatör Erkek Futbolcuların Başarı Motivasyon Düzeylerinin Karşılaştırılması (İzmir -Manisa Örneği), isimli yüksek lisans tezleri de yaptığımız çalışmayı destekler niteliktedir. Fakat Soyer ve diğerleri (37) tarafından yapılan "Sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi" adlı çalışmada araştırmaya katılan sporcuların yaşları ile motivasyonları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Yapılan bu çalışma ise çalışmamızı desteklememektedir.

Tablo 9'a göre araştırma grubunun kaç yıldır spor yapıyorsunuz değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarında farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ).

Konu ile ilgili olarak literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında, Karamanoğlu (38), 9-18 Yaş Arası Altyapı Futbolcularında Anksiyete Düzeyleri ile Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi isimli yüksek lisans tezinde bireylerin alt yapıda oynama süresi değişkenine göre Güç Gösterme Güdüsü, Başarılı Olma Güdüsü ve Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü düzeylerinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Abakay (39) yılında yapmış olduğu Futbolcu - Antrenör İletişiminin Farklı Statülerdeki Futbolcuların Başarı

Motivasyonu İlişkisi isimli doktora tezinde; Profesyonel sporcuların spor yapma yılı güç gösterme alt boyutuna göre farklılaşmazken, başarıya yaklaşma ve başarısızlıktan kaçınma düzeylerine açısından 6-10 yıldır spor yapanların, 11 yıldan fazla spor yapanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Amatör sporcularda ise başarı güdüsü alt boyutlarında 0-5 yıldır spor yapanların, 5 yıldır spor yapanlara göre anlamlı biçimde yüksek olduğu belirlenmiştir (39). Yapılan bu çalışmalar yaptığımız çalışmayı destekler nitelikte değildir.

Tablo 10 a göre araştırma grubunun kaç yıldır milli takımdasınız değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarında farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). Alan yazın incelendiğinde daha önceki çalışmalarda sporcuların kaç yıldır milli takımda olduğu ile ilgili herhangi bir bulguya rastlanılmamıştır. Yapılan bu çalışmadaki bu bulgu daha sonraki çalışmalara örnek teşkil edeceği düşünülmektedir.

Tablo 11 e göre araştırma grubunun spor branşı değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarından Güç Gösterme Güdüsü (POW) alt boyutunda farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $X^2=10,630$ ;  $p<0.05$ ). Farkın kaynağını bulmak için yapılan testte bu farkın Taekwondo ve Halter sporcularından kaynaklandığı belirlenmiştir. Taekwondo sporcularının güç gösterme güdüsü düzeyleri diğer branşlara göre daha yüksek, halter sporcularının ise daha düşük bulunmuştur.

Konu ile ilgili olarak literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında, Kusan (40) de yapmış olduğu Güreş, Boks, Taekwondo Branşındaki Elit Düzeydeki Sporcuların Başarı Motivasyonunun Çeşitli Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi isimli yüksek lisans çalışmasında; Taekwondo ve boks branşları arasında başarıya yaklaşma güdüsünde anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılığın nedeni bu iki branşın farklı kültüre sahip olmaları, bunun yanında boks branşının daha fazla mücadele, çeviklik, patlayıcı kuvvet ve dayanıklılık gerektirirken; Taekwondo branşının ise daha çok gösteri odaklı ve estetiğe dayalı olmasından kaynaklandığı söylenilebilir. Yazıcı (41), Performans Sporlarında Başarı ve Başarısızlığı Etkileyen Psikolojik Faktörler isimli yüksek lisans tezinde elde edilen sonuçlar da elde ettiğimiz verileri destekler nitelikte sonuçlara ulaştığı görülmektedir.

Tablo 12'ye göre araştırma grubunun yarışma kategorisi değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarından Güç Gösterme Güdüsü (POW) alt boyutunda farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $X^2=8,862$ ;  $p<0.05$ ). Farkın kaynağını bulmak için yapılan testte bu farkın büyükler kategorisinde yarışanlar ile yıldızlar, gençler ve U23 kategorisinde yarışan sporcularından kaynaklandığı belirlenmiştir. Büyükler kategorisinde yarışan sporcuların güç gösterme güdüsü düzeyleri daha yüksek bulunmuştur.

Konu ile ilgili olarak literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında, Aslan (35)'nin, Aslan (35), Türkiye Profesyonel 1., 2., 3. Ligi ve Amatör Takımların Başarı Motivasyonu Farklılıkları ve Sportif Tecrübe Dağılımları Üzerine Bir Araştırma isimli yüksek lisans tezi, profesyonel futbolcuların sportif tecrübelerinin ( $x=9,18\pm 1,71$ ) amatör futbolculardan ( $x=5,64\pm 1,33$ ) yüksek olduğunu tespit etmiştir (36). Soyer ve arkadaşların (37), Sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi isimli çalışmalarında amatör ve profesyonel sporcuların başarı motivasyonlarının farklılaştığı sonucunu elde etmişlerdir. Yapılan bu çalışmalar çalışmamızı desteklemektedir. Türkmen (36), yaptığı araştırmada başarı gereksinimine ilişkin hipotezlerde profesyonel futbolcuların başarı gereksinimi, amatör futbolcuların başarı gereksinimlerine bakılmıştır. Profesyonel futbolcuların başarı gereksinimi, amatör futbolcuların başarı gereksinimlerinden yüksek bulunmuştur (36). Çalışmanın sonucunda, profesyonel futbolcuların başarı motivasyonu ile amatör futbolcuların başarı motivasyonu arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Ancak evli, tecrübeli, öğrenim düzeyi yüksek, kulübünden iyi para kazanan ve aylık geliri iyi futbolcuların başarı motivasyonunun bazı alt ölçekleri arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş ve profesyonel futbolcuların başarı gereksinimi, amatör futbolcuların başarı gereksiniminden daha yüksek bulunmuştur (36). Bu sonuçlar bizim çalışmalarımızla örtüşmektedir. Yapılan bu çalışmalar çalışmamızı desteklemektedir.

Tablo 13'e göre araştırma grubunun şampiyona kategorisi değişkenine göre spora özgü başarı motivasyon ölçeğinin alt boyutlarında farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). 1. kategoride Olimpiyat, Dünya ve Avrupa şampiyonluğu olan güreşçiler, 2. Kategoride ise, Balkan, Akdeniz Oyunları, İslam Oyunları, Cumhuriyet Kupası, Uluslararası Turnuva düzeyinde olan güreşçiler dahil edilmiştir. Alan yazın incelendiğinde daha önceki çalışmalarda şampiyona kategorisi değişkeni ile ilgili herhangi bir bulguya rastlanılmamıştır. Yapılan bu çalışmadaki bu bulgu daha sonraki çalışmalara örnek teşkil edeceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak dövüş ve gösteri sporu olarak bilinen taekwondo branşındaki sporcuların güç gösterme güdüsü diğer branşlardaki sporculardan yüksek çıkmıştır. Başarıya yaklaşma güdüsünde en yüksek puanın 18-21 yaş grubundaki sporcuların yüksek çıkması nedeni ile yarışma veya müsabakalarda daha çok kendini gösterme, ispatlama ve etkin olma arzularının daha ön plana çıktığını söyleyebiliriz.





## 6. ÖNERİLER

Genç yaştaki sporcuların motivasyon düzeyini geliştirecek yöntemler kullanarak sporcularının ilerideki performanslarını artırabileceği önerilmektedir.

Ayrıca sporcuların spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin belirlenmesi yetenek seçimi kriterleri arasında kullanılarak ileride başarılı olması muhtemel sporcuların belirlenmesinde kullanılabilir.



## 7. KAYNAKLAR

1. Willis J,D, (1982) Three Scales to Measure Competition-related Motives in Sports, Journal of Sport Psychology, 338-353.
2. Tiryaki, Ş., Gödelek, E. (1997). Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinin Türk Sporcuları için Uyarlanması Çalışması, I. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu Bildiri Kitapçığı, Bağırhan Yayınları, 128-141.
3. Eberhart, D.W. 1989. Çin Kaynaklarına Göre Türkler ve Komşularında Spor. Ülkü Dergisi, 5, 22.
4. Alpman, C. 2001. Eğitim Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyunca Gelişimi. Can Basın Yayın Ofset Matbaacılık, Ankara.
5. Swaddling, J. 2000. Antik Olimpiyat Oyunları (çev:Gürün, B). Homer Kitabevi ve Yayıncılık, İstanbul.
6. Gümüş, A. 1988. Güreş Tarihi. Türk Spor Vakfı Yayınları, Ankara.
7. Yıldırım, İ. 2006. Spor Sosyal Tarihi ve Felsefesi. Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu. Yüksek Lisans Ders Notları, Ankara.
8. Yıldırım, İ. 2000. Geleneksel Yağlı Güreşin, Kültürel, Yapısal ve Bilimsel Açından Modern Minder Güreşiyle Farklılıklarının Değerlendirilmesi. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi.5 (1) :53-62.
9. Öngel, H.B. 2001.Türk Kültür Tarihinde Spor. T.C. Kültür Bakanlığı Yayınları, Ankara.
10. Açak, M., Açak, M. 2001. Güreş Öğreniyorum. Kubbealtı Yayıncılık, Malatya.
11. Viira, R. & Raudsepp, L. (2000). Achievement goal orientations, beliefs about sport success and sport emotions as related to moderate to vigorous physical activity of adolescents. Psychology and health, 15, 625-633
12. Pelletier, L. G, Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tusson, K. M., Briere, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports
13. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. American Psychologist, 55(1), 68-78
14. Vallerand, R.J., & Losier, G.F. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. Journal of Applied Sport Psychology, 11,

15. Gaston-Gayles, J. L. (2004). Examining academic and athletic motivation among student athletes at a Division I university *Journal of College Student Development*, 45(1), 75-83.
16. Vansteenkiste, M., Simons, J., Lens, W., Soenens, B., & Matos, L. (2005). Examining the motivational impact of intrinsic versus extrinsic goal framing and autonomy-supportive versus internally controlling communication style on early adolescents' academic achievement. *Child Development*, 2, 483-501.
17. Tracey, T. J., & Sedlacek, W. E. (1985). The relationship of non-cognitive variables to academic success: A longitudinal comparison by race. *Journal of College Student Personnel*, 26, 405-410. Huczynski, Buchanan, 2007).
18. Dan Ariely & Uri Gneezy & George Loewenstein & Nina Mazar, 2005. "Large stakes and big mistakes," Working Papers 05-11, Federal Reserve Bank of Boston.
19. McClelland, D. C. (1961). *The achieving society*. New York: The Free Press.
20. Smith, R. L., & Troth, W. A. (1975). Achievement motivation: A rational approach to psychological education. *Journal of Counseling Psychology*, 22(6), 500-504.
21. Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford University Press.
22. Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist*, 34(3), 169-189.
23. Yeatts, Paul E. and Marc Lochbaum. "Coping in Sport : a Test of Elliot ' S Hierarchical Model of Approach and Avoidance Motivation." (2014).
24. DeCharms, R. (1972). Personal causation training in the schools. *Journal of Applied Social Psychology*, 2, 95-113. doi:10.1111/j.1559-1816.1972.tb01266.x
25. Elias & Rahman. (1994). Achievement motivation training for university students: Effects on affective and cognitive achievement motivation. *Pertanika Journal Social Science and Humanities*, 2(2), 115-121.
26. Pangan, F., Hechanova, M. R., Franco, E. P., Mercado, R. H., & Lopez, C.V. (2008). In R.Hechanova & E. Franco (Eds.), *Leading Philippine organizations in a changing world* (pp. 49-60). Quezon City: Ateneo University Press
27. Mahmoud, A.A.A. (2011) English Teachers' Achievement Motivation In The light of Some Variables in Tulkarm Government Schools. *Journal of Al-Quds Open University for Research and Studies* (24)1.
28. Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91, 328-346.

29. Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J.L., & Tomás, I. (2009). Análisis de las propiedades psicométricas de la versión española del Cuestionario de Clima en el Deporte [Analysis of the psychometric properties of the Spanish version of the Sport Climate Questionnaire]. *Revista de Psicología del Deporte*, 18, 73-83.
30. Mallett, C.J., & Hanrahan, S.J. (2004). Elite athletes: What makes the fire “burn” so brightly? *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 183-200.
31. Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2003). A model of contextual motivation in physical education: Using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 97-110.
32. Kuru, E , Abakay, U . (2017). güreş grekoromen genç milli takım sporcularının başarı motivasyon düzeylerinin, sportif tecrübe ve antrenman sıklığı açısından incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11 (1),
33. Weinberg, R.S., ve Gould, D. (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign,IL: Human Kinetics, 761. (Chantal ve ark. 1996, Kingston ve ark. 2006, Amorose & Horn 2000, Chin ve ark. 2012, Teo ve ark. 2015, Viira & Raudsepp, 2000).
34. Duman, S. (2002). Türkiye 1.Liglerinde Mücadele Eden Futbol, Hentbol ve Voleybol Takımlarının (Bayan ve Erkek) Başarı Motivasyonu Farklılıkları ve Sportif Tecrübe Dağılımlarının Başarı Motivasyonlarına Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale: Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
35. Aslan, A. (2000). Türkiye Profesyonel 1., 2., 3. Ligi ve Amatör Takımların Başarı Motivasyonu Farklılıkları ve Sportif Tecrübe Dağılımları Üzerine Bir Araştırma, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
36. Türkmen M, (2005) Profesyonel Erkek Futbolcular İle Amatör Erkek Futbolcuların Başarı Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi (İzmir-Manisa Örneği), Yüksek Lisans Tezi, 36-38
37. Soyer F., Can Y., Güven H., Hergüner G., Bayansalduz M., Tetik B., (2010). Sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* [Bağlantıda]. 7:1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

- 38.** Karamanoğlu, M, C. (2018). ‘‘9-18 Yaş Arası Altyapı Futbolcularında Anksiyete Düzeyleri İle Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi’’ Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- 39.** Abakay, U. (2010). ‘‘Futbolcu - Antrenör İletişiminin Farklı Statülerdeki Futbolcuların Başarı Motivasyonu İlişkisi’’, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- 40.** Kusan, O. (2014). ‘‘Güreş, Boks, Taekwondo Branşındaki Elit Düzeydeki Sporcuların Başarı Motivasyonunun Çeşitli Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi’’ Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- 41.** Yazıcı, E. (1998). Performans Sporlarında Başarı ve Başarısızlığı Etkileyen Psikolojik Faktörler, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Trabzon.

## 8. EKLER

### Sporcu Bilgi Formu

Değerli Güreşçi arkadaşım, **Elit güreşçiler ile farklı branşlardaki sporcuların başarı motivasyonunun incelenmesi**, konusunda yaptığımız Yüksek Lisans Tezi çalışması için bu ankete katıldığınız için teşekkür ederiz.

Şeref EROĞLU

1.Yaşınız :.....

2.Kaç yıldır güreş yapıyorsunuz? .....

**Milli Güreşçi değilseniz 4., 5., 6., 7. Soruları geçiniz.**

4.Kaç yıldır Milli Güreşçisiniz?

5.En iyi dereceniz nedir? **Yılı:**.....**Sıkleti:**.....kg.

**6.Kategorisi** Yıldızlar ( ), Gençler ( ), U23 ( ) Büyükler ( )

**7. Şampiyona/Müسابaka Adı:**.....

### Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği

Aşağıda genellikle sporcuların antrenman, yarışma ve yarışma sonrası gösterdikleri bir takım duygular, düşünceler ve davranışlar ile ilgili ifadeler verilmiştir. **Lütfen her birini dikkatle okuyunuz ve kendi durumunuzu göz önüne alarak verilen örnekteki gibi yanıtlayınız.**

İfadelerde doğru ya da yanlış yanıt yoktur. Bu nedenle daha önce verdiğiniz yanıtları geri dönüp kontrol etmeniz gerekmemektedir. **Yalnızca tüm sorulara yanıt verdiğinizden emin olunuz.**

		Hiçbir Zaman	Bazen	Çok az	Oldukça fazla	Her zaman
	<b>Örnek ;</b> Yarışma Öncesi içimde garip bir sıkıntı hissedirim	1	2	3	4	5
1	Takım arkadaşlarım oyundaki mücadeleciliğime saygı duyarlar	1	2	3	4	5
2	Maçtan hemen önce gergin oluyorum ve olduğum yerde duramıyorum	1	2	3	4	5
3	Takım arkadaşlarımı oyuna ısındırma becerisine sahibim	1	2	3	4	5
4	Zor bir antrenman anında çalıştırıcının takdiri bana zorluğu unutturur	1	2	3	4	5
5	Diğerleri beni önde gelen bir yarışmacı olarak görmüyorlar	1	2	3	4	5
6	İyi bir oyun çıkartmak heyecan veriyor	1	2	3	4	5
7	Takım arkadaşlarım liderlik yeteneğime saygı duyarlar	1	2	3	4	5
8	İzleyiciler varken daha iyi oynadığımı düşünüyorum	1	2	3	4	5
9	Takım arkadaşlarım kadar sert ve dayanıklı görünmüyorum	1	2	3	4	5
10	Takım arkadaşlarım iş bitiriciliğimi ve kararlılığımı beğeniyor	1	2	3	4	5
11	Diğer oyuncuların eğitilmesi için çok çaba gösteriyorum	1	2	3	4	5
12	Spordaki geçmiş başarılarımdan söz etmeyi sevmiyorum	1	2	3	4	5
13	Takım lideri olmaktan hoşlanıyorum	1	2	3	4	5
14	Maçta kendimi oyuna öylesine veriyorum ki geçici olarak gerçekle bağlantımı yitiriyorum	1	2	3	4	5
15	Kaybedilen bir maçtan sonra uyumakta güçlük çekiyorum	1	2	3	4	5
16	Bir maçı kazanınca kendimi çok tatmin olmuş hissediyorum	1	2	3	4	5
17	Bir maçtan önce sakin olmak benim için çok zor	1	2	3	4	5
18	Yeteneklerini geliştirmek için fazladan antrenman yapan sporcuları takdir ediyorum	1	2	3	4	5
19	İnsanların maç sırasında beni izlemelerinden hoşlanıyorum	1	2	3	4	5

20	Sporda başarılı olmayı istiyorum	1	2	3	4	5
----	----------------------------------	---	---	---	---	---

**LÜTFEN ANKETE ARKA SAYFADAN DEVAM EDİNİZ.**

21	Benimle aynı düzeyde olan birisiyle mücadele ederken kazanmaktan çok kaybederim.	1	2	3	4	5
22	Kaybetmek beni gereğinden fazla etkiliyor.	1	2	3	4	5
23	Sporda başarılı olmak için yıl boyu çalışmayı isterim	1	2	3	4	5
24	Amacım bir spor dalında önde gelen biri olmaktır.	1	2	3	4	5
25	Maç sırasında, maçı verebilecek bir hata yaparsam kendime gelmem biraz zaman alır.	1	2	3	4	5
26	İyi bir sporcu olmak benim için önemli değildir.	1	2	3	4	5
27	Bazen, maçı kaybettiğimizde günlerce bunu kendime dert ederim	1	2	3	4	5
28	Bir maçtan hemen sonra karnıma ağrılar girer.	1	2	3	4	5
29	Sportif kapasitemi beğenmiyorum	1	2	3	4	5
30	Çok yetenekli rakiplere karşı daha iyi oynadığımı sanıyorum.	1	2	3	4	5
31	En iyisini yapmak için çok çaba sarf ederim	1	2	3	4	5
32	Birisiyle maç hakkında konuşurken heyecanlanıyorum.	1	2	3	4	5
33	Tanınmak umuduyla spor branşında çok çalışıyorum.	1	2	3	4	5
34	Bir hata yaptığımda maçın geri kalan bölümünde bu beni çok üzüyor	1	2	3	4	5
35	Bir takım arkadaşımın oynamasına yararlı olacak önerilerde bulunmaktan hoşlanıyorum.	1	2	3	4	5
36	Başkaları için güç bulduğum bir görevin bana verilmesinden zevk duyuyorum	1	2	3	4	5
37	Bir maçtan önce olacakları kendime çok dert etmiyorum.	1	2	3	4	5
38	Sezon dışında sporu unutmaktan hoşlanıyorum.	1	2	3	4	5
39	Maçtan önceki gece uyumakta güçlük çekiyorum	1	2	3	4	5
40	Başarıya açılan yol, şanstan çok daha fazla çalışmadan geçer.	1	2	3	4	5

## 9. ÖZGEÇMİŞ

### Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Şeref EROĞLU  
Uyruğu : 16625196196  
Doğum tarihi ve yeri : 25 / 11 / 1975 KAHRAMANMARAŞ  
Medeni hali : Evli  
Telefon : 0533 711 12 16  
Faks : --  
e-posta : seref\_eroglu@hotmail.com

### Eğitim

Derece	Eğitim Birimi	Mezuniyet Tarihi
Yüksek Lisans	KSÜ/Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı	2018
Lisans	Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi Yüksek Okulu	1999
Lise	Sivas Pamukpınar Öğretmen Lisesi	1994

### İş Denevimi

Devlet Sporcusu  
Avrupa ve Dünya Şampiyonu  
Olimpiyat 2 ncisi

### Yabancı Diller

İngilizce

### Hobiler

Doğa Gezileri, Kitap Okuma, Çevre Koruma Etkinlikleri