



**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN
SPORA ÖZGÜ PSİKOLOJİK YETENEK SEVİYELERİNİN
İNCELENMESİ**

Volkan Özcan

DOKTORA TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Nisan, 2017

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren altı (6) ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı : Volkan

Soyadı : ÖZCAN

Bölümü : Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

İmza :

Teslim tarihi : 28/04/2017

TEZİN

Türkçe Adı : Ortaokul Öğrencilerinin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyelerinin İncelenmesi

İngilizce Adı : Investigation of Middle School Students' Sport-Specific Psychological Skills Level

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ilkelere ve etik kurallarına uyduğumu, yararlandığıım tüm kaynakları bibliyografik künye ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı : Volkan ÖZCAN

İmza :

JÜRİ ONAY SAYFASI

Volkan ÖZCAN tarafından hazırlanan “Ortaokul Öğrencilerinin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyelerinin İncelenmesi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği / oy çokluğu ile Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalında Doktora tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Prof. Dr. Mehmet GÜNAY

(Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi)

Üye: Doç. Dr. Halil İbrahim CİCİOĞLU

(Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi)

Üye: Doç. Dr. Mehmet GÜÇLÜ

(Rekreasyon Bölümü, Gazi Üniversitesi)

Üye: Doç. Dr. Baki YILMAZ

(Spor Bilimleri Bölümü, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi)

Üye: Yrd. Doç. Dr. Recep Sürhat MÜNİROĞLU

(Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara Üniversitesi)

Tez Savunma Tarihi: 11/04/2017

Bu tezin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda Doktora Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Ülkü ESER ÜNALDI

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

.....

TEŞEKKÜR

Doktora gibi zorlu bir süreçte danışmanlığımı üstlenerek, bilgi ve tecrübelerinden faydalanmamı sağlayan, çalışmamın her aşamasında yol gösterici olan değerli hocam Sayın Prof. Dr. Mehmet GÜNAY'a minnetlerimi sunarım.

Tezin uygulanma aşamasında, verilerin toplanmasında, maddi ve manevi yardımlarını esirgmeden ölçümler boyunca benimle birlikte emek harcayan arkadaşlarım, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri Arda ÇAYLI, Tolga TİLLİOĞLU ve Serdar ERDEM'e, ayrıca isimlerini tek tek zikredemediğim spora gönül vermiş, kendini mesleğine adanmış, emektar bütün öğretmen arkadaşlarıma ve araştırmaya katılan öğrencilerimize sonsuz teşekkürü bir borç bilirim. Tezimde kullanılan ölçeğin Türkçeye uyarlanmasında yardımlarını esirgemeyen DR. David M.G. LEWIS'e, Dr. Şerife K. DALBUDAK'a ve Öğr. Gör. Ahu YÜCEER'e; çalışmamın, istatistiksel olarak değerlendirilmesinde, bilgi ve deneyimlerini esirgmeden tezimin oluşmasında yardımcı olan Arş. Gör. Sami PEKTAŞ'a çok teşekkür ederim.

Tez yazımı süresince karşılaştığım zorlukların üstesinden gelme konusunda manevi desteğini hissettiğim, fikirlerini ve görüşlerini belirterek katkı sağlayan, ışık tutan ve beni cesaretlendiren değerli arkadaşlarım Dr. Aynur YILMAZ'a ve Öğr. Gör. Ali GÜRBÜZ'e şükranlarımı sunuyorum.

Bugünlere gelmeme vesile olan, yaşam kaynaklarım, dualarını üzerimden esirgemeyen annem Zeynep ÖZCAN ve babam Hüseyin ÖZCAN'a sonsuz sevgilerimi sunarım.

Volkan ÖZCAN

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN SPORA ÖZGÜ PSİKOLOJİK
YETENEK SEVİYELERİNİN İNCELENMESİ
(Doktora Tezi)**

**Volkan ÖZCAN
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
Şubat 2017**

ÖZ

Bu araştırmada, ortaokul öğrencilerinin sportif açıdan psikolojik özellikleri incelenmiştir. Yetenek seçiminde kullanılan antropometrik ölçümler ve performans testleri yanında, sportif açıdan psikolojik ölçümlerin de yapılması, sürecin daha iyi değerlendirilmesi bakımından önem taşımaktadır. Ortaokul öğrencilerinin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile antropometrik ölçümler ve performans testlerinden almış oldukları dereceler arasındaki ilişkileri ortaya çıkarmak ve öğrencilerin demografik özelliklerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılıkları belirtmek amaçlanmıştır. Bu bağlamda araştırmada nicel araştırma tekniklerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma, 2015-2016 Eğitim-Öğretim 2. yarısında, Ankara il merkezindeki ortaokullarda öğrenim gören 5., 6., 7. ve 8. sınıf öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın amacına uygun olarak Ankara'daki ortaokullarda öğrenim gören 287.396 kişi araştırmanın evrenini oluşturmaktadır. Örneklemi ise %95 güven aralığı ve %5 hata payı göz önüne alınarak, araştırma evrenini temsil eden 637 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada örneklem seçiminde kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemlerinden basit seçkisiz örnekleme tekniği ile 4 okul araştırmaya dahil edilmiştir. Veri toplama araçları olarak Smith, Schutz, Smoll ve Ptacek (1995) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması yapılan "The Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28)" envanteri, ayrıca sportif performans düzeylerinin belirlenmesinde "Otur Uzan Esneklik Testi, Durarak Uzun Atlama, Dikey Sıçrama, Flamingo Denge Testi, Pençe Kuvveti, 30 sn. Mekik, Çeviklik T-Testi ve 20 Metre Sürat Testi" kullanılmıştır. Antropometrik ölçümlerin belirlenmesinde boy uzunluğu, vücut ağırlığı, oturma yüksekliği, kulaç uzunluğu ve demografik özellikler hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan "Sportif Yetenek Veri Formu" kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS-21 Paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Veri dağılımının parametrik veya nonparametrik olup olmadığına karar vermek için normallik ve Levene homojenlik testleri yapılmıştır. Araştırmanın amacı doğrultusunda

belirlenen alt problemlerin sınanması için yapılan analizler incelenmiş, öğrencilerin cinsiyetlerine, sporculuk durumlarına göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılığa Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi analizi ile bakılmıştır. Öğrencilerin yaş düzeylerine ve öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılığa One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans) analizi, öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile antropometrik ölçümleri ve performans testlerinden almış oldukları dereceler arasındaki korelasyon ilişkisine Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi ile bakılmıştır. Araştırma bulgularına göre öğrencilerinin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile yaş, sporculuk durumları, vücut ağırlıkları, vücut kitle indeksleri (VKİ), otur uzan esnekliği, durarak uzun atlama, dikey sıçrama düzeyleri, 30 saniye mekik testi skorları, çeviklik T-testi ve 20 metre koşu sürati testi skorları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Öğrencilerin cinsiyetleri, boy uzunlukları, kulaç uzunlukları, oturma yükseklikleri, flamingo denge testi, pençe kuvveti testi, sağ el ve sol el kullanımı sonuçlarında, öğrenim gördükleri okullara göre anlamlı farklılık gözlemlenmemiştir.

Anahtar Kelimeler : Yetenek seçimi, Sportif Psikolojik Yetenek, ACSI-28
Sayfa Adedi : 124
Danışman : Prof. Dr. Mehmet GÜNAY

**INVESTIGATION OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS'
SPORT-SPECIFIC PSYCHOLOGICAL SKILLS LEVEL
(PhD. Thesis)**

Volkan OZCAN

GAZI UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES

February 2017

ABSTRACT

This study investigates middle school students' sport-specific psychological skills. In addition to anthropometric measurements and performance tests used to select students according to their skills, sport-specific psychological measurement was also important to evaluate the process. The study aims to demonstrate the relationship between sport-specific psychological skills of middle school students and scores from performance tests and anthropometric measurements. The study also aims to demonstrate the differences among students in their sport-specific psychological skills in relation to demographic characteristics. In this respect, this study used the relational screening model, a quantitative research method. The study was carried out in the 2. semester of the 2015-2016 Academic Year among students from 5., 6., 7. and 8. grades studying in different middle schools in Ankara. Selected in accordance with the purpose of the study, the population of the study consisted of 287.396 middle school students in Ankara. By taking into account a confidence level at 95 %, with 5% margin of error, the sampling included 637 students representing the study population. The sample selection was done through the simple sampling method which is one of the most easily accessible sampling methods. Four schools were included in the study. As data collection tools, The Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28) devised by Smith, Schutz, Smoll ve Ptacek (1995), and adapted to Turkish by the researcher, was used. In addition to that, to determine sports performance levels, sit and reach test, standing long jump test, vertical jump test, flamingo balance test, grip strength, 30-second sit-up, agility T-Test, and 20-meter sprint test was used. For anthropometric measurements, the "Sports Skills Data Form" was used to gather information on participants' height, weight, sitting height, arm span, and demographic characteristics. The data acquired were analyzed with the SPSS-21 software package. To determine whether data distribution was parametric or non-parametric, normality and Levene's homogeneity tests were conducted. When the analysis done to test the subproblems identified in line with the purpose of the study was examined, it was seen that Independent-Sample T-Test analysis indicated the differences in their sport-specific psychological skills according to students' gender, and sports background. Differences in students' sport-specific psychological skills according to their age and the school they study at were identified through One-way ANOVA. The correlation between

students' anthropometric measurements as well as performance test results and sport-specific psychological skills was examined through Pearson Moments Multiplication Correlation analysis. The findings show a significant difference between students' sport-specific psychological skills and age, sports background, weight, body mass index, sit and reach flexibility, standing long jump, vertical jump levels, 30-second sit-up test scores, agility T-test, and 20-metre sprint run test scores. The results were insignificant with respect to students' gender, height, stroke length, sitting height, flamingo balance test, grip strength test, left and right hand scores and the schools where they study.



Key Words : Talent Identification, Sports Psychological Pkills, ACSI-28
Page Number : 124
Supervisor : Prof. Dr. Mehmet GÜNAY

İÇİNDEKİLER

ÖZ	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLolar LİSTESİ.....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xv
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ.....	xvi
BÖLÜM I	
GİRİŞ.....	
1.1. Problem Durumu	8
1.2. Araştırmanın Amacı	9
1.3. Araştırmanın Önemi.....	9
1.4. Araştırmanın Varsayımları.....	10
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	10
1.6. Tanımlar	11
BÖLÜM II	
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	
2.1. Sporda Yetenek Seçimi.....	13
2.1.1. Sportif Yetenek.....	14
2.1.2. Yetenek Seçiminde Kullanılan Yöntemler.....	14
2.1.3. Yetenek Seçimi Aşamaları	15
2.1.4. Yetenek Seçiminin Faydaları	16
2.1.5. Yetenek Seçiminde Kullanılan Ön Koşullar.....	16
2.2. Sportif Psikolojik Yetenek (SPY)	17

2.2.1. Şampiyon Sporcuların Psikolojik Özellikleri.....	18
2.2.2. Sportif Psikolojik Yetenek ve Performans	19
2.2.2.1. <i>Hedef Belirleme</i>	19
2.2.2.2. <i>Konsantrasyon</i>	20
2.2.2.3. <i>Özgüven</i>	22
2.2.2.4. <i>İmgeleme</i>	23
2.2.2.5. <i>Kaygı</i>	24
2.2.2.6. <i>Motivasyon</i>	26
2.2.3. Sporda Karşılaşılan Zorlukla Başa Çıkma Stratejileri.....	28
2.2.4. Sporda Psikolojik Yetenek Gelişiminde Ailenin Rolü.....	28
2.2.5. Sporda Psikolojik Yetenek Gelişiminde Antrenörün Rolü.....	30
2.2.6. Sporcu, Aile ve Antrenör Bakış Açısından Psikolojik Yetenek.....	31
Gelişiminde Tavsiyeler.....	31
2.3. Ortaokul Öğrencilerinin Gelişim Özellikleri (11-14 yaş).....	34
2.3.1. Fiziksel Gelişim Özellikleri	35
2.3.2. Psikolojik Gelişim Özellikleri	36
2.3.3. Bilişsel Gelişim Özellikleri	37
2.3.4. Sosyal Gelişim Özellikleri.....	37

BÖLÜM III

YÖNTEM	39
3.1. Araştırmanın Modeli	39
3.2. Evren ve Örneklem.....	39
3.3. Verilerin Toplanması.....	40
3.3.1. Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri-28 (ACSI-28).....	41
3.3.1.1. <i>ACSI-28 Envanterinin Türkçeye Uyarlanması</i>	42
3.3.1.2. <i>Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması</i>	43
3.3.2. Performans Testleri ve Antropometrik Ölçümlerde Kullanılan Araçlar ve Yöntemler	47
3.4. Verilerin Analizi.....	50

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM	53
--------------------------------	-----------

BÖLÜM V

TARTIŞMA	83
-----------------------	-----------

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER	95
--------------------------------	-----------

6.1. Sonuçlar	95
----------------------------	-----------

6.2. Öneriler	98
----------------------------	-----------

KAYNAKLAR.....	101
-----------------------	------------

EKLER	117
--------------------	------------

Ek 1. Öğrenci Sportif Yetenek Veri Formu.....	118
--	------------

Ek 2. Veli İzin Formu	119
------------------------------------	------------

Ek 3. Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri.....	120
--	------------

Ek 4. İl Millî Eğitim Müdürlüğü İzin Yazısı	122
--	------------

Ek 5. Etik Kurul Değerlendirme Formu.....	123
--	------------

Ek 6. Ölçek Kullanım İzinini (e-mail)	124
--	------------

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	38
Tablo 2. ACSI-28 Ölçeğine Ait Faktörler ve Açıklamaları	40
Tablo 3. Ölçeğe Ait Regresyon ve T Değerleri.....	44
Tablo 4. Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki Farklılığa Ait Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi Sonuçları.....	51
Tablo 5. Öğrencilerin Yaş Düzeylerine Göre Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki Farklılığa Ait One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) Sonuçları	54
Tablo 6. Öğrencilerin Sporculuk Durumlarına Göre Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki Farklılığa Ait Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi Sonuçları.....	57
Tablo 7. Öğrencilerin Kiloları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları	59
Tablo 8. Öğrencilerin Boy Uzunlukları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları	60
Tablo 9. Öğrencilerin VKİ'leri ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları	61

Tablo 10. Öğrencilerin Kulaç Uzunlukları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	63
Tablo 11. Öğrencilerin Oturma Yükseklikleri ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	64
Tablo 12. Öğrencilerin Otur Uzan Esnekliği ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	65
Tablo 13. Öğrencilerin Durarak Uzun Atlama ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	66
Tablo 14. Öğrencilerin Dikey Sıçrama Düzeyleri ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	67
Tablo 15. Öğrencilerin Flamingo Denge Testi Skorları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	69
Tablo 16. Öğrencilerin Pençe Kuvveti Testi Sağ El Skorları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	70
Tablo 17. Öğrencilerin Pençe Kuvveti Testi Sol El Skorları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	71

Tablo 18. Öğrencilerin 30 Saniye Mekik Testi Skorları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	72
Tablo 19. Öğrencilerin Çeviklik T-Testi Skorları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	74
Tablo 20. Öğrencilerin 20 Metre Koşu Sürati Testi Skorları (sn) ile Sportif Sorunlar İle Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	75
Tablo 21. Öğrencilerin Okullarına Göre Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki Farklılığa Ait One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) Sonuçları.....	77
Tablo 22. Öğrencilerin Performans Testi Puanları ile Sportif Sorunlar İle Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları.....	79

ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 1. 'The path to excellence' 3
- Şekil 2. Ölçeğe ait path diagramı 43
- Şekil 3. Dikey sıçrama testi için tasarlanmış "My Jump" uygulamasının ekran yüzü..... 47



SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

ACSI-28	Athletic Coping Skills Inventory-28
SPY	Sportif Psikolojik Yetenek



BÖLÜM I

GİRİŞ

Antrenörler, teknik direktör ve beden eğitimi öğretmenleri gibi sporun içinden bulunan uzman ve tecrübeli kişilerin zihinlerinde yetenekli bir çocuğu gördükleri zaman “işte bu çocuk” dedirten bir şeyler belirir. Onlarda bu hissi uyandıran ve kelimelerle ifade edilmesi zor olan kavram nedir? Sporun içinde bulunan bu uzman ve tecrübeli insanlar, en yüksek performans gösteren sporcuları genç yaşta belirlemekte birçok kez hataya düşmüşlerdir. En iyi bilinen örneklerinden futbol oyuncusu Lionel Messi, yüzme branşında olimpiyat tarihinin en fazla madalya kazanan sporcusu Michael Phelps veya gelmiş geçmiş en iyi basketbol oyuncusu kabul edilen Michael Jordan erken yaşta yetenekleri keşfedilip birer yıldız oyuncu haline gelirken onlar gibi çocuk yaşta yetenekli olarak tanımlanan ve buldukları branşlarda bir yıldız olacağı tahmin edilen diğerleri hiçbir zaman bir yıldız sporcu mertebesine ulaşamamıştır. Buna benzer birçok örnekte; yetenekli bir yıldız aday olarak tanımlanan fakat hiçbir zaman elit seviyeye ulaşamamış birçok sporcu bulunmaktadır. Bu nedenle birçok tanımlaması yapılmasına rağmen “yetenek” sözcüğü hâlâ bir muammadır.

Antik çağda “yetenek” kavramı kişinin büyük paralar karşılığında bir işte uzun yıllar çalışması anlamında kullanılmaktaydı. Bu sadece satın alınabilir bir kavram anlamına gelmemekte; harika bir kariyerin, şöhretin ve bununla birlikte performansın, emeğin ve acının karşılığı anlamında kullanılmaktaydı (Csikszentmihalyi, Rathunde, Whalen ve Wong, 1993, s. 21). Bugün yetenek kavramı, insanın sahip olduğu en değerli niteliğini temsil etmektedir.

Sevim (1995, s. 251), yeteneği belli bir yöne yöneltilmiş normal değer ölçülerinin üzerinde henüz tam olgunlaşmamış ancak gelişmeye uygun yatkınlık olarak belirtmektedir. Csikszentmihalyi vd. (1993) ise yeteneği sadece bir toplumsal olgu olarak kabul etmekte; içinde yaşadığımız toplumun, bizde var olan kişisel özelliklerin ve yeteneklerin toplamı

olarak tanımlamaktadır. Howe, Davidson ve Sloboda (1998) genel olarak doğuştan getirilen genetik özellikler ve sosyal çevrenin etkisi ile yeteneğin oluştuğunu söylemektedirler. Yukarıdaki tanımlarda da görüldüğü gibi yetenek, doğuştan gelen kabiliyetler ve çevresel etmenlerin birlikteliği ile ortaya çıkmaktadır. (Tucker ve Collins, 2012).

Sportif yeteneğin tanımının merkezinde onun doğuştan mı geldiği yoksa sonradan mı kazanıldığı sorusu yer alır.

Yeteneğin tanımları onun doğuştan mı geldiği yoksa sonradan mı kazanıldığı sorusunu temel almaktadır. Günümüzde sportif yetenek ile ilgili yapılan araştırmalarda yeteneğin nasıl keşfedileceğinden çok nasıl geliştirilebileceği üzerinde durulmaktadır (Durand-Bush ve Salmela, 2001).

Alan yazında “yetenek” sporcunun başarısı için gerekli önkoşullar -yani doğuştan sahip olunan özellikler- ile gelişim süreci sonucundaki sportif mükemmellik olarak tanımlanmaktadır (Helsen, Van Winckel ve Williams, 2005).

Harsanyi (1992) sportif açıdan yetenekli kişinin, sahip olduğu (fiziksel, psikolojik, antropometrik, motorik ve sosyal) kabiliyetler ile birlikte doğru bir antrenman ve eğitim süreci sonunda gelecekte yüksek seviyede performansa ulaşabileceği kanısında olduğunu belirtir. Frenkl’in (2003) ise insanın biyolojik, psikolojik ve sosyal bir varlık olarak sportif aktivitelere katıldığını, kazanılan başarıların sahip olunan fiziksel ve zihinsel nitelikler ile sosyal faktörlerin kalitesi tarafından belirlendiğine değinmektedir (Orosz ve Mezo, 2015). Diğer bir ifade de yetenek, bir hareket ve işlemi yüksek seviyede sürat ve başarı ile yapabilmek için, kişide doğuştan var olması gereken, psiko-fizyolojik, morfolojik ve antropometrik özelliklerin tümü, olarak açıklanmaktadır (Muratlı, t.y).

Baker ve Horton (2004) sportif yetenek konusunda birincil ve ikincil faktörlerden söz etmektedir. Teoriye göre birincil faktörler; genetik faktörler, antrenman faktörleri ve psikolojik faktörlerden oluşturmaktadır ve bu faktörler sportif yeteneğin baskın özelliklerini belirtmektedir. Ailenin içinde bulunduğu sosyal durum, antrenman koşulları, sürece katılan eğitimcilerin kalitesi ve sporcuya yapılan yönlendirmeler de diğer faktörler olarak belirtilmektedir. İkincil faktörlerin sürece katkısının daha az olduğu kabul edilmekte fakat bu faktörlerin yokluğunun sportif yetenek gelişimini olumsuz etkileyeceği ifade edilmektedir.

Yetenek seçimi ve gelişimi konusu elli yılı aşkın bir süredir akademik çalışmalara konu

olmaktadır (Tranckle, 2004). Her spor branşında; uluslararası seviyede, yüksek sportif güce ve başarıya ulaşmak için, yetenekli sporcuların zamanında ve doğru biçimde seçilerek uzun süreli ve sistematik bir çalışmaya girme zorunluluğu vardır (Sevim,1995). Yetenek konusu üzerine yapılan araştırmalarda, mükemmele ulaşmak için yapılan uygulamaların “yetenek taraması, yetenek tanımlaması, yetenek gelişimi ve yetenek seçimi” olarak dört bölüme ayrılması gerektiği Williams ve Reilly (2000) tarafından vurgulanmaktadır (Elferink-Gemser, 2005). Yetenek taraması ile hâlihazırda sportif aktiviteye katılmamış, potansiyel performansa sahip olabilecek bireylerin tespiti ifade edilmektedir (Williams ve Reilly, 2000). Yeteneği tanımlama ise elit sporcu olma yolundaki genç bireyleri tanıma sürecini belirtmektedir. Bunun yanında yetenek gelişimi döneminde sportif yetenek potansiyeline sahip çocuğun yeteneklerinin gelişimi için uygun öğrenme ortamının hazırlanması ve ihtiyaçlarının sağlanması ile sporcunun sahip olduğu potansiyelin farkına varılması konusu üzerinde durulmaktadır (Regnier, Salmela ve Russell, 1993). Son olarak yetenek seçimi; çeşitli aşamalarda yeterli performans göstererek önkoşulları yerine getiren potansiyel yeteneğe sahip sporcunun elit seviyeye ulaşmaya kadar geçen sürecini ifade etmektedir. (Williams ve Reilly, 2000).



Şekil 1 “The stages of the pursuit of excellence”, Williams ve Reilly, 2000, <http://www.napier.ac.uk/~media/worktribe/output-269890/academicreviewpdf.pdf> sayfasından erişilmiştir.

Ericsson, Krampe ve Tesch-Romer (1993) olimpiyatlar seviyesinde başarılı olabilmek için 10 sene ya da 10.000 saat yoğun bir çalışma programının uygulanması gerektiğini vurgulayarak sürecin önemine dikkat çekmektedir. Sporcunun olimpiyat seviyesinde yarışmalara katılabilmesi için çocuk yaşlarda hazırlanmaya başlaması gerektiği ve başarıya ulaşmak için izlenmesi gereken uzun ve zahmetli bir yol olduğu belirtilmektedir.

Dr. Benjamin Bloom’un 1985 yılında Chicago Üniversitesi’nde spor, müzik, sanat ve bilim ile uğraşan dünya çapında başarıya ulaşmış 120 kişi üzerinde yaptığı araştırma; dünya

çapında bir yetenek nasıl geliştirilir, sorusu üzerine kurulmuştur. Boylamsal araştırma sonuçları, başarılı insanların benzer öğrenme ve gelişim dönemlerinden geçtiklerini vurgulamaktadır. Bloom gelişim dönemlerini; ilgi-oyun evresi, uzmanlaşma ve kişileştirme dönemleri olarak üçe ayırmıştır. Bompa ve Drabik'den aktaran Gibbons, (1998) Bloom'un çalışmasına paralel olarak ilgi ve oyun evresinde çocukların çok yönlü gelişimi, ileriki yıllarda uğraşılan spor branşlarında psikolojik, fiziksel ve motorik yetenek gelişimi açısından en uygun etkiyi yapacağını vurgular.

Yetenek gelişiminin, aktif olarak devam ederken, gelişim unsurlarını göz önünde bulunduran çok yönlü bir süreç olması gerektiği ve sürece etki eden faktörlerin sporcuların istekleri doğrultusunda nasıl çoğaltılabileceğinin araştırılması gerekmektedir (Durand-Bush ve Salmela, 2001).

Cobley, Schorer ve Baker (2012) belirttiği ve temel varsayım olarak kabul edilen görüşe göre; bütün yetenek seçimi ve gelişimi programları için yetenek tanımlanabilir, ölçülebileceğidir; fakat bu süreç kolay bir süreç değildir. Özellikle bireysel sporlarda sporcunun belli bir performansını ölçmek -örneğin süratini ölçmek- mümkün olabilirken, takım sporlarında ve jüri değerlendirmesiyle yapılan branşlarda bu zor bir hâl almaktadır. Potansiyel performansın ölçümü ve sporcunun geleceğine dair sergileyebileceği en yüksek performansı hakkında kestirimde bulunma ile bu durumun önemi vurgulanmaktadır. Henüz yeterli çalışma yapılmayan bu alanda yapılacak yeni çalışmalar, yetenekli spocuların performans gelişimlerinde yol haritası çizecek ve yetenek gelişim sürecine dikkatleri çekecektir. (Elferink-Gemser, 2013).

Psikoloji, insan davranışlarını ve zihinsel süreçlerini inceleyen bilim dalı olarak tanımlanmaktadır (Gross, 1996). Spor biliminde, performans konusunda sadece fiziksel faktörler tek başına yeterli olmamakta psikolojik faktörlerin etkisini de dikkate almak gerekmektedir.

Aynı fiziksel özelliklere ve antrenman geçmişine sahip bazı sporcular akranlarına göre mental olarak daha üstün görülebilmektedir. Bazı sporcular baskı altındayken daha iyi performans göstererek düşündükleri oyun planlarını daha etkin kullanabilmekte, zorluklar karşısında daha yaratıcı çözüm yolları bulabilmekte ve karşı koyabilmekte, daha yoğun konsantre olabilmekte, kendi sınırlarını daha çok zorlayabilmekte, yeni teknikleri daha çabuk öğrenebilmekte ya da yarışmalara fiziksel olarak benzerlerine oranla daha iyi hazırlanabilmektedirler. Sporcunun mental avantajları, spor psikolojisi bilimi içinde değerlendirilmektedir. Psikoloji bilimi davranışları ve zihinsel süreçleri açıklamaya

çalışan bilim olarak tanımlanırken Spor Psikolojisi, zihinsel süreçleri sportif bağlamda açıklamaya çalışan bir bilim olarak nitelendirilmektedir (Brewer, 2009).

Yetenek seçimi sırasında göz önünde bulundurulması gereken en önemli faktörlerden biri de sporcuya ait psikolojik özelliklerdir.

Bu alanda yapılan ilk çalışma, 1950 ve 1970'li yıllar arasında başarılı sporcuların kişilik özellikleri üzerine yapılmıştır. Burada üst düzey atletik performans ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Motivasyonel unsurların genç ve yetenekli sporcuların seçiminde ve gelişimde önemli belirleyiciler olduğu tespit edilmiştir (Stewart ve Meyers, 2004). Frederick ve Ryan (1993) çalışmalarında, karar verme ve motivasyon seviyeleri yüksek sporcuların depresyon ve kaygı seviyelerinin düşük olduğunu, bunun yanında zinde olduklarını ve özgüvenlerinin yüksek olduğunu belirtmektedir. Zorlukla başa çıkma, kişi ile çevresi arasında bağlamsal bir arabulucu olarak kabul edilmektedir. Kişinin algıladığı stres ile karşı koyma yeteneği arasında bağlantı olduğu, psikolojik, fizyolojik ve davranışla ilgili yapılan birçok araştırmanın sonucu karşımıza çıkmaktadır (Lazarus, 1993). Bunların yanında zorluklar karşısında baş edebilme yeteneği, kişinin ruh hali, motivasyon durumu ve çabasıyla ilişkili olarak belirlenen hedeflere ulaşabilmesi açısından bir yetenek göstergesi olarak kabul edilmektedir (Duda, Chi, Newton, Walling ve Catley, 1995).

Sporcuların psikolojilerini değerlendirmede en yaygın yöntem olarak kişisel bildirim envanterleri kullanılmaktadır. Spor psikolojisi bilimi, çeşitli envanterler kullanarak sporcuların elit seviyedeki antrenman programlarına uygunluk derecelerini belirlemekte (Porat, Lufi, ve Tenenbaum, 1989), sakatlık durumları hakkında kestirimde bulunmakta (Kerr ve Minden, 1988; Kolt ve Kirkby, 1994), takım sporlarında bir pozisyon için hangi oyuncunun en uygun olduğunu belirlemekte (Daus, Wilson, ve Freeman, 1986), performans gelişimi için sporculara yardımda bulunmakta (Cogan ve Petrie, 1995; Cheung ve Lo, 1996), ve sporcuların neden erken yaşlarda sporu bıraktıkları (Hayashi, 1998) gibi konularda araştırmalarda bulunmaktadır.

Sportif açıdan psikolojik yeteneğin belirlenmesinin, performansın hangi yönde olabileceğini belirlerken önemli bir faktör olarak ortaya konmakta (Hayslip, Petrie, MacIntire, ve Jones, 2010), zihinsel hazırlık, kaygıyla başa çıkma, güven, konsantrasyon ve motivasyon gibi psikolojik özellikler yanında hedef belirleme, rahatlama, zihinde canlandırma, kendi kendine konuşma gibi tekniklerle de performans gelişimine olumlu katkıda bulunacağı belirtilmektedir (Weinberg, Miller ve Horn, 2012).

Elferink ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan araştırmada, yetenekli sporcuların genç yaşlardan itibaren elit seviyede başarılı bir sportif kariyere ulaşmaları için, antropometrik, fizyolojik, teknik, taktik ve psikolojik açıdan kendilerini geliştirmeleri gerektiği, antrenman ve müsabaka sırasında akranlarına oranla daha iyi performnas göstermek zorunda oldukları vurgulanmaktadır. Araştırmada elit sporcuların daha iyi motive oldukları, kaygı seviyelerini kontrol altında tutabildikleri ve özgüvenlerinin daha iyi olduğu belirtilmektedir. Bois, Lalanne ve Delforge (2009) kaygının, fizyolojik uyarılmanın ve kendine güven faktörlerinin sportif performans üzerindeki etkisi olduğunu ifade etmektedirler. Orlick ve Partington (1998)'a göre; kısa ve uzun vadede hedef belirleme, zihinde canlandırma, odaklanma, müsabaka öncesi ve sırasında yapılan oyun planı gibi faktörler, başarılı ve daha az başarılı sporcuların ayırımında fark yaratan unsurlardır (MacNamara, Button ve Collins, 2010). Gezci, Toth, Sipos, Fugedi, Dancs, ve Bogнар'ın (2009) araştırmasında, zorlukla başa çıkma, kaygı ve stres faktörlerinin sporda başarı için önemli belirleyiciler olduğu ve başarılı sporcuların yüksek performans göstermek için daha kararlı eğilime ve gerçekçi hedeflere sahip oldukları belirtilmektedir. Neil, Mellalieu ve Hanton (2006), elit sporcuların yarışma sırasında strese sebep olan zor durumlar karşısında özgüvenlerini artırarak kendilerini korumak ve karşı koymak amacıyla psikolojik yeteneklerinden faydalandıklarını ifade etmektedir.

Gould, Dieffenbach ve Moffett (2002) tarafından olimpiyat Őampiyonları üzerinde yapılan araştırmada, psikolojik yetenek gelişimi; sporcu, aile ve antrenör faktörleri açısından incelenmiş ve sürece etki eden unsurlar; içinde bulunduğu toplum, aile, ğretmen ve arkadaş gibi spor dışındaki kişiler, sporun içinde bulunan antrenörler ve menajerler ve spor sürecinin kendisi olarak sıralanmıştır.

Gulbin, Oldenziel, Weissensteiner ve Gagne (2010) tarafından yapılan araştırmada, elit sporcuların gelişim dönemleri incelenmiş ve bazı faktörlerin bu süreci etkileyebileceği ifade edilmiştir. Spora yeni başladığı andan elit bir sporcu oluncaya kadar geçen gelişim sürecinde sporcunun; doğuştan getirdiği yeteneğinin, bulunduğu sosyal vrenin, antrenman yaşantısının, Őans faktörünün, antrenör desteğinin, spora bağlılığının, ve zihinsel olgunluk seviyesinin etkisine yoğun bir Şekilde maruz kaldığı tespit edilmiştir.

Smith ve Christensen'in (1995) profesyonel beyzbol oyuncularına "the ACSI-28" adı verilen anket formu uyguladığı çalışmasında, elde edilen sonuçlara göre psikolojik faktörlerin performansı belirlemede fiziksel değerlendirmelere oranla daha yüksek sonuçlar verdiği ortaya konmuştur. Williams ve David'in (1995) yaptığı araştırmada,

yeteneği keşfetmek için bilişsel faktörler ve oyun zekasının önemli olduğu ifade edilmiş, algısal ve bilişsel yetenek ölçümlerinin, karar verme ve öngörü gibi özelliklerin tespitinin yetenek seçimi için umut verici olduğu vurgulanmıştır. Ayrıca yetenekli ve daha az yetenekli sporcuların ayırımında tutarlı farklılıklar olduğu belirtilmiştir. Yetenek seçiminin ve gelişimi sürecinin, sporcunun elit seviyeye ulaşıncaya kadar birlikte devam etmesi gerektiği, gerekli gelişim-öğrenme ortamlarının sağlanarak sporcunun potansiyel sahip olduğu yeteneklerinin farkına varmasının sağlanabileceği vurgusu yapılmaktadır (Williams ve Reilly, 2000).

Yetenek gelişimi modellerinde geçmişten günümüze çok fazla değişiklik göze arpmamakta (MacNamara, Button ve Collins, 2010), yetenek gelişiminde psikolojik unsurların önemi vurgulanmakta ise de çoğunlukla temel motorik ve antropometrik özellikler tabanlı test protokolleri uygulanmaya devam etmektedir (Abbott ve Collins, 2002; Regnier vd., 1993).

Ülkemizde genel sportif yeteneğin belirlenmesi ve spor branşına özgü çeşitli tez araştırmaları bölgesel olarak yapılmıştır. Bu araştırmalar kapsamında ilkokul ve ortaokul çağındaki öğrencilere çeşitli antropometrik ölçümler ve sportif test bataryaları uygulanmıştır (Tutkun,2002; Pekel,2007; Mülazimoğlu, 2007).

Sporla yeteneğin değerlendirilmesi konusunda psikolojik yetenek gelişiminin önemi birçok araştırma ile ortaya konmaktadır. Spor psikolojisi alanında yapılan çalışmalar gerek ülkemizde, gerekse Avrupa ve Amerika’da giderek artmakta; fakat yetenek seçimi ve gelişimi sürecinde, psikolojik yeteneğin önemi vurgulanmasına rağmen, uygulamaya gerekli önem gösterilmemekte ve istenilen seviyelere ulaşılamamaktadır.

Bu araştırma; sportif yetenek seçimi ve gelişimi açısından öğrencilerin psikolojik seviyelerinin incelenmesi, konu hakkında daha detaylı bir değerlendirme yapılabilmesi, yeni veriler elde edilmesi ve daha sonra yapılacak araştırmalara katkı sağlaması açısından önem taşımaktadır.

Yetenek seçimine psikolojik n şartların temelinde bakıldığında, başarılı sporcuların daha az başarılı sporculara oranla psikolojik yetenek açısından ayırt edilebilirlikleridir. Sporcuların psikolojik özelliklerini tanımlamaya yönelik yapılacak araştırmalar ile onların zayıf ve kuvvetli yönleri belirlenebilir ve yapılacak stratejik müdahaleler ile gelişim süreçlerinde sportif performans gelişimine katkı sağlanabilir.

1.1. Problem Durumu

Günümüzde spor bilimcilerin büyük bir çoğunluğu; zirveye giden yolda doğuştan gelen özellikler ve çevresel faktörlerin etkileşimin bir sonucu olarak yetenek seçimi ve gelişiminin dinamik bir süreç olarak ele alınması gerektiği düşüncesini savunmaktadır.

Duruma psikolojik yetenek açısından bakıldığında, sporcunun elit seviyede performans sergilemesinde birincil ön şart olarak kabul edilen (Gould vd., 2002), fiziksel kriterlerin tek başına yetenek seçimi ve gelişimi sürecinde yeterli olamayacağı, psikolojik faktörlerin de mutlaka değerlendirme sürecine katılması gerektiği belirtilmektedir (Simonton, 2001). Bu bağlamda çalışmanın problem cümlesi, ortaokul öğrencilerinin sportif açıdan psikolojik yetenek seviyelerinin ortaya konmasıdır.

Problem cümlesine dayalı olarak aşağıdaki alt problemler incelenmiştir.

1. Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetlerine göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
2. Ortaokul öğrencilerinin yaş düzeylerine göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
3. Ortaokul öğrencilerinin sporculuk durumlarına göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
4. Ortaokul öğrencilerinin kiloları ile spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Ortaokul öğrencilerinin boyları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. Ortaokul öğrencilerinin VKİ ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
7. Ortaokul öğrencilerinin kulaç uzunlukları ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
8. Ortaokul öğrencilerinin oturma yükseklikleri ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
9. Ortaokul öğrencilerinin otur uzan esnekliği ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
10. Ortaokul öğrencilerinin durarak uzun atlama ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

11. Ortaokul öğrencilerinin dikey sıçrama düzeyleri ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
12. Ortaokul öğrencilerinin Flamingo denge testi skorları ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
13. Ortaokul öğrencilerinin pençe kuvveti testi sağ el skorları ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
14. Ortaokul öğrencilerinin pençe kuvveti testi sol el skorları ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
15. Ortaokul öğrencilerinin 30 saniye mekik testi skorları ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
16. Ortaokul öğrencilerinin çeviklik t-testi skorları ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
17. Ortaokul öğrencilerinin 20 metre koşu sürati testi skorları (sn) ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
18. Ortaokul öğrencilerinin öğrenim gördüğü okullarına göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
19. Ortaokul öğrencilerinin performans testi puanları ile spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın genel amacı, ortaokul öğrencilerinin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerini bazı değişkenler ile birlikte incelemektir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Genel yargıya göre, iyi sporcular doğuştan fiziksel özelliğe ve genetik yapıya sahip olarak doğarlar. Geleneksel yetenek seçimi ve gelişimi modelleri de bu yargıyı doğrular niteliktedir. Bu sürecin dinamik bir süreç olarak devam etmemesi, genç yetenekli sporcuların dar kriterlere göre değerlendirilmesi, yetenek gelişimi sürecinin sonunda başarısızlığa ve bununla birlikte çok büyük bir zaman, para ve emek kaybına neden olmaktadır.

Başarıya ulaşılacak isteniyorsa, sporcu için gerekli ortamın ve gelişim programlarının hazırlanıp uzun vadede planlanması gerekmektedir. Psikolojik yetenek gelişimi, karmaşık

faktörler ile çeşitli faktörlerin etkisi altındaki sistemin vazgeçilmez unsurlarından biridir. Yapılan araştırmalardaki istatistiksel verilere göre; sporcunun sahip olduğu eşsiz psikolojik karakter, gelecekteki performansını ve başarı durumunu öngörmede birincil etken kabul edilmektedir.

Ortaokul öğrencilerinin psikolojik özelliklerini tanımlamaya yönelik yapılan mevcut araştırma ile onların zayıf ve kuvvetli yönlerinin belirlenebileceği ve yapılacak stratejik müdahaleler ile gelişim süreçlerinde sportif performans gelişimlerine katkı sağlanabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda araştırma ile yetenek seçimi ve gelişimi sürecinde öğrencilerin psikolojik yetenek seviyelerinin incelenmesi, süreç sırasında daha detaylı bir değerlendirme yapılabilmesi, yeni veriler elde edilmesi, daha sonraki araştırmalara kaynak teşkil etmesi bakımından önem arz etmektedir.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmanın hareket noktası olarak kabul edilen varsayımlar aşağıdaki gibidir.

1. Seçilen araştırma grubunun evreni temsil ettiği kabul edilmektedir.
2. Araştırmaya katılan öğrencilerin, yapılan açıklamaları doğru anladıkları ve ACSI-28 envanterini doğru olarak cevap verdikleri kabul edilmektedir.
3. Araştırmaya katılanların ölçümlere içtenlikle katıldıkları, ölçümler sırasında en iyi performanslarını gösterdikleri ve ölçümlerin de doğru yapıldığı kabul edilmektedir.
4. Kaynaklardan elde edilecek bilgilerin gerçeği yansıttığı kabul edilmektedir.
5. Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde kullanılan istatistiksel yöntem ve bilgisayar değerlendirmelerinin geçerli ve güvenilir olduğu kabul edilmektedir.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma verileri, 2015-2016 eğitim-öğretim yılında Ankara'da Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı devlet ortaokullarında ve özel ortaokullarda öğrenim gören 11-15 yaşları arasındaki, tüm testlere katılan 324 erkek ve 313 kız olmak üzere toplam 637 öğrenci katılımıyla sınırlandırılmıştır.
2. Araştırma, ölçümlerde kullanılan testler ile sınırlandırılmıştır.

1.6. Tanımlar

Yetenek: Belli bir alanda normalin üzerinde, ancak henüz tam olarak gelişmemiş özellikler bütünü olarak ifade edilmektedir (Muratlı, 2007).

Sportif yetenek: Sporcu çocuk veya gencin, sportif güç ve güç gelişimi için sahip olduğu ön şartların bütünü olarak tanımlanmaktadır (Sevim, 1995).

Yetenek seçimi: Çocukların mümkün olabilecek en erken yaşta, başarılı olabilecekleri dalda yönlendirilmek üzere gruplandırılmasıdır (Küçük, 2009).

Spor Psikolojisi: Psikoloji bilimi temelinde süreci ve sporun etkilerini inceleyen bilim dalı olarak tanımlanmaktadır (Jarvis, 1999).

Psikolojik yetenek: Sporcunun kişilik özellikleri, isteklendirme şekli ve düzeyi ve psikomotor becerilerinin performans sporuna uygunluğudur (Küçük, 2009).



BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Sporda Yetenek Seçimi

Yetenek seçimi, belirli bir amaç doğrultusunda hazırlanmış görevleri en yüksek performans ile tamamlayan, spor branşı için en uygun birey ya da grubu seçme işi olarak tanımlanmaktadır. Seçilen çocukların yetenekli olarak adlandırılabilmesi ve gelecekte başarılı olabilmeleri için bazı özellikleri (fiziksel, psikolojik, psikomotor) veya bu özelliklerin kombine şeklini taşıması gerekmektedir. Bu özellikler oyun oynarken veya yarışma sırasında çıplak gözle anlaşılamayabilir; bu nedenle bilimsel ölçüm yöntemlerinin gerekliliğine ihtiyaç vardır (Kruger, 2006).

Diğer bir ifade ile yetenek seçimi, seçilen spor branşında daha başarılı olabilecek çocuğun belirli test ve kriterlere göre değerlendirilmesi süreci olarak ifade edilmektedir (Hadavi, 2000). Erken yaşlarda yapılan yetenek seçimi ve daha sonrasında uygulanacak gelişim programları; yetenekli çocukların gelecekte başarılı performans gösteren sporcular olma olasılığını artırmaktadır (Morris, 2000; Vaeyens, Lenoir, Williams ve Philippaerts, 2008).

Konuya açıklık getirmesi bakımından yapılan tanımlarda, yeteneğin doğuştan sahip olunan bir hammadde ve sistemli bir gelişim dönemi sonunda elde edilen ürün olduğudur. Henüz herhangi bir spor branşı ile uğraşmamış potansiyel yeteneğe sahip olabileceklerin tespiti ile hâlihazırda sporun içinde bulunun elit seviyede performans gösterebilecek sporcuların belirlenmesi açısından önem arz etmektedir (Williams ve Reilly, 2000). Yetenek seçiminde kullanılan değerlendirmelerin amacına uygun olarak, sporcunun anlık performansını belirleme ya da gelecekte gösterebileceği performans hakkında kestirimde bulunmak açısından fiziksel, psikolojik ve psikomotor değerlendirmeler olması gerektiğine vurgu yapılmaktadır (Abbott ve Collins, 2004).

2.1.1. Sportif Yetenek

Yetenek genel anlamda; kişinin doğuştan getirdiği, hedeflerini gerçekleştirebilmek için normalin üstünde değere sahip özellikleri olarak kabul edilmektedir. Sportif açıdan yetenekli kişinin sporla ilgili hedefleri ve görevleri yerine getirirken normalin üstünde performans sergilemesi de yetenek tanımlarından biri olarak karşımıza çıkar (Moon, 2003). Diğer bir kaynakta, sporcu çocuk ve gencin; kalıtsal ya da sonradan kazanılmış davranış koşulları nedeniyle sporsal verimler için özel ya da üst düzeyde yatkınlığa sahip olduğu düşünülen bireyler için yetenek tanımı kullanılmaktadır (Karl, 2001).

Sahip oldukları özellikler dikkate alındığında, elit seviyede performans gösterebilecek yetenekli genç sporcuların akranlarına oranla antrenmanlarda veya müsabaka sırasında daha başarılı oldukları düşünülmektedir (Helsen, Hodges, Van Winckel ve Starkes, 2000).

Bu bağlamda yetenekli sporcuların özelliklerini şu şekilde sıralamak mümkündür:

- Antrenmanlarda daha başarılıdırlar.
- Aynı kapsam ve büyüklükteki antrenmanlarda daha yüksek performans gösterirler.
- Antrenmanlarda verilen uyarılara daha hızlı tepki verirler.
- Akranlarına oranla daha çabuk öğrenirler.
- Daha önce edinmiş olduğu becerileri farklı durumlar karşısında başarısını artırmak için kullanırlar.
- Verilen zor görevleri kendilerine has bir şekilde başarıyla yerine getirirler.
- Performanslarının sürekli artması karakteristik özellikleridir.
- Kendilerini tam anlamıyla spora adanmış, çalışkan, hırslı ve sistematik çalışırlar.
- Stres altında bile gerçekçi ve doğru değerlendirmelerde bulunabilirler.
- Riski göze alabilirler.
- Başarısızlıklar karşısında güçlerini kaybetmeyerek bunu bir motivasyon unsuru olarak kullanabilirler (Muratlı, 2007).

2.1.2. Yetenek Seçiminde Kullanılan Yöntemler

Yetenek seçiminde “doğal seçim” ve “bilimsel seçim” olmak üzere iki farklı yöntem kullanılmaktadır.

Doğal seçim yaklaşımına göre, sporcu kendi büyüme sürecinde içinde yaşadığı sosyal çevre ve kültürün, okul ortamının, ailenin çocuk üzerindeki hayallerinin, sporla uğraşan

arkadaşları gibi çevresel faktörlerin etkisi altında kendi doğal ortamında rastgele gelişim ve performan gösterir. Uygun antrenman ve gelişim programları uygulanmadığından dolayı gelişim yavaş ve istenilen yönde değildir (Rezaee, Boostai, Boostani MA, Hosseini ve Javanmardi, 2008).

Bilimsel yetenek seçimi yaklaşımında, alanında uzman ve deneyimli kişiler tarafından uygun test ve yöntemlerle çocuğun hangi spor branşına uygun olduğu belirlenir. Bu yaklaşım ile seçilen çocuğun istenilen seviyede performans gösterebilmesi için zamana ihtiyacı vardır (Boostani, Boostani MH, Nouzari ve Rezaei, 2011).

2.1.3. Yetenek Seçimi Aşamaları

Yetenek seçiminin tek bir ölçüm ile değil; daha detaylı bir değerlendirme adına bir süreç olarak ele alınması gerekmektedir. Kabul edilen farklı yetenek seçimi modelleri olsa da genellikle yetenek seçiminde sürece dahil çocukların seçimi ve uygun spor branşlarına yönlendirilmesi üç aşamada gerçekleşmektedir (Bloom, 1985).

1. Aşama: Okul öncesi dönemi kapsayan (3-8 yaş) kapsar. Bu dönemde mümkün olduğu kadar çok sayıda çocuğun sürece katılması büyük önem arz etmektedir. İlk aşamadaki temel kriter, çocukların sağlıklı olmaları ve fiziksel gelişim ile ilgili problem yaşamamalarıdır. Buradaki değerlendirme branşa özgü değil, çocuğun spora yatkınlığının tespiti yönündedir. Bu aşamada çocuklara uygun ortamlar oluşturularak antrenman imkânı sağlandıktan sonra ön seçim, ara seçim ve son seçim sonucu bir değerlendirme yapılır.

2. Aşama: Ergenlik dönemi ve sonrasına denk gelen bu dönem; yetenek seçim sürecinin en önemli aşaması olarak kabul edilir. Seçilmiş spor branşına özgü tekniğin geliştiği, branşa özgü antrenmanların yapıldığı ve adaptasyonun sağlandığı bu süreci; biometrik ve işlevsel veriler doğrultusunda aktif olarak değerlendirmek gerekir. Spor psikologları bu aşamada önemli bir yere sahiptir. Her çocuk ve her genç için oluşturulan dosyalarda yapılan spor branşına özgü özelliklerin belirtildiği değerlendirmeler yer alır (Booyesen, 2007).

3. Aşama: Yetenek seçiminin son aşamasında, potansiyel olarak ulusal seviyede yeteneğe sahip sporcular üzerine odaklanılmaktadır. Bu süreçte sporcunun stresli durumlar ile başa çıkma yeteneği, sporcunun genel sağlık durumu, gelecekte gösterebileceği potansiyel performans yeteneği ve antrenman ile müsabaka sırasında gösterilen fizyolojik adaptasyonu belirleyici faktörler tespit edilir.

Bompa'nın yetenek seçimi modelinde, antrenörlerin daha sonraki gelişim aşamalarında sporcuları değerlendirirken ve birbirleri ile karşılaştırmada bulunurken kullanacakları her spor branşına özgü fizyolojik ve psikolojik normların olması gerektiği vurgusu yapılmaktadır (Bompa, 1985).

2.1.4. Yetenek Seçiminin Faydaları

Yetenek seçiminin faydaları, aşağıda kısaca belirtildiği gibi, farklı boyutlarda ifade edilebilir (Boostani vd., 2011):

- Sürece katılan çocuklara fiziksel, fizyolojik ve psikolojik ölçümler doğrultusunda yol göstererek onlar için en uygun spor branşının belirlenmesine katkı sağlar.
- Bilimsel yetenek seçimi; çocukların uygun olduğu spor branşlarında muhtemelen daha iyi sonuçlar almalarını, yaşanılacak başarısızlıkların önüne geçerek çocuğun uğraştığı spor branşından daha fazla zevk almasını ve çaba göstermesini sağlayacak.
- Süreç esnasında; çocuklar deneyimli elit antrenörler, elit düzeydeki takımlar ve spor psikologları ile de karşılaşma imkânı bulabilecekler.
- Sürecin doğası gereği daha sağlıklı ve güvenli bir değerlendirme gerçekleşecek.
- Daha az maliyet ile daha iyi sonuçlar alınabilecek.
- Doğru çocukların seçilmesi ile spor yaşamları daha uzun sürebilecek.
- Uygun çocukların seçimi ile öğrenme ve gelişimin daha hızlı ve dah yüksek motivasyonla gerçekleştirilmesi sağlanacak.
- Antrenör ve sporcuların özgüvenlerinin artmasını sağlar.
- Yetenek seçimi çerçevesinde sporcuları geçerli ve güvenilir deneysel ve bilimsel sonuçlara ulaştırır.
- Belirli bir spor branşında hedeflenen performansı gösterebilmek için gereken süreyi kısaltır.
- Yüksek verime sahip iş gücü, enerji ve yetenek ile antrenörler işlerine daha iyi motive olacak, antrenman programları daha iyi seviyelere yükselecek.

2.1.5. Yetenek Seçiminde Kullanılan Ön Koşullar

Sporcular için performanslarının doruk noktasına ulaşmak, sahip oldukları belirli fizyolojik ve psikolojik özellikler ile çevresel faktörler sebebiyle oldukça zor bir iştir. Bireyler arasındaki farklılıkları tanımlamak, onları kendi yetenekleri ölçüsünde başarılı

olabilecekleri sportif aktivitelere yönlendirmek ve teşvik etmek sporcunun gelişimi ve başarılı olabilmesi açısından önem taşır (Boostani vd., 2011).

Kişi, yetenek seçim sürecine sportif performans göstermek için katılmış olmayabilir. Yapılan araştırmalarda 13-15 yaş arasında sporu bırakma oranı %22-%37 olarak tespit edilmiştir (St-Aubin ve Sidney, 1996). Bu oranının bu denli yüksek çıkması; çocukların fizyolojik ve psikolojik özellikleri ile yapılan spor branşının örtüşmemesi veya gerçekleştirilmesi zorunlu bir görev olarak onlar üzerinde baskı oluşturması ile açıklanabilir (Cox, 2007). Bu çocukların sportif faaliyet tercihleri, kendi sportif ve sosyal ihtiyaçları doğrultusunda yapılmamış olabilir. Böyle durumlarda sportif açıdan performans gösterebilecek yetenekte olmayanların süreçten başka noktalara yönlendirilmesi ile yetenekli çocukların gelişimine daha çok zaman ve emek harcanabilir (Boostani, 2008).

Yetenekli sporcuların seçiminde ve gelişiminde, aşağıdaki kıstaslar baz alınarak, uygun spor branşlarına göre gerekli yönlendirmelerin yapılması gerekmektedir (Sevim, 1995).

- Antropometrik Ön Koşullar: Sporcunun; boyu, kilosu, vücut yapısı, vücudunun ağırlık merkezi vb. özellikleri.
- Kondisyonel Ön Koşullar: Sporcunun özel ve genel dayanıklılığı, statik ve dinamik kuvveti sürat, reaksiyon yeteneği, beceri ve hareketlilik gibi özellikleri.
- Tekno-Motorik Özellikler: Sporcunun denge yeteneği, yer mesafe ve tempo hissi topa yatkınlığı, ritmik ve akıcılık gibi özellikleri.
- Öğrenim Yeteneği: Sporcunun algılama, gözlem ve analiz etme özellikleri.
- Performans Ön koşulları: Sporcunun, yüklenmelere dayanabilme özelliği, antrenman isteği, başarıya ulaşma arzusu gibi özellikleri.
- Zihinsel (Kognitif) Yetenekleri: Dikkat, motorik akıcılık (oyun anlayışı), yaratıcılık, insiyatif kullanabilme yeteneği, taktik yetenek gibi özellikler.
- Sosyal Faktörler: Liderlik, sorumluluk taşıma, takım anlayışı gibi özellikler.

2.2. Sportif Psikolojik Yetenek (SPY)

Amerikan Psikoloji Birliği, Spor Psikolojisi'ni; "psikolojinin ilke ve kurallarının spor ortamına uygulanması" olarak tanımlamaktadır (APA, 1996). Burton ve Raedeke (2008), zihinsel faktörleri (hedef belirleme, imgeleme, öz-konuşma, rahatlama ve enerjik olma) ve zihinsel yetenekleri (motivasyon, güç yönetimi, dikkat, stres yönetimi ve özgüven) birbirinden ayırmak gerektiğini ve zihinsel faktörlerin sporcunun zihinsel yeteneklerinin

gelişimi için kullanılabileceğini belirtmektedir. Spor psikolojisi alanında, özellikle genç sporcular üzerinde yapılan araştırmaların artması, spor çevrelerince spora verilen önemi açıkça göstermektedir (Weiss ve Bredemeier, 1983).

Çocuk ve genç sporcular; buldukları çeşitli sosyal çevreler göz önünde bulundurularak spor psikolojisinin sonuçları açısından değerlendirildiğinde antrenörleri, öğretmenleri, aile bireyleri ve akranlarının her birinin sporcu üzerinde farklı etkiye sahip olabileceği belirtilmektedir (McCarthy, Jones, Harwood ve Olivier, 2010).

Gee, Marshall ve King'e göre (2010), çocuklarda ve gençlerde yüksek performans göstermek için SPY, sahip olunması gereken özelliklerin birleşimini ifade etmektedir; bu özelliklerden birinin veya bir kaçının olmaması ise performansı olumsuz etkileyebilmektedir. Özellikle yüksek baskı altında yapılan müsabakalarda genç sporcuların yüksek kalitede SPY sahip olması (Harwood, Cumming, ve Fletcher, 2004), ayrıca performansı geliştirmek için SPY açısından bütünsel bir yaklaşım izlenmesi gerektiği vurgulanmaktadır.

Gelişimsel spor psikolojisi, incelediği çalışma alanları bakımından; (a) gelişim çerçevesinde olgunlaşma ve deneyim ile ilgili kalıplarla birlikte spora katılımı etkileyen psikososyal faktörleri incelemek, (b) spora katılımın belirlenmesi kapsamında psikolojik, sosyal ve fiziksel yeterlilikleri belirlemek ve (c) spor ortamında sosyal sorumluluk ve görevlerin yapılan düzenlemeler ile zihinsel - fiziksel gelişimi nasıl etkilediğini ve ne derecede önemli olduğunu göstermek, olarak üçe ayrılabilir. Psikolojik gelişim açısından sportif yetenek kazanımı, hem gelişim hem de sürecin bir ürünü olarak ortaya çıkmaktadır. Örneğin; psikolojik gelişim, sporda öğrenme ile performansı olumlu anlamda etkilemekte ve sporcuda ahlakî değer yargısı ile hareket noktasında özgüven kazanımını desteklemektedir. Sporcuların deneyimli ve kaliteli antrenörlerle çalışması gelişim sürecinde onlara avantajlar sağlayacaktır (Brewer, 2009).

2.2.1. Şampiyon Sporcuların Psikolojik Özellikleri

Williams ve Krane'nin (2001) yapmış olduğu kapsamlı literatür taraması; sporcuların olimpiyatlar seviyesinde yüksek performans gösterebilmeleri için bazı psikolojik özellikler ve zihinsel yeteneklere sahip olması gerektiğini ortaya koymuştur. Bunlar; kişinin kendini uyarması, yüksek güven duygusu, daha iyi konsantre olma ve odaklanabilme, kendiliğinden kontrollü bir tutuma sahip olma, olumlu imgeleme ve kendiyle konuşma, yüksek kararlılık ve bağlılık gibi özelliklerden oluşmaktadır. Bunların yanında yüksek

performans için zihinde canlandırma, hedef belirleme, zihin kontrol stratejileri, kaygı yönetimi, iyi kurgulanmış yarışma planı, zorluklar karşısında iyi geliştirilmiş stratejiler ve yarışma öncesi zihinsel hazırlık planları da bulunmaktadır.

Olimpiyat sporcuların özelliklerini aşağıdaki gibi sıralayabiliriz:

- Odaklanma yeteneği
- İçsel motivasyon
- Sportif zeka
- Güven
- Özdevimsellik
- Duygusal kontrol

2.2.2. Sportif Psikolojik Yetenek ve Performans

Spor psikolojisi kapsamında, gereğinden fazla sonuç üzerinde durulan bir yaklaşım tarzının izlenmesi, genç sporcuyla psikolojik açıdan olumsuz yönde etkileyerek performans düşüklüğüne neden olabileceği, spordan uzaklaşma ve hatta bırakma noktasına kadar gidebileceği vurgusu yapılmaktadır (Cox, 2007). Sportif performans; fiziksel, morfolojik, çevresel, psiko-motor ve psikolojik özellikler gibi birbirine bağlı değişkenler arasındaki uyum oranında farklılıklar göstermektedir (Booyesen, 2007). Bununla birlikte spor psikolojisinde, sporcunun kişisel gelişimini ve performansını etkileyen bir dizi psikolojik yeteneklerden de söz edilmektedir.

2.2.2.1. Hedef Belirleme

Hedef belirleme, performansı etkileyen önemli bir sportif psikolojik özellik olarak belirtilmekte birlikte, yetenek seviyeleri ve yaş faktörü ele alınmaksızın kendine güven duygusuna, motivasyona ve kaygı kontrolüne olumlu katkı sağladığı belirtilmektedir (Leuens, 2008; Gould, 2010). Locke, Shaw, Saari ve Latham'a (1981) göre hedef, kişinin bir amaç doğrultusunda ulaşmak istediği noktadır. McCarthy vd. (2010), "Hedef Belirleme" yi kendine göre ölçütlerden oluşmuş, amaca giden bir yol ve belirlenen görevin başarıya ulaşma düzeyi anlamında kullanmaktadır. Ayrıca sporcuda olumlu performans ve başarıyı gerçekleştirmek için gerekli bir unsur olduğu vurgulanmaktadır.

Hedef Belirleme kavramı, bilişsel ve motivasyon olmak üzere iki kısımdan oluşmaktadır. Bilişsel kısım sporcunun gelecekte olmak istediği noktayı yansıtırken, motivasyon ile ilgili kısım hedefe ulaşmak için geçen süreçte sporcuyu ayakta tutan enerji olarak ifade edilmektedir (Cox, 2007). Yapılan araştırma sonuçlarına göre, sporcular tarafından belirlenen zorlu ve detaylı hedeflerin basit ve pek tatmin edici olmayan hedeflere oranla daha yüksek performans sağladığı belirtilmekte ve bu bağlamda belirlenen hedeflere ulaşıldığı takdirde sporcuda özgüven artışı sağlandığı ifade edilmektedir (Van Yperen, 2009).

Kingston ve Hardy (1997), hedefleri sonuç sonrası ulaşılan hedef ve performans hedefleri olarak iki başlık altında değerlendirmektedir. Sonuç sonrası ulaşılan hedef daha çok yarış birinci olarak bitirmek veya kazanmak anlamı taşır. Performans hedefi sporcunun kişisel olarak en iyi derecesini yapması gibi daha özel ve sonuç odaklı bir hedef olarak tanımlanmaktadır. Leuens (2008) bu doğrultuda en iyi sonucun elde edilmesi için hem sonuç odaklı Hedef Belirlemenin hem de performans odaklı Hedef Belirlemenin birlikte kullanılması gerektiğine dikkat çekmektedir.

Thelwell ve Greenlees (2003), hedef belirlemede farklı teknik kullanımının algı ve denetim duygusunu geliştirerek performans motivasyonunu artırdığını belirtmektedir. Zorlu ve belirli hedeflerin kolay ve belirsiz hedeflere oranla performansı daha hızlı geliştirdiği ifade edilmektedir.

Gezci vd. (2009) çalışmasında, başarılı sporcuların uğraştıkları branşa kendilerini daha fazla adadıklarını, hedeflerinin belirli ve ulaşılabilir olduğunu belirtmektedir. Araştırma verileri, hedef belirlemede, yetenekli sporcuların daha az yetenekli olanlara oranla daha iyi sonuçlar aldığını göstermektedir.

2.2.2.2. Konsantrasyon

Bilindiği gibi uzun süre dikkatli kalabilmek zordur. Konsantrasyon kişinin içsel ve dışsal uyaranlara karşı bütün dikkatini belirli bir amaç doğrultusunda bir noktaya odaklaması olarak tanımlanmaktadır (Wilson, Peper ve Schmid, 2006). Taylor'un (1995) ifadesine göre, sporcular farklı konsantre stillerine sahiptirler. Bazı sporcular yarışma hakkında tâ ki önemli olana kadar düşünmek istemezler. Bazıları ise hazırlık dönemi boyunca yarışmayı düşünerek ve ona odaklanarak bu süreci geçirirler. Weissensteiner, Abernethy ve Farrow (2009) konsantrasyonun genellikle yetenekli sporcuların bir özelliği olarak öne çıktığını

belirtmektedirler. Bu bulguları destekler nitelik taşıyan başka araştırmalarda da yetenekli sporcuların diğerlerine oranla daha iyi konsantrasyon yeteneğine sahip oldukları bertilmektedir.

Elit sporcular, yarışma sırasında hareketlerini ve bütün dūřüncelerini bir noktaya toplayabilme ve performansa odaklanma yeteneğine sahiptirler. Yarışma sırasında dikkat dağıtıcı bir durum yaşadıklarında hemen yeniden yaptıkları iře odaklanarak yaşadıkları stresli durumla bařa çıkabilirler. Erkekler 100 m. Olimpiyat şampiyonu Donovan Bailey “Dünya rekoru kıracağımı dair dūřünmem. Yarışı bitirme zamanı hakkında bir dūřünceye kapıldığımda bu beni her zaman strese sokar ve bu durumda sadece çıkışı dūřünür ve rahatlamaya çalışarak yapacağım iřin üzerine odaklanırım.” şeklindeki açıklaması stresle nasıl bařa çıktığını göstermektedir. Çevresel faktörlerin hızlı değişimi odaklanmanın da hızlı bir şekilde yapılan iřin üzerine tekrar toplanmasını gerektirmektedir. Geçmiřte yapılan bir hata veya gelecek hakkında dūřünmek genellikle performans düşüklüğüne neden olmaktadır. Üst seviyedeki birçok sporcu, daha iyi konsantre olmak için kendilerine ait zihinsel yöntemler geliştirmektedirler. Bu yöntemler genellikle sahip olunan doğal yeteneğin bir bileşeni olarak kabul edilirler. Fakat bu yeteneklerin hepsine doğuştan sahip olunmadığı, düzenli antrenmanlar ile geliştirilebilir özellikler olduğu -örneğin dikkat kontrolü için- belirtilmektedir. Ayrıca sahip olunan genetik özellikler, yaşam deneyimleri, farklı zihinsel antrenman teknikleri; kuvvetli ve zayıf yönlerinin farkında olan sporcuların farklı odaklanma yöntemlerine sahip olmasını sağlayacaktır. Antrenmanda, yarışma öncesinde veya sırasında dikkatli bir şekilde odaklanma yapılabilmesi, zor olan diğer fiziksel hareketlerin antrenman ile başarıldığı gibi, konsantrasyonun geliştirilebileceğini göstermektedir. En üst düzey performans sergileyebilmek için, yarışmayı kazanmak yerine yapılması gereken sürece ve performansa odaklanmak gerektiği pek çok başarılı sporcu tarafından ifade edilmektedir. Tutarlı ve sürekli yüksek performans gösterebilmek için, sporcuların antrenmanlar sırasında düzenli olarak zihinsel antrenman teknikleri yapmaları ve yarışma koşullarına göre bunları uygulamaları gerekmektedir (Asgar, 2011). Bu bağlamda yapılacak zihinsel antrenman teknikleri ile daha iyi performans sergileyebilmek için aşağıda belirtilen noktalara dikkat edilmesi gerekmektedir:

1. Kişisel yöntemler öğrenerek performans için ideal uyarılma seviyesine ulaşmak.
2. Pozitif tutum ve belirli hedeflerle birlikte nasıl uygulama yapabileceğinizi öğrenmek.
3. Kendi branşınızla ilgili yetenek ve yöntemler doğrultusunda gerekli dikkat tekniklerini pratik yapmak ve öğrenmek.

4. Kendinizin hangi dikkat odaklanmasına daha yatkın olduğunu ve odaklanmayı nasıl değiştirebileceğinizi öğrenmek.
5. Konsantrasyonu belirli kelimeler ve duygular ile ilişkilendirerek, olumsuz noktaları belirlemek ve olumlu şekilde yapmaya gayret göstermek.
6. Olumlu davranışlar ve sonuçlar üzerine odaklanmak.
7. Konsantrasyonunuzun bozulduğu anlarda tekrar konsantre olabilmek için yeni yöntemler ve alışkanlıklar geliştirmek.

2.2.2.3. Özgüven

Spor psikolojisi terimi olarak özgüven, başarıya ulaşmak için sporcunun sahip olduğu yeteneği ve kendine olan inancını ifade etmektedir (Vealey ve Chase, 2008). Sporcunun özgüven duygusu farklı durumlar karşısında kararlı veya değişken özellik gösterebilmektedir. Kararlı olmanın yüksek performans açısından gerekli olduğu belirtilmekte ve elde edilen kötü sonuçlar karşısında sporcunun kendini suçlamaması gerektiği vurgulanmaktadır (Karageorghis ve Terry, 2011). Ayrıca yüksek performans sergileyebilmek için özgüvenin, sahip olunması gereken SPY'nin önemli bir unsuru olduğu antrenörler, spor psikologları ve sporcular tarafından da kabul görmektedir (Vealey ve Chase, 2008). Yapılan araştırma sonuçları, başarılı sporcuların daha az başarılı olanlara oranla yüksek özgüvene sahip olduklarını ortaya koymaktadır. En iyi derecesine ulaşmak isteyen bir sporcunun sahip olduğu yüksek güven duygusunun, yapılan harekete ve nihai sonuca direkt etki ettiği gözlemlenmiştir (Zinsser, Bunker ve Williams, 2010).

Genç sporcuların başarısızlık karşısında kolayca morallerinin bozulabileceği, bu durumun ilerleyen zamanlarda daha karmaşık bir hâl alabileceği ve kaybetme olasılığını artıracığı vurgulanmaktadır. Buna karşın genç sporcunun sahip olduğu özgüven, motivasyonu olumlu yönde tetiklediği için, karşılaşılan psikolojik engeller ve olumsuz durumdan kurtulmada önem arz eder. (Karageorghis ve Terry, 2011).

Tod, Thatcher ve Rahman (2010), başarılı bir performans sergileyebilmek için sporcunun kendine olan özgüveninin, duygusal ve davranışsal olarak olumlu etkiler yapacağını ve performansını yükselteceğini belirtmektedir. Bu noktada özgüveni düşük sporcuların antrenörleri tarafından teşvik edilmesi ve desteklenmesi gerekmektedir.

Sporcunun sahip olduğu güven duygusunun bir bakıma zihinsel bir ayarlayıcı olduğu söylenebilir. Çünkü sportif aktivite sırasında özgüven, sporcunun nasıl bir ruh halinde

olduğunu, karşılaştığı durumlara nasıl tepki vermesi gerektiğini ve düşündüğü her şey de etkili olduğunu göstermektedir. Elit bir sporcu; özgüveninin performansını nasıl etkilediğini: “Özgüvenim yerinde olduğunda, yaptığım sporda daha fazlasını ve daha zorunu yapmak adına daha istekli oluyorum ve bu da benim performansımı yükselterek oyun sırasında harcadığım eforun şiddetinin artmasını sağlıyor” şeklinde ifade etmektedir (Hanton, Thomas ve Maynard, 2004).

Güven duygusu, çocuğun spora katılımını ve devamlılık isteğini de etkilemektedir. Zor durumlara karşı koymada, başarılı olabilmek için geçerli nedenler sunmada, daha zorlu hedefler belirlemede ve daha iyi motive olarak başarı elde etmede, başarılı spocuların daha az başarılı olanlara oranla daha iyi oldukları vurgulanmaktadır. Özgüvenin ayrıca etkili konsantre olma ve karar vermede önemli olduğu belirtilmektedir (Vealey, 2005).

Sporcunun özgüveni; müsabaka periyodunda yaşanan yüksek kaygının negatif etkisi karşısında performansın etkilenmesini önleyerek bu kritik durumda koruyucu bir görev üstlenir. Eğer spocular kendilerini güvende ve kontrol altında hissederlerse, hedefe ulaşmada olumlu tavır takınarak, devamlılık isteği ve performansla kaygı veren durumları kontrol altına alabilecektir. Sporcunun kendine olan özgüveni başarılı olma ve karşılaşılan zorluklarla baş etmede zayıf kalırsa kaygı seviyesinin yükselmesi, bireysel ve çevresel faktörlerin de tesiriyle kişinin performansını olumsuz yönde etkileyecektir. Bu sonuca göre özgüven duygusu, kaygının yokluğu anlamına gelmemekte; sporcunun özdenetimini sağlayarak daha iyi performans sergilemesinde etkili bir faktör anlamına gelmektedir. (Edwards, Kingston, Hardy ve Gould, 2002). DeVenzio (1997), elit spocuların yüksek özgüvene sahip olduklarını ve bu özgüven seviyesi ile yetenek seviyesinin eşit seviyede olduğunu belirtmektedir. Bu bakış açısı, özgüven ve yetenek ile elde edilen başarı arasında bir bağlantı olduğunu savunmaktadır.

2.2.2.4. İmgeleme

SPY'nin bir parçası olan imgeleme; spocuların katıldıkları turnuvalarda ve müsabakalarda başarıyı etkileyen özelliklerden biridir. Günümüzde hem antrenörler hem de spocular imgelemenin sportif performansa olumlu katkısı olduğunu kabul etmektedirler. İmgeleme, kişinin hislerini kullanarak zihninde yaşanmış bir deneyimi yeniden canlandırması veya yeni bir olay yaşaması olarak ifade edilmektedir. Teknik, taktik ve motorik antrenmanlarla beraber kullanılan sportif imgeleme, sporcunun fiziksel ve psikolojik yeteneğinin gerçek

yarışma koşulları olmadan da antrenman ve müsabakadaymış gibi hareket etmesine olanak sağlamaktadır (Vealey ve Greenleaf, 2010).

Orlick ve Partington'un (1988) olimpiyata katılan sporcular üzerinde yapılan araştırmalarında, sporcuların % 99' unun hazırlık döneminde imgeleme yöntemlerini kullandıkları saptanmıştır. Ayrıca Morris, Spittle ve Wittle (2005), bilişsel ve motivasyonel bir özellik olarak ele alınan imgelemenin, bir davranış olarak kişilerin kendilerini imgelemelerinin öğrenme ve yetenek gelişiminde performansı kolaylaştırıcı özelliğini vurgulamaktadır. Sporcu geçmiş performansı üzerinde yapacağı imgeleme ile yeni bir deneyim oluşturacaktır ya da diğer bir anlamda bellek yeni bir ürüne sahip olacaktır, diyebiliriz. Bu doğrultuda sporcu hedefine ulaşmak için ne yapması gerekiyorsa içerik ile ilgili gerekli uyarlamaları yaparak yeni bir imgeleme meydana getirmektedir. Kuvvetli bir imgeleme yeteneğine sahip olmayan, özellikle özgüveni düşük sporcular, yaptıkları hataları imgeleme sırasında da tekrarlamaktadır (Short vd., 2002).

Sporda imgeleme, sporcunun kaygıyla baş edebilmesini sağladığı gibi kendine güven duygusunu da arttırmaktadır (Vurgun, 2010). SPY açısından başarılı ve daha az başarılı sporcular arasında ayırt edici bir özellik olarak göze çarpmaktadır (Weinberg ve Gould, 2003). İmgeleme yeteneği ile sportif performans arasındaki pozitif ilişkinin, Murphy ve Martin'in (2002) araştırması da sporcunun başarısına etki eden bir özellik olduğunu kanıtlar niteliktedir.

İmgeleme; kaygıya karşı sporcunun performansını yükseltmek için kullanılan bir yöntem olarak belirtilmektedir. Daha etkili bir imgeleme için canlılık ve kontrol edilebilirlik, pratik yapmak, tutum ve beklentiler, edinilmiş deneyimler, rahatlıkla odaklanabilme ve yaş dikkat edilmesi gereken unsurlardır. Bununla beraber imgelemenin detaylı olarak yapılması için sporcunun bu yönteme inanması ve bunu rahat bir ortamda gerçekleştirmesi, belirli bir hedefe odaklanarak olumsuz unsurları saf dışı bırakması ve olumlu noktalara odaklanması gerekir. (Vealey ve Greenleaf, 2010).

2.2.2.5. Kaygı

Spor ve egzersiz psikolojisinde en çok kullanılan kavramlardan birisi de kaygıdır. Genel anlamda psikolojik, fizyolojik ve davranışsal tepkilerden veya olaylardan kaynaklanan çok yönlü içsel bir özellik olarak belirtilmektedir (Aşçı ve Gökmen, 2005). Cox'un (2007) ifadesiyle kaygı; müsabaka sırasında beklenmedik durumlarda kendileğinden oluşan,

nedeni belirsiz, sporcunun nasıl bir tutum ve davranış sergilemesi gerektiğine yönelik olumsuz duygu sergilemesi olarak tanımlanmaktadır. Levitt'in tanımında ise kaygı, öznel bir korku duygusu ve artan psikolojik bir uyarılma olarak belirtilmektedir. Bu bağlamda kaygı, sıkıntı verici yüksek uyarılmışlık düzeyi olarak da ifade edilebilir (Levitt, 1980).

Kaygı, zihinsel (bilişsel) ve fiziksel (bedensel) bir unsur olmanın yanında durumluk ya da kişisel özellik olarak belirtilebilir. Durum kaygısı, müsabaka sırasında karşılaşılan farklı durumlarda değişiklik gösterirken, diğer tarafta özellik kaygısı, sporcunun kişiliğinin bir parçası olarak ve bazı olumsuz olmayan durumlarda dahi endişeye neden olabilmektedir. Bilişsel kaygı sporcunun sahip olduğu olumsuz düşünceler sonucunda geliştirdiği ve yaşadığı deneyimler karşısında ne kadar kaygılı olduğu ile ilgiliyken bedensel kaygı farklı durumlar karşısında sporcuda meydana gelen fizyolojik tepkiler ile ilişkilidir (Weinberg ve Gould, 2003).

Performans üzerinde olumsuz etkilere sahip psikolojik faktörlerden biri olan kaygı, sporcuda var olan temel bir duygu ve heyecansal bir olgudur. Tehdit edici koşullar altında ortaya çıkmaktadır (Vurgun, 2010). Kaygının sportif performansı neden olumsuz etkilediğine dair belirtilen nedenler arasında gerilim hissetme, kasların sertleşmesi, kötü koordinasyon ve konsantrasyon gibi fizyolojik etmenler yanında dikkat bozukluğu ve görsel bozukluklar gibi sebepler sıralanmaktadır (Weinberg ve Gould 2003).

Jones, Swain ve Cale'ye (1991) göre, elit sporcuların elit olmayanlara göre en önemli özelliği, müsabakanın önemli anlarında kaygılarını kontrol edebilme yetenekleridir. Kaygı, her zaman performansı olumsuz etkileyebilir. Bu bağlamda dikkat edilmesi gereken nokta; müsabaka sırasında kaygının performansı olumsuz etkilediği anlarda onu kontrol altına alabilmektir. Örnek olarak; son dakikada kazanılan bir penaltı atışıyla maçın sonucunu belirleyecek futbolcunun durumu veya maçın sonucunu etkileyecek serbest atışları kullanacak basketbolcunun durumu gösterilebilir (Vurgun, 2010).

Ergenlik öncesi yetenekli genç sporculara uygulanan ağır antrenmanlar ve yüksek beklenti olumsuz durumların doğmasına neden olmaktadır (Carl, 1984). Hall ve Kerr'e (1997) göre sahip olunan yetenek ile ilgili zayıf algı, müsabaka sırasında genç sporcularda yüksek kaygıya neden olmaktadır. Sporcunun bulunduğu bu zor durum karşısında yardım etme görevi antrenörlere düşmektedir. Birçok eğitimci ve spor bilimci 14-15 yaşından önce çocukların yüksek rekabetçi yarışmalara katılmamaları gerektiği görüşünü savunmaktadırlar. Martens ve Seefeldt (1979), rekabetin yoğunluk derecesinin düşük olması, yalnızca sporcunun becerisinin artmasıyla doğru orantılı olarak müsabakanın

şiddetinin ve beklentilerin de artırılması gerektiğini belirtmektedirler. Çocukların boş zamanlarının sadece ilgili spor branşı ile geçirilmemesi, diğer spor branşlarına ve rekreasyonel faaliyetlere de zaman ayrılması gerektiği vurgulanmaktadır. Bu bağlamda Pieterse'nin (1991) araştırma bulguları, başarı gösteren yetenekli genç sporcuların yüksek kaygı yaşadıklarını gösterir nitelikte olup antrenörler ve eğitimciler tarafından uygulanan baskının, sporcunun kendi algısı üzerinde olumsuz etki yapabileceğini ifade etmektedir. Yapılması gereken, problemin kaynağına inmek; yani sporcunun algısını değiştirmektir. (Kerr, 1997). Kaygıyla ilgili temel problem; talepler, kaynaklar, sonuçlar, anlam ve vücut tepkilerinin farkında olma gibi değer biçme ile ilgili karşılaşılan durumlarda sporcunun yeteneklerini geliştirmemiş olmasından kaynaklanmaktadır. Bu, sporcunun kendine yeterince güvenmediğini göstermektedir. Sonuç olarak olumsuz kaygıdan kurtulmak için sporda karşılaşılan durumları olumlu ve doğru bir biçimde değerlendirerek yeniden gözden geçirmek ve özgüveni yükseltmek gerekmektedir(Jones vd., 1991).

2.2.2.6. Motivasyon

Yetenek gelişiminde anahtar bir rol oynayan motivasyon kavramının önemi; yapılan birçok bilimsel çalışmada araştırmacılar tarafından vurgulanmıştır (Lens ve Rand, 2000). Motivasyon, bireyleri amaçlarına ulaşmak için harekete geçiren, hedefledikleri noktaya varmaya, beklentilerini gerçekleştirmeye ve sonuç almaya yönelten bir dürtü olarak ifade edilmektedir (Küçük, 2009). Roberts'e göre (1992) motivasyon, kişinin sorumluluk olarak görev üstlendiğinde, rakipleriyle yarışma halindeyken veya kendi kapasitesinin üstünde performans göstermek isterken kişisel faktörler, sosyal değişkenler ve bilişsel unsurlar olarak kendini göstermektedir.

Sporcunun belirlediği hedef doğrultusunda ne kadar çaba göstermesi gerektiği motivasyon konusu içinde kabul edilmektedir. Motivasyon; içsel ve dışsal motivasyon olarak ikiye ayrılmaktadır. İçsel motivasyon sporcunun bir yarışmayı kazanmak veya belirli bir rakibi yenmek olarak belirlediği hedefe ulaşmasında içten gelen dürtü olarak belirtilmektedir. Dışsal motivasyon ise sporcunun antrenör, takım arkadaşı ve aile gibi çevresel faktörlerden etkilenmesi sonucu ortaya çıkmaktadır. Kişinin katıldığı yarışmada madalya kazanması, ödül alması veya dikkatleri üzerine çekmesi çevresel faktörler sonucu ortaya çıkan dışsal motivasyonu işaret etmektedir (Karageorghis ve Terry, 2011). İçsel motivasyon unsurları sporun bir parçası olarak eğlence, heyecan, kendini gösterme, yaptığı işten zevk alma ve yeteneklerini geliştirme gibi bizim sporu neden sevdiğimizle ilgilidir. Sporda ve spor

psikolojisinde hem içsel hem de dışsal motivasyon önemli bir yere sahip olmakla birlikte sporcunun performansının geliştirilmesi noktasında birlikte hareket ederler (Jarvis, 2006).

Sportif faaliyetler kapsamında motivasyon, sporcunun sergilediği hırsı kararlı bir şekilde sürdürmede ve yetenek gelişimine katkı sağlamada olumlu bir faktör olarak belirtilmektedir. İçsel motivasyon ile sporcu rakiplerine meydan okuyarak yoğun antrenman temposuna dayanabilmekte, zorluklar ve sakatlıklar ile baş edebilmekte, hedefe ulaşabilmek için başarılı bir performans sergilemekte ve kendi sınırlarını zorlayabilmektedir (Chan, 2012). Dışsal motive olmuş sporcular gereğinden fazla sonuca odaklandıklarında yüksek kaygı ve konsantrasyon bozukluğu yaşadıkları, içsel motive olmuş sporcuların ise dışsal motive olmuş sporculara oranla yaptıkları spordan daha fazla zevk aldıkları belirtilmektedir (Galucci, 2008). Ryan, Frederick, Lepas, Rubio ve Sheldon'un (1997) çalışmasında, spora başlama nedeni olarak içsel ya da dışsal motivasyon unsurlarından hangisinin etkin olduğu araştırılmıştır. Sonuçlar çevresel faktörlerin daha çok spora başlamada, içsel unsurların ise spora devam etmede ve gelişim göstermede etkili olduğunu göstermiştir.

Brewer'e göre (2009), sporcuları motive etmenin en iyi yolunun belirlenmesinde bireysel faktörlerden kişilik, gereksinimler, hedefler ve ilgiler yanında durumsal olarak antrenör tarzı, maç sonuçlarına dair kayıtlar, destek ve gelenekler gibi hususların da göz önünde bulundurulması gerekmektedir (Karageorghis ve Terry, 2011).

Fauzee vd. (2009), antrenörlerin gerek antrenman gerekse müsabaka sırasında yeterli sportif motivasyon sağlamadaki önemine dikkat çekmektedir. Bu bağlamda sporculara söylenecek motive edici sözlerle oyuncunun kendine güvenini yükseltebileceği, stres seviyesini düşürebileceği aynı zamanda coşkusunu yüksek tutulabileceği ifade edilmektedir. Bunlara ek olarak yapılan değerlendirmelerde sporcunun arkadaş çevresinin cesaret vermesi, ödüllerin verilmesi, rol model sporcular, yeni spor tesisleri ve spor malzemeleri sporcunun motive olmasında ve spora devam etmesinde olumlu katkı sağlamaktadır.

Silva tarafından (2006), motivasyonun 15 yaş üstü yetenekli hentbol oyuncularında SPY açısından ilişkili olduğu belirtilmektedir. Farklı sportif psikolojik yeteneklerin birleşmesi performansı olumlu yönde etkilemektedir. Motivasyon, sadece anlık olarak maç veya antrenman sırasında en iyi performansı sergileyebilmek için değil; aynı zamanda uzun bir gelişim süreci sonucunda başarıya ulaşmak ve iyi bir kariyerine sahip olunması adına gerekmektedir.

2.2.3. Sporda Karşılaşılan Zorlukla Başa Çıkma Stratejileri

Sporda zorlukla başa çıkma; strateji, taktik, sorumluluk, bilişsel ya da davranışsal kavramlar yardımıyla tanımlanabilir. Zorlukla başa çıkma, aslında kişinin kendi içinde yaşadığı ya da çevresinde meydana gelen durumlarda iç gözlem yoluyla ya da gözlem yoluyla fark edilebilen bir olgudur. Lazarus ve Folkman (1984) zorlukla başa çıkmayı, bireyin yaşadığı zorluklar, deneyimler ve aşırı yüklenmeler sonucu içsel ve dışsal tepkilere karşı koymak için geliştirdiği dinamik bilişsel ve davranışsal girişimler olarak tanımlamaktadır. Buna ek olarak bilişsel ve davranışsal çabayı, kişinin karşılaştığı zorluklar ya da aşırılıkları, belirli içsel ve dışsal talepleri yönetmek olarak tanımlamaktadır (Lazarus, 1991). Bu noktadan hareketle zorlukla başa çıkma, sporcuların problemlerin üstesinden gelmek için kullandıkları stratejilerden biri olarak kabul edilebilir. Crocker, Kowalski ve Graham (1998), zorlukla başa çıkmayı kişinin bilişsel, duygusal ve davranışsal çabaları karşısında içsel ve/veya dışsal talepler olarak ifade etmektedir. Sporcular, müsabaka ile ilgili karşılaşılabilecekleri stres kaynakları için bir dizi bilişsel ve davranışsal önlem geliştirmek ve değişik durumlarda uygulayacakları bu yöntemleri alışkanlık haline getirmek zorundadırlar (Scanlan, Stein ve Ravizza, 1991). Kristiansen, Roberts ve Abrahamsen (2007), farklı spor branşlarının farklı stres kaynaklarına sahip olduğunu bu nedenle zorlukların üstesinden gelebilmek için sporcuların kendi branşına özel başa çıkma teknikleri kullanması gerektiğini belirtmektedir.

2.2.4. Sporda Psikolojik Yetenek Gelişiminde Ailenin Rolü

Psikolojik yetenek gelişiminde ebeveynlerin ve aile fertlerinin sporcu üzerindeki rolü yadsınamaz. Bu anlamda ebeveynler, çocuğun gelişiminde maddi, manevi, sosyal ve duygusal olarak destek olurlar. Kendilerini çocuklarına adanarak aktif bir yaşam tarzını benimser, çocuğun farklı spor branşları ile uğraşmasını sağlayarak antrenmanlara, maçlara katılmasını sağlar ve gerektiğinde spora teşvik ederek çocuğun psikolojik gelişimine katkıda bulunabilirler. Spora katılım konusunda çocuklarını destekleyen ve teşvik eden aileler bazen kazanma konusunda onlara baskı uygulayabilirler. Araştırma bulgularına göre; aileler, çocuklarının yapabilirlikleri ve başarılı olmaları konusunda olumlu bir tutuma sahiptir. Araştırma verileri; ailelerin, yüksek oranda çocuklarını teşvik etmesi ile çocukların algıladığı fiziksel yeterlilik duygusu arasında paralellik olduğunu göstermektedir. Ayrıca aileler, çocuklarına model davranışlar sergileyerek, başarmak için çalışmanın, disiplinin, aktif olmanın ve sabırlı olmanın gerekliliği konusunda da onların

psikolojik gelişimlerine katkıda bulunabilirler. Aileler tarafından sergilenen bu iyimser yaklaşım, sporcunun gelecekte başarılı olması için gerekli güven duygusu ve motivasyon kazanmasında yardımcı olacaktır. Bunun yanında ailelerin çocuklarının her durumda doğrunun yanında olması gerektiği konusunda taviz vermeyen bir tutum sergilemesi gerekmektedir. Ayrıca ahlakî açıdan çalışmanın önemi konusunda model olunarak, hedeflenen yüksek fakat makul hedeflere ulaşmak için sıkı ve sabırlı çalışılması gerektiği vurgulanmalıdır. (Gould vd., 2002)

Bloom'un (1985) araştırma sonuçları, yetenekli çocukların gelişimleri için aşırı disiplinli tutumun basitleştirilmesi ve aşırı beklentilerden uzak durulması gerektiğini belirtmektedir.

Diğer bir araştırmaya göre ise anne ve babanın pozitif tutum ve davranışlarının çocuk ve genç sporcuların performansına % 59 oranında katkı sağladığı, negatif davranışlarının % 36 oranında olumsuz etki yaptığı belirtilmektedir. Negatif davranışlar; kazanma arzusuna aşırı vurgu yapmak, gerçekçi olmayan yüksek beklentiler içine girmek, çocukların eksik ve hatalı yönlerini vurgulamak, olumsuzluklara odaklanmak ve bazı anne-babaların yetenek geliştirme çalışmaları için gerekli maddi imkânlarla sahip olamaması şeklinde ifade edilmektedir (Hohmann ve Alkemeyer, 2005).

Csikszentmihalyi vd.'nin (1993) çalışması, birçok faktörden oluşan aile kavramının bütünleştirici ve farklılaştırıcı olduğuna dikkat çeker. Bütünleştirme, ailelerin destek ve tutarlı olduklarına dair kararlılığı; farklılaştırma ise çocukların yeni heyecanlar ve imkânlar araması esnasında ailelerin onları teşvik etmeleri olarak ifade edilmektedir. Bu konu hakkındaki güncel kanaat, sporcuların kazanmak için erken yaşta uzmanlaşmaları gerektiği ve onlara aşırı baskı uygulanması gerektiği olsa da aileler spor kariyerlerinin başlangıcında bulunan çocukları için kazanma veya Olimpiyat oyunlarına katılma amacı gütmemektedir. Ayrıca çocukların mutlu olmaları yanında onların eğlenceli bir gelişim dönemi geçirmelerine ve genel gelişimlerine katkı sağlamaya odaklanmışlardır. Başarılı olmak için kazanmak gerektiği vurgusu, spora katılanlar arasında birincil amaç olarak yer almamaktadır. Bunun yanında aileler; çalışmanın, disiplinli olmanın ve olumlu bir tutuma sahip olmanın önemini vurgulamaktadır. Cote'den aktaran Gould vd., (2002) sporcuların orta ve elit seviyedeki kariyerleri boyunca kazanma ve başarıma açısından ebeveynlerin önemli bir yere sahip oldukları, çocuklarının spora başladığı yıllarda ebeveynlerin sahip olduğu rollerin (lider rolünden destekçi rol yönüne) zamanla değiştiği belirtilmektedir.

2.2.5. Sporda Psikolojik Yetenek Gelişiminde Antrenörün Rolü

Psikolojik yetenek gelişiminde ailenin rolü olduğu kadar antrenörlerin de birincil etkisi söz konusudur. Antrenörler bu sürece sıkı çalışmanın ve disiplinin ya da yaptığı işten zevk duymayının önemi, sağlam bir karaktere sahip olmanın gerekliliği noktasında sporcuları destekleyerek, teşvik ederek, direkt öğretim faaliyetinde bulunarak ve onlara anlayış göstererek katkıda bulunurlar.

Ortaya konulan görüşlerde sporcular arasındaki bireysel farklılıklar ve spor yaşantıları dikkate alındığında aynı antrenör stratejisinin farklı sporcularda uygulanamayacağı belirtilmektedir. Bu noktada antrenörlerin önemi vurgulanarak sporcuların psikolojik ihtiyaçları doğrultusunda nerede, ne zaman ve farklı durumlarda nasıl bir yaklaşım sergileyecekleri üzerinde durulmaktadır. Hanson ve Gould'un (1988) çalışmalarında; antrenörlerin, sporcuların psikolojik ihtiyaçlarını karşılama noktasında yeterli olamayabileceği belirtilmektedir. Bu süreci daha iyi anlamak için farklı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Antrenör ve sporcu arasında güçlü bir bağ kurulması, sporcuların gelişimleri için kritik öneme sahiptir. Bu sonuçlar, gelişim çağının ortasındaki ya da elit seviyedeki sporcular için ayrıca önem taşımaktadır. Antrenör ve sporcu arasındaki bağı işaret eden anahtar faktörler; sporcunun antrenörüne olan inancı (deneyimli, bilgili), karşılıklı güven ve saygı, sporcunun gereksinimlerini anlamak ve bu ihtiyaçlara karşılık verebilmek ve sporcuyu sadece performans gösteren biri olarak değil, bütünüyle bir birey olarak kabul etmek olarak sıralanmaktadır.

Bloom'un (1985) yetenek gelişiminin ilk aşamasında belirttiği gibi kazanma amaçlı bir yaklaşım orta seviyeye ulaşıncaya kadar sergilenmemelidir. İlk olarak yapılması gereken, uğraşılan işten zevk alma ve gelişim üzerinde durulmasıdır. Yüksek beklenti, yüksek standart, çok çalışma ve disiplin daha çok antrenör eşliğindeki son iki gelişim aşamasında gerçekleşmelidir. Birçok genç sporcunun ifadesi, genel olarak antrenörlerin çocuk ve genç sporcular üzerinde psikolojik bir zarar oluşturmadığı yönündedir. Sporcuların psikolojik açıdan gelişimlerini tamamlayıp elit seviyedeki yarışmalara katılabilmeleri için alt yapıda görevli antrenörlerin fonksiyonunun önemli olduğu ifade edilmektedir.

Şampiyonların yetişmeleri için antrenörlerin sporculara uygun motivasyon ortamları hazırlayarak bu doğrultuda yönlendirmeleri gerekmektedir. Önceden de ifade edildiği üzere, antrenörler, sporcular açısından gerekli gelişim dönemlerinde yapılan yüksek beklenti, çalışmanın önemi ve yüksek çalışma standartlarının gerekliliği üzerinde durmaktadırlar. Aynı zamanda başarılı olmak için sporcuların ne yapması gerektiğine dair

bir bakış açısı kazanmasında önemli bir rol üstlenmektedirler. Son olarak antrenörlerin, sporcuların psikolojik açıdan gelişimlerinde imgeleme, hedef belirleme ve zihinsel hazırlık gibi zihinsel yetenek gelişimi ile gelecekte psikolojik açıdan kuvvetli ve deneyimli elit sporcular olabilmeleri açısından önemi vurgulanmaktadır (Gould vd., 2002).

2.2.6. Sporcu, Aile ve Antrenör Bakış Açısından Psikolojik Yetenek Gelişiminde Tavsiyeler

Başarım Stratejileri:

- Çocuklara/sporculara yapabilirlik ve pes etmeme fikrini aşılama.
- Çocukların/sporcuların kendi başlarına öğrenmelerine ve ayakları üzerinde durmalarına izin vermek.
- Çocuklara/sporculara yapabilecekleri en üst sınıra kadar teşvik edici olmak.
- Çocukların/sporcuların karşılaşılan problemleri sağlıklı ve yapıcı olarak çözmeleri konusunda teşvik edici olmak (problemi çözüme adına yardım gerektiği zaman bütün seçenekleri gözden geçirerek uygun tavsiyelerde bulunmak).
- Elit seviyede başarı için çocuğun farklı durumları tecrübe etmesi ve kendisi gibi "sıradan" olan insanların, olağanüstü işleri nasıl başardığını görmelerini sağlamak.
- Onlara sıkı çalışma ve başarı arasındaki ilişkinin önemini kavrama konusunda yardımcı olmak.
- Koşulsuz destek ve ebeveyn motivasyonu ile çocuğu uygun seviyede zorlamaya çalışmak. Dikkat edilmesi gereken, yapılan zorlamanın seviyesinin çocuktan çocuğa değişiklik gösterdiği ve yaşlarına göre farklılık gösterdiğidir.
- Çocuğunuzun karşılaştığı zor durumlar ve hayal kırıklığına karşı, normal bir durummuş gibi konunun içine çok fazla dahil olmadan başarılı olmasında ve çaba göstermesinde yardımcı olmak.

Teşvik Etme:

- İstekli ve teşvik edici olmak.
- Cesaret vermek.
- Çocuğun en büyük hayranı olmak ve desteklemek.
- Çocuğu eleştirmemek.

Kendi Kendine Motivasyon:

- Sporcunun kendi kendini motive ve tahrik edici olması gerekir. Ebeveynlere düşen görev, çocuğa motivasyonu korumada sadece yardımcı olmaktır, onların motivasyon kaynağı olarak çocuğun yerini almaması gerekir.
- Sağlıklı psikolojik becerilere sahip olmanın esas aşaması çocuğun ilgisini çeken alana doğru yönelmesi ve yapacağı aktivite ile kendi arasında içsel bir bağlılık hissetmesidir. Çocuğun bu yönelimini anlamak gerekmektedir (örneğin; sağlıklı başa çıkma mekanizması, kararlılık ve odaklanma).
- Uygun ve uzun vadeli herhangi bir hedefe ulaşmak için veya herhangi bir aktivite yaparken çocuğun içinden gelerek yapması gerekmektedir.
- Çocuğun hedefleri ebeveynlerine ithaf edilmiş olabilir, bu konuda çocuğun kendi hedeflerini etkilememek gerekmektedir.

Disiplin:

- Özellikle ilk yıllarda kısa süreli işleri ve verilen sözleri yerine getirmelerinde çocuklara yardımcı olmak.
- Disiplinli olmayı ve yönlendirmeyi beraber sağlamak.

Gelişim:

- Özellikle aktivitelere katılımın ilk yıllarında onların kendi oldukları gibi davranmalarına imkan vermek.
- Sporcuyu dinlemek ve gelişim gereksinimleri konusunda anlayışlı olmak gerekmektedir.
- Erken yaşlarda gelişim üzerinde odaklanılması ve bu süreçte çocukların yaptıkları işten zevk alması üzerine durulması gerekmektedir.
- Spor ile ilgilenme, çocuğun kendine güveni noktasında yardım edebilir, kendiyle gurur duymasında bir kaynak olabilir ve ergenliğin sıkıntılı dönemlerinde yardımcı olabilir. Yarışma konusunda çocuğun kararı olumsuz olsa da sosyalleşmesi için fiziksel ve sportif faaliyetler konusunda teşvik edici olunması gerekmektedir.

Antrenörlük:

- Antrenöre saygı duymanın önemi ve sportmenlik vurgusu yapılmalı.
- İyi bir antrenör bulmak ve işlerine karışmamak gerekir. Sürekli çevrelerinde durmak hoş olmaz.
- Çocuklarla ilgilenecek, yapılan aktiviteyi eğlenceli kılacak ve çocuğun hevesini kırmayacak iyi bir antrenör bulmak; özellikle ilk yıllar için çok önemlidir.
- Çocuk antrenörü ile karşılıklı güven ve saygıya dayalı iyi bir ilişki kurmalı.
- Çocuğunuzun ilk antrenörleri tarafından çok fazla zorlanmaması için antrenörlerin gözlemlenmesi gerekmektedir.

Koşulsuz Sevgi ve Destek:

- Çocuğunuzun kendisinin ne olduğu ve neyi başarabileceğinden çok sadece kendi değerini kavramasında yardımcı olunmalı.
- Çocuğa olan sevgi ve desteğin koşulsuz olduğunu çocuğun bilmesini sağlanmalı.

Örnek Model:

- Örnek davranışları sergileyerek yönlendirmelerde bulunulmalı.
- Çocukta görmek istenen davranışlar sergilenecek örnek model olunmalı (kararlı ve etkin bir yaşam biçimi).

Bakış Açısı:

- Aile içinde aile bireyleri/kardeşler arasında eşitlik duygusu korunmalı.
- Çocuğun sporcu kimliği ve kazanma duygusunu hayatının geri kalanında sürdürmesi için ona yardımcı olunmalı.
- Eğitimin ne kadar önemli olduğu vurgulanmalı ve çok yönlü olma hissi korunmalı.
- Sadece sonuç ile ilgilenen, kazanmaya odaklı bir yaklaşımdan uzak durulmalı. Böyle bir yaklaşım seğilendiği takdirde, zamanla motivasyonun düşmesine ve spordan alınan zevkin azalmasına neden olabilir ve bu durum sporu bırakma noktasına kadar gidebilir. Bunun yerine sürece ve performans başarılarına odaklanan bir yaklaşım sergilemek çok daha doğru olacaktır.

- Çocuğun erken yaşlarda elde ettiği yüksek başarıların onu şımartmaması ve normal davranışları sürdürmesi noktasında ona yardımcı olunması gerekir. Örneğin çocuğun Olimpiyat oyunlarında altın madalya kazanması, onun evde yerine getirmesi gerekli görevlerinden muhaf olduğu anlamına gelmemelidir.
- Performans beklentileri üzerine odaklanması, bu beklentilerin gerçekçi ve düşük seviyede tutulması gerekmektedir.

Genel:

- Çocuğunuza/sporcunuza güvenli ve zevk veren bir spor ortamı hazırlayın.
- Onunla her an beraber olmayın.
- Açık ve samimi iletişim kurmayı destekleyin.
- Çocuğunuza antrenörleri ve takım arkadaşları hakkında eleştirel konuşmayın (Gould vd., 2002).

2.3. Ortaokul Öğrencilerinin Gelişim Özellikleri (11-14 yaş)

Gelişim, organizmada iç ve dış etkenler sonucu, birbirine bağlı ve düzenli biçimde ortaya çıkan ilerleyici bir dizi değişkenler olarak tanımlanmaktadır. Çocuklardaki bu süreç, sürekli bir devamlılık göstermekle beraber, farklı zamanlarda değişen bir gelişim hızına sahiptir. Bireysel farklılıklar ve belirli özellikler bakımından gelişim süreci birbirinin devamı niteliğinde olsa da toplumdan topluma değişiklik gösteren yaş dönemleri, bu süreci kesin çizgilerle birbirinden ayırmayı zorlaştırmaktadır (Muratlı, 2007).

Ergenlik döneminin ilk aşamasını kapsayan Erinlik, çocukluktan yetişkinliğe geçen kız ya da erkek bireylerin fiziksel gelişimlerini meydana getiren bütün fiziksel değişimleri kapsamaktadır. Bu dönem ile bireyin cinsel özelliklerinin ortaya çıktığı dönem ifade edilmektedir (Steinberg, 2007), farklı bir tanımlamada vücudun biyolojik olarak olgunlaşma sürecine vurgu yapmaktadır (Saka,1999). Çocuğun gelişim süreci; yetenekleri, bağımsız olarak hareket etme isteği ve ilgilerine ulaşma derecesi ile bağlantılı olarak psikolojik gereksinimler tarafından yönlendirilmektedir. Çocuklar; yeni becerileri ustalıkla sergilemek, bağımsız kararlar almak ve kendi davranışlarını kontrol etmek için fırsatlar arar, aile dışındaki akranlar ve yetişkinler ile iyi sosyal ilişkiler kurarlar (Connell ve Wellborn, 1991).

Bir ergenin başarması gereken yaşam görevleri vardır (Gander ve Gardiner, 2001). Her aşama; temel biyolojik, bilişsel değişiklikler ve çocukların günlük yaşantılarının geçtiği toplumsal çevre tarafından şekillenir. Çocuk okulda ve farklı organizasyonlarda programlara katılarak yeni yeteneklerini sergiler, aile dışındaki dünyayı öğrenir, başkalarının beklentilerine karşı değer yargıları oluşturur, kendiyle akranları arasında karşılaştırmalarda bulunur ve zorluklar karşısında ne yapacağına dair seçenekler geliştirmek için öğrenme yolları geliştirir. Bu süreçte çocuğun kişisel kimliği ve benlik algısı şekillenerek okul, iş ve geleceğe dair başarıya giden yolda gelişim gösterir. (Eccles, 1999).

2.3.1. Fiziksel Gelişim Özellikleri

Çocuklar büyürken hormon düzeylerinde, kas, kemik ve eklemlerinde, enerji ve dolaşım sistemlerinde bir dizi değişim yaşanmaktadır. Fiziksel anlamda boy artış hızının en yüksek olduğu yaşlar, kızlar için 11-12, erkekler için 13-15 yaş arasındır. Ergenlikte bedensel büyümenin en hızlı olduğu bu duruma ‘Büyüme Hızı Doruğu’ denilir. Söz konusu dönemde ergen, yetişkinlik döneminde alacağı boyun %80’ine ulaşır (Koç, 2004). Çocuklar arasındaki boy farklılıkları 10-12 cm. kadar değişiklik göstermektedir. Bireysel farklılıklar ve cinsiyet faktörü göz önünde alındığında çocukların gelişim süreçlerinin farklılık gösterdiği göze çarpar. Bedensel gelişim; vücut ağırlığının artması ve boyun uzaması yanında, bedeni oluşturan tüm alt sistemlerin büyümesini ve olgunlaşmasını da kapsamaktadır. Bireyin sağlıklı olması, tüm alt sistemleriyle birlikte bedeninin sağlıklı gelişmesine ve işlevlerini gereğince yapmasına bağlanmaktadır (Başaran, 1982).

Bu dönemde kızların vücut ağırlığı, erinlik devresine daha önce girmelerinden dolayı, yaşlıları olan erkeklere oranla daha hızlı artmaya başlamaktadır. Bu dönem, boyuna büyümenin yavaş, enine büyümenin ise daha hızlı olduğu, küçük kasların hızla geliştiği bir dönemdir. Gelişen el becerileri sayesinde top oynama; çekiç atma, küçük el aletlerini kullanma, ve müzik aletleri çalmada başarı gösterebilecekleri duruma gelmektedirler. Kaslar arasındaki koordinasyon hayli ilerlemiştir. Sinir, kas ve eklem koordinasyonu sağlanmaya başlanmıştır. Kas ve organ gücü gelişimi arasında uyum sağlanmıştır. Dönemin sonunda vücut ve hareket gelişimi yönünden “çocukluk olgunluğuna” ulaşılmaktadır. Erkekler kızlara oranla az da olsa daha dayanıklı ve kuvvetlidir (Doğan, 2007).

2.3.2. Psikolojik Gelişim Özellikleri

Bireysel farklılıklar ve cinsiyet farkı bağlamında erken gelişim gösteren kızlar ile erken gelişim gösteren erkekler karşılaştırıldığında psikolojik olarak farklılıklar göze çarpmaktadır. Bu durum, erken ergenlik dönemine giren erkeklerde diğerlerine oranla sportif aktivitelere katılım ve sosyal statüde avantaj sağlamaktadır. Diğer taraftan kızlar için, problematik bir sorun olabilmekte, akran çevresinde fiziksel olarak değişimlerin başlamasıyla birlikte ortaya çıkan bedensel değişiklikler (vücut yağının artması gibi), sahip olunan fiziksel model imajı ile uyuşmamaktadır (Petersen, 1988). Araştırmalar aile ortamlarının bireye sağladığı uygun fırsatlar; bağımsız hareket etme ve aile içinde karar verme sürecinde etkin rol alma gelişim sürecine olumlu etkiler yapmaktadır. Bunlar; kendine güven, özsaygı, okul-öğretmenden-öğrenci algısında pozitif düşünce, mantıklı düşünebilme gibi durumlar ile ilişkilendirildiğinde olumlu sonuçlar ortaya çıkarmaktadır (Eccles, Lord, ve Buchanan, 1996). Diğer taraftan otoriter ve zorlayıcı, erenlik dönemindeki bireyin ihtiyaçlarına karşılık veremeyen aile yapısı; çocuğun öz benlik ve kendini bilme gelişimini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Leahy, 1981).

Ergenliğe ilk adım olan bu süreçte birey, doğuştan gelen yeteneklerden (entelektüel, atletik veya sanatsal yetenek) yoksun olduğu inancına sahip olur ise kendini geliştirebilecek etkinliklerden uzak durarak cesareti kırılacak ve gerekli gelişim görevlerini yerine getirmede problem yaşayacaktır. Buna karşın, uygun bir sosyal ve öğrenme ortamı bulan çocuğun, olumlu bir benlik algısına sahip olacağı ve yetenekleri dahilinde gelişim görevlerini artan bir şekilde yerine getirebileceği ifade edilmektedir. Yetişkinlerin desteğiyle beraber bu süreç; çocuğun yeteneklerini geliştirebileceğine dair özgüvenini geliştirerek, gelişim dönemlerinde karşılaşacakları olumsuz durumları azaltacak ve geleceğe dair olumlu beklentilerini sürdürmelerini sağlayacaktır (Eccles, 1999). Çoğu çocuk için bu dönem, büyüme ve gelişme ile gerçekleşecek heyecanlı bir zaman dilimi olurken, bazıları için (% 25-%40) psikolojik olarak motivasyonun azaldığı, zihinsel sağlık problemlerinin yaşandığı ve okullardaki organizasyonlara katılımın azaldığı dönemi ifade etmektedir. Bireyin psikolojik ihtiyaçları ile ailenin, okulun ve diğer programların sağladığı fırsatlar arasındaki uyum, çocuğun bu dönemin baskısına karşı önemli katkıda bulunur. (Carnegie Council on Adolescent Development, 1989). Bu aşamada üç temel nokta çocukların özgüvenlerini, görev ve etkinliklere katılımını etkilemek için bir araya gelir: (1) bilişsel gelişim çocuğun yetenek seviyesini yükselterek başarı ve başarısızlığa dair algısını artırır; (2) arkadaş grubu, yetişkinler ve aile dışı aktivitelere katılım ile birlikte

çocuğun yaşam alanı genişler; (3) okul ve arkadaş grubu içinde sosyal baskı ve mücadele ile karşı karşıya kalır. Bu dönem, çocuklara çeşitli alanlarda yetkinlik ve ilgi alanlarını geliştirme fırsatı verir. Birçoğu için bu dönem, olumlu bir büyüme dönemidir. Bireyler edinilen doğru tecrübelerle, sağlıklı bir yapı ve dünyalarını kontrol altında tutabilecek bir güven ortamı oluştururlar (Eccles, 1999).

2.3.3. Bilişsel Gelişim Özellikleri

Erinlik dönemindeki en önemli bilişsel değişiklikler, çocukların soyut düşünme yeteneklerinin artmasıyla beraber, varsayımları gerçekmiş gibi göz önünde bulundurabilmeleri, bir sorunun birden fazla boyutunu aynı anda düşünmeleri ve bunları karmaşık sorunların çözümü için de kullanabilmeleri olarak ifade edilmektedir (Piaget, 1973). Bunun yanında bilgiyi işleme ve öğrenme becerilerinin sürekli artarak ilerlediği, farklı konularda sahip olunan bilginin yeni öğrenmelerin gerçekleşebilmesi için organize edilmesi ve kendi güçlü ve zayıf yönlerine duyduğu farkındalığın artması konusunda düzenli bir artış olduğu belirtilmektedir (Siegler, 1986). Bu üst düzey bilişsel yetenekler, öğrenme ve davranışlarını daha iyi organize ederek daha karmaşık ve ayrıntılı görevleri yerine getirmelerinde yardımcı olmaktadır. Aynı bilişsel değişiklikler, bu süreçteki çocukların benlik kavramlarını, geleceğe dair düşüncelerini ve başkaları hakkındaki görüşlerini de etkileyebilmektedir. Erken ergenlik döneminde, gençler başkalarının psikolojik özelliklerini anlamaya daha fazla odaklanır ve arkadaşlıklarını algılayan bu temel özellikler kapsamında belirler (Selman, 1980). Gelişim psikologları bu dönemi; çocukların kendilerini nasıl gördükleri ve olasılıkları göz önüne bulundurarak kendileri ve çevrelerindeki diğer insanları daha derinlemesine anlamaya çalıştıkları bir değişim süreci olarak tanımlar (Harter, 1998).

2.3.4. Sosyal Gelişim Özellikleri

Çocukluktan farklı olarak bu dönemde kişisel ödev ve sorumlulukların yerine getirilmesinin gerektiği ve sosyal ilişkilerin geliştirilmesinin beklenildiği gelişimsel bir dönem olarak ifade edilmektedir (Hummel ve Gross, 2001). Geçiş evresi olan erinlik döneminde iyi bir iletişim kurulamadığı ve gerekli beceriler kazanılmadığı takdirde ergenlik dönemindeki birey, hem kimlik karmaşası yaşayacak hem de çevresiyle çatışma

ihtimali yükselecektir (Ersoy, 2013). Bundan dolayı erinlik döneminde, çocukların hem kimlik kazanması hem de beceriler geliştirmesi önem arz etmektedir.

Spor, gençlere bir takımın veya bir grubun parçası olma, yeni arkadaş edinme ve yakın ilişkiler, sosyal statü ve sosyal kabul geliştirme gibi çok çeşitli sosyal imkanlar sunar. Bu faktörlerin yanında aile ortamındaki baskı da çocuğun, bir çıkış yolu olarak, spora katılma nedenlerinden bir olarak belirtilmektedir. (Allen, 2003). Ayrıca, anne ve babası ayrı olan çocukların tek ebeveynli bir evdeki çocuklara kıyasla okul sporlarına katılma olasılıklarının daha yüksek olduğu bildirilmektedir (Harrison ve Naranyan, 2003). Sosyo-ekonomik açıdan yapılan değerlendirmede, Uys (2009) düşük sosyo-ekonomik seviyede yetişen çocukların, yüksek sosyo-ekonomik ortamlarda yetişen çocuklara kıyasla zayıf bir ince motor gelişim gösterdiğini doğrulamıştır. Bu dezavantajlar, gelecekte çocuğun gelişiminde olumsuz bir etki yaratabilir. Coğrafi konum, arazi, iklim ve şehir merkezine uzaklık gibi çevresel faktörler, çocukların gelişim oranını veya hızını etkileyebilmektedir (Bompa, 2000). Ergenlik erken döneminde bulunan çocukların akranlarına uygunluğu, bu yaştaki gençlerin sosyal kabulünün önemini yansıtmaktadır. Bu dönemde, bireyin içinde bulunduğu arkadaş çevresi, kötü alışkanlıklardan uzak durma adına önem taşımakta ve çocuğun geleceğine yön vermektedir. Arkadaş çevresi baskısı bireyin kötü alışkanlıklarla kolay tanışmasına sebep olmaktadır. Bu süreçte çoğu zaman ahlak, eğitim hedefleri, siyaset ve din gibi önemli konularda ebeveyn görüşlerini kabul eden çocuklar; elbise ve giyim tarzları, müzik ve etkinlik tercihleri konusunda arkadaş grubunun etkisinde kalmaktadır. Buna ek olarak ergenler, genellikle ailesinin savunduğu önemli konular ile paralellik gösteren tutum ve davranış sergileyen kişileri arkadaş olarak seçerler. Uzmanların ortak görüşü; anne-babalık görevini tam anlamıyla yerine getirmeyen ebeveynlerin çocuğun kötü alışkanlıklara yönelmesinde etkili olduğu belirtilmektedir (Brown, 1990).

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde “araştırma modeli, araştırmaya katılan evren ve örneklemin seçimi, verilerin toplanması, veri toplama araçları ve toplanan verilerin analizinde yararlanılan istatistiksel yöntemler” sırasıyla ele alınmıştır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, olay ve olguların dışarıdan ölçümler, gözlem veya deney yaparak, betimleme ya da nedensellik yoluyla gerçeklere ulaşmaya çalışan nicel araştırma yöntemlerinden (Arıkan, 2013, s.27), iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaç edinen ilişkisel tarama modeli kullanılarak (Karasar, 2015, s.81) ortaokul öğrencilerinin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile antropometrik ölçümleri ve performans testlerinden almış oldukları dereceler arasındaki ilişkileri ortaya çıkarmak ve öğrencilerin demografik özelliklerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılığı ortaya çıkarmak amaçlanmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın amacına uygun olarak Ankara ilinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören 287.396 kişi araştırmanın evrenini oluşturmaktadır (Ankara MEB, 2016). %95 güven aralığında tolerans gösterilebilir %5’lik hata payı göz önünde bulundurularak 384 kişinin seçilmesi, bu hedef kitledeki evreni temsil edebilecek sayıya erişmeyi sağlamaktadır. Bu sayı taban değer olarak alınmış ve ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenen 4 okuldan 637 öğrenci, basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılarak araştırmaya katılmıştır. Öğrencilerin katılımında gönüllülük ilkesi temel alınmıştır. Örneklemde yer alan öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları Tablo 1’de görülmektedir.

Tablo 1

Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

	Kategoriler	<i>f</i>	%
Cinsiyet	Erkek	324	50,9
	Kız	313	49,1
Yaş	11	153	24,0
	12	180	28,3
	13	186	29,2
	14	118	18,5
Okullar	Zafer Koleji	128	20,1
	Atıf Bendirlioğlu	143	22,4
	Temelli TOKİ	112	17,6
	Hacıbayram	254	39,9
Sporculuk Durumu	Evet	117	18,4
	Hayır	520	81,6
Toplam		637	100,0

Tablo 1'e bakıldığında öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin dağılımlarının incelendiği görülmektedir. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre dağılımları incelendiğinde, 324 (%50,9) erkek öğrenci ve 313 (%49,1) kız öğrenci bulunmaktadır. Öğrencilerin yaş düzeylerine göre dağılımlarına bakıldığında, 11 yaşında 153 (%24,0) öğrenci, 12 yaşında 180 (%28,3) öğrenci, 13 yaşında 186 (%29,2) öğrenci ve 14 yaşında 118 (%18,5) öğrenci bulunmaktadır. Öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre dağılımları incelendiğinde, Zafer Kolejinde öğrenim gören 128 (%20,1) öğrenci, Atıf Bendirlioğlu Ortaokulun'da öğrenim gören 143 (%22,4) öğrenci, Temelli TOKİ Ortaokulun'da öğrenim gören 112 (%17,6) öğrenci ve Hacıbayram Ortaokulun'da öğrenim gören 254 (%39,9) öğrenci bulunmaktadır. Öğrencilerin sporculuk durumlarına göre dağılımları incelendiğinde, sporcu 117 (%18,4) öğrenci ve sporcu olmayan 520 (%81,6) öğrenci bulunmaktadır. Genel itibari ile araştırmada 637 (%100) öğrenci bulunmaktadır.

3.3. Verilerin Toplanması

Okullarda test ve ölçümlerin yapılabilmesi için Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Etik Komisyonu'ndan ve Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli yazılı onaylar alınmış (Ek-4,Ek-5), okulların müdürlerinden ve sınıf öğretmenlerinden sözlü izin

alınmıştır. Öğrenci velilerinden gerekli izinlerin alınması için “Veli İzin Formları” (EK-2) hazırlanmış ve ölçüm süreci ile ilgili gerekli bilgilendirme ailelere iletilmiştir. Bu doğrultuda aile izni olmayan, testlere katılmak istemeyen veya sağlık problemi bulunan öğrenciler ölçümlere katılmamıştır. Testlere katılım tamamen gönüllülük esasına dayalı olarak yapılmış, test ve ölçümlere sağlık açısından beden eğitimi ve spor dersine katılmasında sakınca bulunmayan çocuklar değerlendirmeye alınmıştır. Araştırma kapsamında yapılan ölçümler 15 Şubat 2016 – 1 Haziran 2016 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir.

Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan Smith vd. (1995) tarafından geliştirilmiş 7 faktörden ve 28 maddeden oluşan “ASCI-28” envanteri ile birlikte fiziksel performans testleri (Otur Uzan Esneklik Testi, Durarak Uzun Atlama, Dikey Sıçrama, Flamingo Denge Testi, Pençe Kuvveti, 30 sn. Mekik, Çeviklik T-Testi ve 20 metre Sürat Testi), antropometrik ölçümler (boy uzunluğu, vücut ağırlığı, oturma yüksekliği ve kulaç uzunluğu) ve demografik özelliklerin yer aldığı “Sportif Yetenek Veri Formu” kullanılmıştır. Mevcut veri toplama araçlarına ait bilgiler ve yapılan çalışmalar aşağıda yer almaktadır.

3.3.1. Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri-28 (ACSI-28)

Smith vd., (1995) tarafından geliştirilen ölçek ile sporcuların psikolojik olarak zorlukla başa çıkma yeteneklerinin ölçülmesi amaçlamıştır. ACSI-28 envanteri, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılarak geliştirilmiş kişisel değerlendirme formu niteliğindedir. Ölçeğin yapısı 28 maddeden ve 7 faktörden (hedef belirleme ve zihinsel hazırlık, konsantrasyon, kaygıdan uzak olma, zorlukla baş etme, baskı altında yüksek performans, güven ve başarı güdüsü ve antrenörlük durumu) oluşmaktadır. 4’lü Likert tipi formunda geliştirilen ölçekte, katılımcılardan yaşadıkları deneyimleri ne kadar sıklıkta yaşadıklarını (Hemen hemen hiçbir zaman= 0, Bazen= 1, Sıklıkla= 2, Hemen hemen her zaman= 3) belirtmesi istenmiştir. ACSI-28’nin 7 alt faktörüne ait Alfa iç tutarlılık katsayısı .62 (konsantrasyon) ve .78 (baskı altında yüksek performans) arasında değişmektedir. Ölçeğin tümü için belirtilen alpha güvenilirlik katsayısı .86 olarak belirtilmektedir.

Tablo 2

ACSI-28 Ölçeğine Ait Faktörler ve Açıklamaları

Alt Faktörler	Açıklamalar
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	Bu bölümden yüksek puan almış kişiler çalışmalarında hedefledikleri noktaya ulaşmaya kadar devam ederler. Bu kişiler planlar yaparlar ve kendilerini zihinsel olarak performans için hazırlarlar. Karşılaşacakları farklı durumlar için açıkça tanımlanmış oyun planları vardır.
Konsantrasyon	Bu alandaki ölçümden yüksek puan alan kişiler bir iş yaparken, rahatsız edici unsurlardan kolayca etkilenmeden yaptığı işe odaklanırlar. Bu özelliklerini hiç ummadıkları bir durumla karşılaştıklarında ya da zor durumlarda bile konsantre olarak sergilerler.
Kaygıdan uzak olma	Bu bölümden yüksek puan almış kişi, kötü performans sergileyeceği ya da hata yapacağı konusunda kendini fazla stres altına sokmaz. Buna ek olarak, hata yapınca başkalarının tavırları ne olur, diye fazla umursamaz. Bu kişiler olmasını istemedikleri şeylere değil, sadece olmasını istedikleri şeylere odaklanırlar.
Baskı altında yüksek performans	Bu bölümden yüksek puan almış kişiler, stres altındayken bulunduğu durumdan rahatsız olmak yerine ona karşı koyarak cevap verir ve iyi performans sergiler.
Zorlukla baş etme	Bu bölümden yüksek puan almış kişiler, durum ne kadar kötüye giderse gitsin olumlu ve istekli olmayı öğrenmiştir. İşler kızışmaya başladığında sakin ve kontrollü davranırlar. Ayrıca bu kişiler yaptığı hatalardan bir an önce geri dönebilir.
Güven ve başarı güdüsü	Bu bölümden yüksek puan alanlar, kendine güvenmeyi ve olumlu yönde motive olmayı öğrenmişlerdir. Bu kişiler sürekli ellerinden gelenin en iyisini yaparlar ve yeteneklerini geliştirmek için çok çalışırlar.
Antrenörlük durumu	Bu bölümden yüksek puan almış kişiler verilen direktifleri uygulayarak öğrenmeye açıktır.

Her bir alt ölçek için toplam puan aralığı en düşük 0, en yüksek 12 olarak belirtilmiş ve alt ölçekten alınan yüksek puan daha kuvvetli bir gösterge olarak ifade edilmektedir. Toplam ölçek puanı ise 0 ile 84 arasında olup alınan yüksek puan, psikolojik yetenek açısından daha kuvvetli bir anlam taşımaktadır.

3.3.1.1. ACSI-28 Envanterinin Türkçeye Uyarlanması

Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri'nin Türkçe uyarlamasını yapmak için Ronald E. Smith ile e-posta yolu aracılığıyla iletişime geçilmiş ve gerekli izin alınmıştır (Ek-6). Yabancı dilden yapılan ölçek uyarlaması çalışmalarında ifadelerin uyarlama yapılacak dil ve kültüre uygun olması büyük önem arz etmektedir. Bu bağlamda Savaşır'ın (1994) belirttiği gibi, ölçeğin Türkçeye uyarlanması aşamasında çevirmenlerin hedef ve kaynak dili iyi bilmeleri, ölçeğin ilgili olduğu konuya hâkim olmaları ve iki kültürde de deneyim sahibi olmaları gerekliliği vurgulanmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanma süreci iki aşamadan oluşmaktadır. Bunlardan ilkinde envanter önce İngiliz dilbilim alanında çalışan iki uzman tarafından birbirlerinden bağımsız olarak İngilizceden Türkçeye ve

Türkçeden tekrar İngilizceye tercüme edilmiştir. Bunlara ek olarak ölçeğin orijinal formu ile Türkçeden İngilizceye çevrilmiş formu, alanında uzman anadili İngilizce olan bir akademisyen tarafından incelenmiş ve geribildirim alınmıştır. Daha sonra bu çeviriler araştırmacı ve alanında uzman bir akademisyen tarafından karşılaştırılmış ve söz konusu maddeyi en iyi ifade ettiği düşünülen çeviriler belirlenmiştir. İkinci aşamada envanterin Türkçeleştirilmiş formu anlaşılabilirliğinin test edilmesi için ortaokula giden 40 öğrenciye uygulanmış ve dilin anlaşılabilirliği test edilmiştir. Alınan geribildirimler sonucu gerekli değişiklikler yapılmış ve ölçeğe son hâli verilmiştir.

3.3.1.2. Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Veriler, araştırmacı tarafından uyarlanmak amacıyla “Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri” (Ek-3) aracılığı ile toplanmıştır. Ölçeğin orijinali, Smith vd. (1995) tarafından geliştirilmiştir. Toplam katılımcı sayısı 318’dir. Ölçeğin daha önce geliştirilmiş 7 faktör ve 28 maddelik yapısının doğrulanıp doğrulanmadığı birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile incelenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi (DFA), pek çok gözlenebilir değişkenin oluşturduğu faktörlerden (gizil değişkenlerden) oluşan faktöryel bir modelin gerçek verilerle ne derece uyum gösterdiğini değerlendirmeyi amaçlar. İncelenecek model, ampirik bir çalışmanın verileri kullanılarak belirlenmiş ya da belirli bir kurama dayandırılarak kurgulanmış bir yapıyı tanımlayabilir (Sümer, 2000). DFA’da modelin geçerliliğini değerlendirmek için çok sayıda uyum indeksi kullanılmaktadır. Bunlar içinde en sık kullanılanları (Cole, 1987; Sümer, 2000); Ki-Kare Uyum Testi (Chi-Square Goodness, χ^2), Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index, CFI), Normlaştırılmamış Uyum İndeksi (Non-Normed Fit Index, NNFI), Normlaştırılmış Uyum İndeksi (Normed Fit Index, NFI), İyilik Uyum İndeksi (Goodness of Fit Index, GFI). Ölçek modelinde gözlenen değerlerin $0 < RMSEA < 0.05$; $0.97 \leq NNFI \leq 1$; $0.97 \leq CFI \leq 1$; $0.95 \leq GFI \leq 1$ ve $0.95 \leq NFI \leq 1$ aralıklarında olması mükemmel uyumu; $4 < X^2/d < 5$; $0,05 < RMSEA < 0,08$; $0.95 \leq NNFI \leq 0,97$; $0.95 \leq CFI \leq 0,97$; $0.90 \leq GFI \leq 0,95$ ve $0.90 \leq NFI \leq 0,95$ olması ise kabul edilebilir uyumu göstermektedir (Kline, 2005; Sümer, 2000). Ayrıca, ölçeğin güvenirliliğini belirlemek amacıyla Cronbach alfa iç tutarlılık anlamında güvenirlilik katsayısı ve test tekrar test güvenirlilik katsayısı hesaplanmıştır.

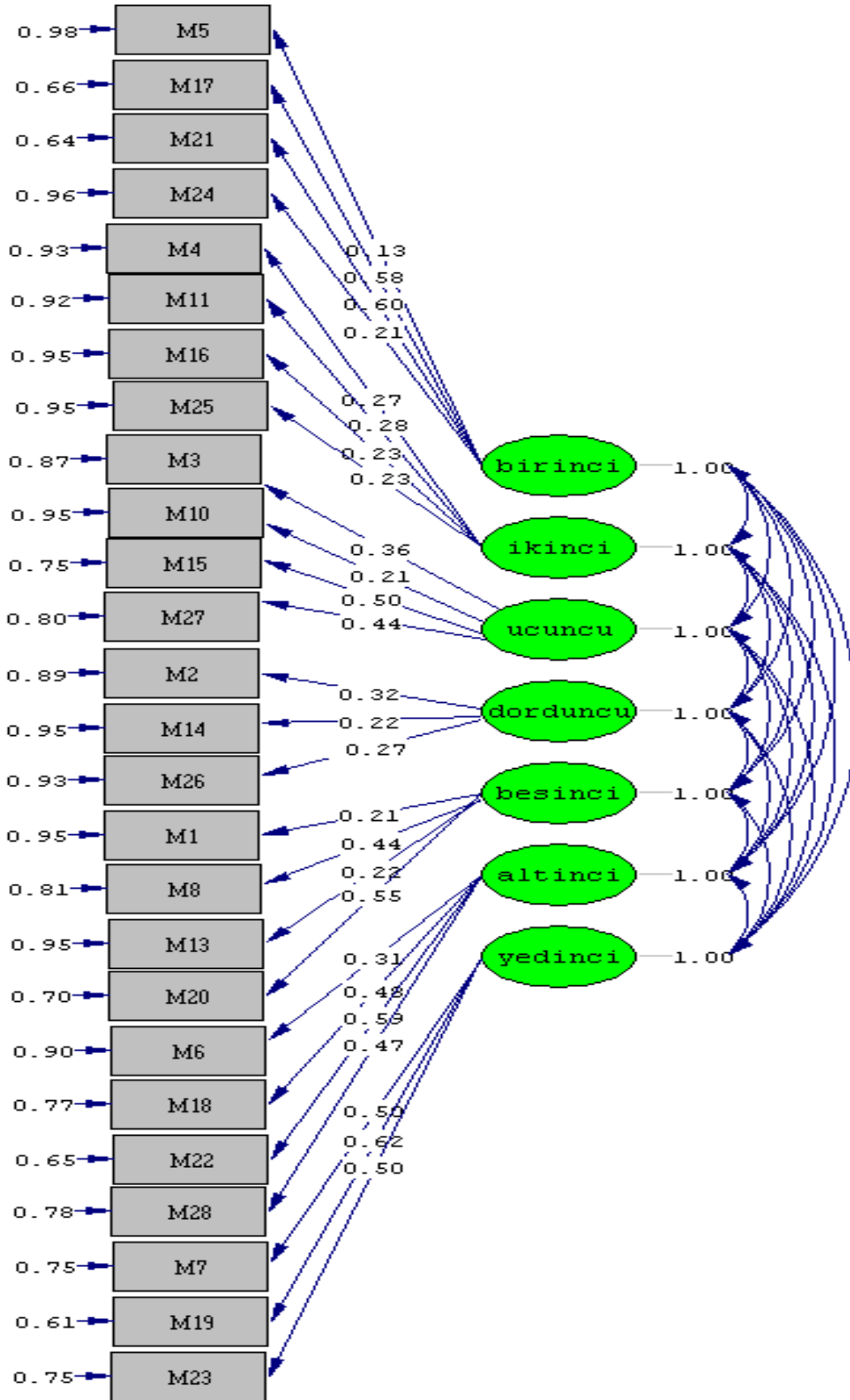
Geçerlik Çalışması:

Ölçeğin geçerliğinin belirlenmesinde birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır.

Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Faktör Yapısı:

Bu bölümde, ölçeğin yedi boyutuna ait 28 maddelik yapısının doğrulanıp doğrulanmadığını değerlendirmek amacıyla DFA uygulanmıştır. Uygulanan ilk DFA'da istatistiksel olarak anlamlı olmayan t değerine sahip maddeler incelenmiştir. Yapılan incelemeye göre anlamlı olmayan t değerine sahip 9. ve 12. madde ölçekten çıkartılmıştır. Kalan 26 madde ile analizler tekrar edilmiştir. Tekrar inceleme sonrası tüm maddeler ölçekteki yerini korumuştur. Path diagramı Şekil 1'de yer almaktadır.

Modele ait uyum indeksleri $\chi^2=924.74$, $X^2/sd= 3.33$, $RMSEA=0.076$, $CFI=0.89$, $IFI=0.90$, $NFI=0.89$ ve $NNFI=0.90$ olarak bulunmuştur. Bu ölçeğin faktöryel yapısını gösteren modelin gözlenen değişkenleriyle faktörleri arasındaki ilişkiyi gösteren katsayılar incelendiğinde, tüm katsayıların yeterli düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır. DFA ile hesaplanan uyum istatistikleri dikkate alındığında, ölçeğin daha önce belirlenen yapısının toplanan verilerle genel olarak uyum sağladığına karar verilmiştir.



Şekil 2. Ölçeğe ait path diagramı.

Maddelere ait regresyon değerleri ve t değerlerine Tablo 3’de yer verilmiştir.

Tablo 3

Ölçeğe ait Regresyon ve T Değerleri

Maddeler	Regresyon değerleri	t değerleri	Madde Toplam Korelasyonu	Maddeler	Regresyon değerleri	t değerleri	Madde Toplam Korelasyonu
M1	0,13	2,41	0,30	M16	0,22	3,25	0,34
M2	0,58	10,02	0,70	M17	0,27	3,58	0,39
M3	0,60	10,28	0,72	M18	0,21	3,79	0,33
M4	0,21	3,79	0,33	M19	0,44	7,29	0,56
M5	0,27	4,09	0,39	M20	0,22	3,89	0,34
M6	0,28	4,14	0,40	M21	0,55	8,67	0,67
M7	0,23	3,75	0,35	M22	0,31	5,89	0,43
M8	0,23	3,74	0,35	M23	0,48	8,85	0,60
M10	0,36	6,49	0,48	M24	0,59	10,84	0,71
M11	0,21	4,07	0,33	M25	0,47	8,67	0,59
M13	0,50	8,59	0,62	M26	0,50	8,84	0,62
M14	0,44	7,75	0,56	M27	0,62	10,97	0,74
M15	0,32	3,90	0,44	M28	0,50	8,81	0,62

Tablo 1 incelendiğinde, elde edilen regresyon katsayılarının ve “t” değerlerinin anlamlı olduğu ($>1,96$) ve modelin doğrulandığı belirlenmiştir. Ölçekte yer alan maddelerin madde toplam korelasyon değerlerine bakıldığında her bir madde ile ölçölmek istenen yapının ölçekte ölçölmek istenen yapı ile uyum gösterdiği ($r>0,30$) ve iç geğerliğinin sağlandığı görölmektedir.

Güvenirlik Çalışması:

Ölçeğin güvenirliğinin belirlenmesinde iç tutarlılık katsayısı olan Cronbach alfa hesaplanmıştır. Birinci alt boyuta “Zorlukla baş etme”ye ait alfa değeri .66; ikinci alt boyuta “Konsantrasyon”a ait alfa değeri .68, üçüncü alt boyuta “Antrenörlük durumu”na ait alfa değeri .71, dördüncü alt boyuta “Güven ve başarı güdüsü”ne ait alfa değeri .65, beşinci alt boyuta “Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık”a ait alfa değeri .70, altıncı alt

boyuta “Baskı altında yüksek performans”a ait alfa değeri .80 ve yedinci alt boyuta “Kaygıdan uzak olma”ya ait alfa değeri .62 olduğu belirlenmiştir. Tezbaşaran (1997, s.47), likert tipi bir ölçekte yeterli sayılabilecek bir güvenilirlik katsayısının olabildiğince 1’e yakın olması gerektiğini ifade etmektedir. Bu sonuçlara göre araştırma için kullanılan ölçme aracının güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğu söylenebilmektedir.

Test tekrar test güvenilirlik katsayısı için, birinci ve ikinci uygulamadan 7 faktöre ait toplam puanlar arasındaki Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Yüksek korelasyon değerleri, test tekrar test güvenilirlik katsayısının yüksek olduğunu göstermektedir. Birinci faktöre ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.72, ikinci faktöre ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.71, üçüncü faktöre ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.62, dördüncü faktöre ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.81, beşinci faktöre ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.83, altıncı faktöre ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.79 ve yedinci faktöre ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.83 bulunmuştur. Ölçeğin test tekrar test güvenilirlik katsayılarının yüksek olduğu belirlenmiştir.

3.3.2. Performans Testleri ve Antropometrik Ölçümlerde Kullanılan Araçlar ve Yöntemler

Ölçümlerden önce öğrencilere uygulanacak testler hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmış ve uygulamalı olarak gösterilmiştir. Ölçümler beden eğitimi ders saatleri içinde gerçekleştirilmiştir. Ölçümler süresince test aralarında öğrencilerin tam dinlenmelerine olanak tanınmıştır. Ölçüm verileri araştırmacı tarafından hazırlanan “Öğrenci Sportif Yetenek Veri Formuna” (Ek-1) kaydedilmiştir.

Kilo ve Boy Uzunluğu Ölçümü: Ağırlık, ölçümü sırasında öğrencinin ayakları çıplak ve üzerinde ağırlığı etkilemeyecek minimal giysi bulundurmalarına dikkat edilmiştir. Ölçüm sırasında öğrencinin iki ayağının tartıya eşit basması sağlanmış ve öğrenci dik ve hareketsiz durumdayken ölçüm yapılmıştır. Ağırlık ölçümleri hassaslık derecesi 100 gr. tartı kullanılarak yapılmıştır. Elde edilen değer kg. cinsinden yazılmıştır. Boy uzunluğu ölçümü ise düz bir zeminde öğrenci çıplak ayaklı iken ölçülmüştür. Elde edilen değer cm. cinsinden kaydedilmiştir. Boy ölçümünde hassaslık derecesi 1 mm. cihaz kullanılmıştır (Tamer, 2000).

Vücut Kitle İndeksi: VKİ değerleri (ağırlık [kg] / boy² [m]) formülü ile hesaplandı (American College of Sports Medicine, 2006).

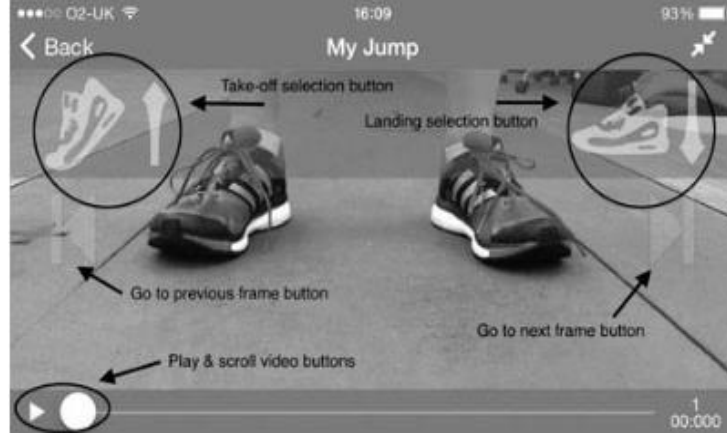
Kulaç Uzunluğu: Bu ölçüm sırasında öğrenciden sırtını duvara dayalı, kollar yanlara açılmış ve yere paralel avuç içleri öne bakar konumda olması istenmiş, sağ ve sol el parmak uçları arasındaki en büyük uzaklık hassaslık derecesi 1 mm. mezura yardımıyla ölçülmüş ve veriler cm. olarak kaydedilmiştir.

Oturma Yüksekliği: Kafa üzerindeki verlex ile oturlan nokta arasındaki mesafedir ve öğrenciye test sırasında dik ve uzun oturması söylenmiştir. Kafa üzerindeki verlex ile oturlan nokta arasındaki mesafe hassaslık derecesi 1 mm. mezura yardımıyla ölçülmüş ve veriler cm. olarak kaydedilmiştir (Mohadjer, Bell, ve Waksberg, 1994).

Otur Uzan Esneklik Testi: Öğrencilerden yere oturmaları ve çıplak ayak olarak tabanlarını düz bir şekilde test sehbasına dayamaları istenmiştir. Araştırmacının direktifleri doğrultusunda öğrencilerden gövdelerinden ileri doğru eğilerek, dizlerini bükmeden ve eller vücudun önünde olacak şekilde uzanabildikleri kadar öne uzanmaları istenmiştir. İki ölçüm yapılmış ve en yüksek değer kayıt edilmiştir. Ölçümlerde “Baseline” marka otur uzan esneklik testi sehbası kullanılmıştır.

Durarak Uzun Atlama: Ölçümler okul bahçesinde kaymayan bir zeminde gerçekleştirilmiştir. Öğrenciden ayaklarını omuz genişliğinde açması, ayak ucu başlama çizgisinin gerisinde olacak şekilde, dizlerden hafif yaylanarak kollarını serbest bırakmaları ve zemini iterek mümkün olan en uzun noktaya sıçramaları istenmiştir. Başlangıç çizgisinden itibaren yere yapıştırılan metre ile ölçüm gerçekleştirilmiştir. 50 santimetrelik cetvel yardımı ile sıçranılan uzaklık belirlenmiş, sıçrama çizgisi ile öğrencinin topuk arası cm. cinsinden ölçülmüştür. İki topuk aynı hizada değilse en gerideki topuktan ölçüm alınmıştır. Öğrenciye iki hak verilmiş ve en iyi derece kayıt edilmiştir (Zorba, 2001).

Dikey Sıçrama: Bu ölçümde Balsalobre-Fernandez vd. (2014) tarafından geliştirilen, iPhone telefon uygulaması kullanılmıştır. Uygulama öğrencinin sıçrama ile birlikte yerle temasının kesildiği an ve tekrar yere bastığı an arasındaki geçen süreyi baz alan Bosco, Luthenen ve Komi (1983) tarafından geliştirilen ve aynı zamanda zıplama platformlarında da kullanılan formüle göre $h = \frac{1}{4} t^2$ (h: sıçrama yüksekliği (metre), t: havada kalış süresi (saniye) video kaydı ile gerçekleştirilmiştir.



Şekil 3. Dikey sıçrama testi için tasarlanmış My Jump uygulamasının ekran yüzü.

Öğrenciden sabitlenmiş telefon karşısında, bir metre uzaklıkta bulunduğu yerde önce çömelmesi ve sonra yukarıya doğru, dizler bükülmeden maksimum bir sıçrayış yapması istetendi. İki deneme yapıldı ve en iyi derece santimetre cinsinden sonuç olarak kaydedildi.

Flamingo Denge Testi: Statik dengenin belirlenmesi amacıyla uygulanan teste, öğrencilerin 50 cm. uzunluğunda, 4 cm. yüksekliğinde ve 3 cm. genişliğinde tahta bir denge aletinin üzerine dominant ayağı ile çıkarak ve diğer ayağını dizinden büküp, kalçasına doğru çekerek aynı taraftaki eli ile tutması ve dengede durmaları istendi. Öğrenciler bu şekilde tek ayakla dengede iken, süre başlatıldı ve 1 dakika boyunca bu şekilde dengede kalmaları istendi. Denge bozulduğunda (ayağını tutarken bırakırsa, tahtadan yere düşerse, vücudunun herhangi bir bölgesiyle yere dokunursa ve benzeri) süre-zaman durduruldu. Öğrenci denge aletine çıkarak dengesini tekrar sağladığında, süre kaldığı yerden devam ettirildi. Bir dakika süreyle test bu şekilde devam etti. Süre tamamlandığında, öğrencinin her denge sağlama girişimi (düşükten sonra) sayıldı ve bu sayı test bitiminde bir dakika süre tamamlandığında, öğrencinin puanı olarak kaydedildi. Eğer ilk 30 saniye 15'ten fazla düşüş olmuş ise, sıfır puan verildi (Council of Europe, 1988).

Pençe Kuvveti Testi: Öğrencilerin pençe kuvvetleri Takei Grip - D marka el dinamometresi ile ölçülmüştür. Her öğrencinin sağ ve sol pençe kuvvetleri öğrenci ayakta dik durduğunda iken kolu yanda aşağıya doğru serbest, tansiyometre elinde ve kol gergin olarak aşağıya doğru sıkması istenmiş ve ekrandaki rakam kg. cinsinden iki kez ölçülerek ve en yüksek değerler kaydedilmiştir.

30 sn. Mekik Testi: Öğrencinin yere sabit jimnastik minderi üzerine sırt üstü yatar vaziyette iken ellerini ensede bağlaması istenmiştir. Ayak tabanı mindere yapışık, dizler 90° büküldür. Ayakların yerde sabit durması için yardımcı olunmuştur. 30 saniye süreyle

mekik hareketi yaptırılmıştır. 30 saniye sonunda her hareket 1 puan olarak değerlendirilmiştir ve yapılan mekik sayısı yazılmıştır (Kılınç, 2008).

Çeviklik T-Testi: Koşu parkuru için 4 koni “T” şekilde yerleştirilmiştir. Test; 9,14 metrelik bir ileriye hızlı koşuyu, sola 4,57 metre yan adımı, sağa 9,14 metre kayma adımı, sola 4,57 metre yan adımı, 9,14 metre geri geri koşma aşamalarını kapsar. Öğrenci başla komutu verildiğinde “A” konisinden başlayarak “B” konisine düz koşu ile koşar ve sağ eli ile koniye dokunur, daha sonra sola “C” konisine doğru yan koşu ile koşarak “C” konisine sol el ile dokunur, sonra da sağa doğru “D” konisine yan koşarak sağ eli ile dokunur. Sonra “B” konisine yan koşu ile gelip sol el ile dokunduktan sonra “A” konisine geri koşu ile geri döner. “A” konisine gelir gelmez kronometre durdurulur. Bu çalışmada öğrenci tam dinlenme ile maksimum 3 tekrar yapar. Öğrencinin en iyi süresi kaydedilir (Pauole, Madole, Garhammer, Lacourse ve Rozenek, 2000).

20 m. Sürat Koşu Testi: Öğrenciler 20 m. belirlenmiş alanda yüksek çıkış, maksimal hız ile 20 m. koşmuştur. 20 m. parkurun başına ve sonuna fotosel yerleştirilmiştir. Çalışmaya katılanlara test iki defa tekrar edilmiş ve en iyi sonuç kaydedilmiştir (Sevim, 1997).

3.4. Verilerin Analizi

Araştırmanın amacına uygun olarak toplanan veriler SPSS-21 paket programına kayıt edilmiştir. Öncelikle verilerin dağılımları incelenmiştir ve uç değerler ile kayıp veri problemi gösteren 28 veri araştırmadan çıkarılmıştır. Ortaokul öğrencilerinin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerini ölçen 7 faktörün ve sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin genelinden elde edilen ortalama puanların çarpıklık değerlerine bakılmış ve -1 ile +1 aralığında değiştiği tespit edilmiştir. Ortaokul öğrencilerinin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile antropometrik ölçümleri (boy uzunluğu, kilo, oturma yüksekliği, kulaç uzunlu ve VKİ) ve performans testlerinden almış oldukları dereceler arasındaki ilişkilere ve demografik özelliklerine göre yetenek seviyeleri arasındaki farklılıklara bakmadan önce veri dağılımının parametrik veya nonparametrik olup olmadığına karar vermek için normallik ve Levene homojenlik testleri yapılmıştır. Ölçeğin geneli ve alt faktörleri bağlamında puanların normal dağılım varsayımının sınanması için Kolmogorov-Smirnov Z testi incelemiş $p>,05$ 'e göre puan dağılımının normal dağıldığı yani normallik varsayımını sağladığı görülmüştür. Test varyanslarının homojenliği yani Levene homojenlik testine ait dağılım incelendiğinde Levene İstatistiği $p>,05$ 'e göre puan

dağılımına ait test varyanslarının homojen dağıldığı yani homojenlik varsayımının sağlandığı sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğe ait elde edilen puan dağılımının sürekli veri olduğu ve eşit aralıklı ölçek düzeyinde olduğu görülmektedir. İki örneklemin (grup) birbirinden bağımsız olması, bağımlı değişkenlerin aralık veya oran ölçek düzeyinde ölçülmüş olması, normallik ve homojenlik varsayımlarının sağlanması parametrik test varsayımlarını karşılamaktadır. (Köklü, Büyüköztürk ve Bökeoğlu, 2007, s.152-161). Araştırmanın amacı doğrultusunda belirlenen alt problemlerin sınanması için yapılan analizler incelendiğinde, öğrencilerin cinsiyetlerine, sporculuk durumlarına göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılığa Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi analizi ile bakılmıştır. Öğrencilerin yaş düzeylerine ve öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılığa One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans) analizi ile bakılmıştır. Öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile antropometrik ölçümleri ve performans testlerinden almış oldukları dereceler arasındaki korelasyon ilişkisine Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi ile bakılmıştır.



BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde araştırmanın problemine hizmet eden alt problemlere ilişkin yapılan analizlere ait bulgulara yer verilmiştir.

Birinci Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetlerine göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı farklılık var mıdır?

Tablo 4

Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki Farklılığa Ait Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	t	sd	p
Hedef belirleme / zihinsel hazırlık	Erkek	324	10,93	2,49	1,76	635	,079
	Kız	313	10,58	2,50			
Konsantrasyon	Erkek	324	11,72	2,40	1,58	635	,114
	Kız	313	11,42	2,35			
Kaygıdan uzak olma	Erkek	324	4,70	2,45	2,53	635	,012*
	Kız	313	5,23	2,86			
Baskı altında yüksek performans	Erkek	324	9,71	2,89	5,28	635	,000*
	Kız	313	8,50	2,91			
Zorlukla baş etme	Erkek	324	10,98	2,64	,65	635	,518
	Kız	313	11,12	2,70			
Güven ve başarı güdüsü	Erkek	324	9,46	1,99	,92	635	,356
	Kız	313	9,60	1,93			
Antrenörlük durumu	Erkek	324	9,10	2,15	,42	635	,678
	Kız	313	9,17	2,33			
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	Erkek	324	66,60	10,86	1,16	635	,246
	Kız	313	65,62	10,25			

*p<,05

Tablo 4' e bakıldığında ortaokul öğrencilerinin cinsiyetlerine göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı farklılığın olup olmadığının incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık” alt faktöründe erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=10,93$) ile kız öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=10,58$) arasında $t_{(635)}=1,76$, $p=,079>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Konsantrasyon” alt faktöründe erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=11,72$) ile kız öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=11,42$) arasında $t_{(635)}=1,58$, $p=,114>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Kaygıdan Uzak Olma” alt faktöründe erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=4,70$) ile kız öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=5,23$) arasında $t_{(635)}=2,53$, $p=,012<,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, kız öğrencilerin Kaygıdan Uzak Olma durumlarına ilişkin yetenek seviyelerinin erkek öğrencilerin Kaygıdan Uzak Olma durumlarına ilişkin yetenek seviyelerinden yüksek olmasından kaynaklanmaktadır.

“Baskı Altında Yüksek Performans” alt faktöründe erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=9,71$) ile kız öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=8,50$) arasında $t_{(635)}=5,28$, $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, kız öğrencilerin Baskı Altında Yüksek Performans durumlarına ilişkin yetenek seviyelerinin erkek öğrencilerin Baskı Altında Yüksek Performans durumlarına ilişkin yetenek seviyelerinden yüksek olmasından kaynaklanmaktadır.

“Zorlukla Baş Etme” alt faktöründe erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=10,98$) ile kız öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=11,12$) arasında $t_{(635)}=,65$, $p=,518>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Güven ve Başarı Güdüsü” alt faktöründe erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=9,46$) ile kız öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=9,60$) arasında $t_{(635)}=,92$, $p=,356>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Antrenörlük Durumu” alt faktöründe erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=9,10$) ile kız öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=9,17$) arasında $t_{(635)}=,42$, $p=,678>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

Sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline bakıldığında erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=66,60$) ile kız öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=65,62$) arasında $t_{(635)}=1,16$, $p=,246>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir. Anlamlı farklılık olmamasına rağmen, erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin, kız öğrencilerin yetenek seviyelerinden daha yüksek olduğu görülmektedir.



İkinci Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin yaş düzeylerine göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı farklılık var mıdır?

Tablo 5

Öğrencilerin Yaş Düzeylerine Göre Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki Farklılığa Ait One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) Sonuçları

	Yaş Düzeyi	N	\bar{X}	S	F(3-633)	p	Post Hoc (Tukey)
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	11	153	11,41	2,48	4,85	,002*	11>12, 11>13
	12	180	10,57	2,46			
	13	186	10,45	2,50			
	14	118	10,69	2,48			
Konsantrasyon	11	153	12,05	2,38	3,16	,024*	11>13
	12	180	11,46	2,33			
	13	186	11,28	2,33			
	14	118	11,62	2,42			
Kaygıdan uzak olma	11	153	5,03	2,70	1,49	,217	
	12	180	5,00	2,61			
	13	186	5,15	2,82			
	14	118	4,51	2,46			
Baskı altında yüksek performans	11	153	9,93	3,02	5,81	,001*	11>12, 11>13
	12	180	8,86	2,87			
	13	186	8,68	2,73			
	14	118	9,12	3,20			
Zorlukla baş etme	11	153	11,55	2,61	3,09	,026*	11>13
	12	180	11,13	2,53			
	13	186	10,76	2,64			
	14	118	10,75	2,89			
Güven ve başarı güdüsü	11	153	9,59	2,00	,19	,903	
	12	180	9,49	1,98			
	13	186	9,56	1,88			
	14	118	9,43	2,04			
Antrenörlük durumu	11	153	9,34	2,26	1,78	,150	
	12	180	9,31	2,29			
	13	186	8,87	2,14			
	14	118	9,02	2,24			
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	11	153	68,90	10,82	5,04	,002*	11>12, 11>13, 11>14
	12	180	65,81	10,11			
	13	186	64,75	9,72			
	14	118	65,14	11,63			

*p<,05

Tablo 5' e bakıldığında öğrencilerin yaş düzeylerine göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı farklılığın olup olmadığının incelendiği görülmektedir. “Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık” alt faktöründe öğrencilerin yaş düzeylerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=4,85$, $p=,002<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, 11 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin ($\bar{X}=11,41$), 12 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinden ($\bar{X}=10,57$) ve 13 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinden ($\bar{X}=10,45$) daha büyük olmasından kaynaklanmaktadır.

“Konsantrasyon” alt faktöründe öğrencilerin yaş düzeylerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=3,16$, $p=,024<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, 11 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin ($\bar{X}=12,05$), 13 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinden ($\bar{X}=11,28$) daha büyük olmasından kaynaklanmaktadır.

“Kaygıdan uzak olma” alt faktöründe öğrencilerin yaş düzeylerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=1,49$, $p=,247>,05$ 'e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir.

“Baskı altında yüksek performans” alt faktöründe öğrencilerin yaş düzeylerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=5,81$, $p=,001<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, 11 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin ($\bar{X}=9,93$), 12 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinden ($\bar{X}=8,86$) ve 13 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinden ($\bar{X}=8,68$) daha büyük olmasından kaynaklanmaktadır.

“Zorlukla baş etme” alt faktöründe öğrencilerin yaş düzeylerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=3,09$, $p=,026<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık, 11 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin ($\bar{X}=11,55$), 13 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinden ($\bar{X}=10,76$) daha büyük olmasından kaynaklanmaktadır.

“Güven ve başarı güdüsü” alt faktöründe öğrencilerin yaş düzeylerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=,19$, $p=,903>,05$ 'e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir.

“Antrenörlük durumu” alt faktöründe öğrencilerin yaş düzeylerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=1,78$, $p=,150>,05$ 'e göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir.

Sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline bakıldığında öğrencilerin yaş düzeylerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=5,04$, $p=,002<,05$ 'e göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık; 11 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin ($\bar{X}=68,90$), 12 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinden ($\bar{X}=65,81$), 13 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinden ($\bar{X}=64,75$) ve 13 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinden ($\bar{X}=65,14$) daha büyük olmasından kaynaklanmaktadır.

Üçüncü Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin sporculuk durumlarına göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı farklılık var mıdır

Tablo 6

Öğrencilerin Sporculuk Durumlarına Göre Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki Farklılığa Ait Independent-Sample (Bağımsız Örneklem) T-Testi Sonuçları

	Sporculuk Durumu	N	\bar{X}	S	t	sd	p																																																																																
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	Evet	117	11,86	2,49	5,42	635	,000*																																																																																
	Hayır	520	10,51	2,44				Konsantrasyon	Evet	117	12,33	2,32	3,86	635	,000*	Hayır	520	11,41	2,35	Kaygıdan uzak olma	Evet	117	5,04	2,55	,37	635	,708	Hayır	520	4,94	2,70	Baskı altında yüksek performans	Evet	117	9,86	2,87	3,05	635	,002*	Hayır	520	8,94	2,96	Zorlukla baş etme	Evet	117	11,33	2,79	1,26	635	,207	Hayır	520	10,99	2,64	Güven ve başarı güdüsü	Evet	117	10,02	1,82	3,00	635	,003*	Hayır	520	9,42	1,98	Antrenörlük durumu	Evet	117	9,74	1,93	3,28	635	,001*	Hayır	520	9,00	2,28	Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	Evet	117	70,20	10,10	4,70	635	,000*
Konsantrasyon	Evet	117	12,33	2,32	3,86	635	,000*																																																																																
	Hayır	520	11,41	2,35				Kaygıdan uzak olma	Evet	117	5,04	2,55	,37	635	,708	Hayır	520	4,94	2,70	Baskı altında yüksek performans	Evet	117	9,86	2,87	3,05	635	,002*	Hayır	520	8,94	2,96	Zorlukla baş etme	Evet	117	11,33	2,79	1,26	635	,207	Hayır	520	10,99	2,64	Güven ve başarı güdüsü	Evet	117	10,02	1,82	3,00	635	,003*	Hayır	520	9,42	1,98	Antrenörlük durumu	Evet	117	9,74	1,93	3,28	635	,001*	Hayır	520	9,00	2,28	Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	Evet	117	70,20	10,10	4,70	635	,000*	Hayır	520	65,20	10,46								
Kaygıdan uzak olma	Evet	117	5,04	2,55	,37	635	,708																																																																																
	Hayır	520	4,94	2,70				Baskı altında yüksek performans	Evet	117	9,86	2,87	3,05	635	,002*	Hayır	520	8,94	2,96	Zorlukla baş etme	Evet	117	11,33	2,79	1,26	635	,207	Hayır	520	10,99	2,64	Güven ve başarı güdüsü	Evet	117	10,02	1,82	3,00	635	,003*	Hayır	520	9,42	1,98	Antrenörlük durumu	Evet	117	9,74	1,93	3,28	635	,001*	Hayır	520	9,00	2,28	Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	Evet	117	70,20	10,10	4,70	635	,000*	Hayır	520	65,20	10,46																				
Baskı altında yüksek performans	Evet	117	9,86	2,87	3,05	635	,002*																																																																																
	Hayır	520	8,94	2,96				Zorlukla baş etme	Evet	117	11,33	2,79	1,26	635	,207	Hayır	520	10,99	2,64	Güven ve başarı güdüsü	Evet	117	10,02	1,82	3,00	635	,003*	Hayır	520	9,42	1,98	Antrenörlük durumu	Evet	117	9,74	1,93	3,28	635	,001*	Hayır	520	9,00	2,28	Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	Evet	117	70,20	10,10	4,70	635	,000*	Hayır	520	65,20	10,46																																
Zorlukla baş etme	Evet	117	11,33	2,79	1,26	635	,207																																																																																
	Hayır	520	10,99	2,64				Güven ve başarı güdüsü	Evet	117	10,02	1,82	3,00	635	,003*	Hayır	520	9,42	1,98	Antrenörlük durumu	Evet	117	9,74	1,93	3,28	635	,001*	Hayır	520	9,00	2,28	Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	Evet	117	70,20	10,10	4,70	635	,000*	Hayır	520	65,20	10,46																																												
Güven ve başarı güdüsü	Evet	117	10,02	1,82	3,00	635	,003*																																																																																
	Hayır	520	9,42	1,98				Antrenörlük durumu	Evet	117	9,74	1,93	3,28	635	,001*	Hayır	520	9,00	2,28	Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	Evet	117	70,20	10,10	4,70	635	,000*	Hayır	520	65,20	10,46																																																								
Antrenörlük durumu	Evet	117	9,74	1,93	3,28	635	,001*																																																																																
	Hayır	520	9,00	2,28				Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	Evet	117	70,20	10,10	4,70	635	,000*	Hayır	520	65,20	10,46																																																																				
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	Evet	117	70,20	10,10	4,70	635	,000*																																																																																
	Hayır	520	65,20	10,46																																																																																			

*p<,05

Tablo 6' ya bakıldığında ortaokul öğrencilerinin sporculuk durumlarına göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı farklılığın olup olmadığının incelendiği görülmektedir. "Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık" alt faktöründe sporcu öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri (\bar{X} =11,86) ile sporcu olmayanların öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri (\bar{X} =10,51) arasında $t_{(635)}=5,42$, $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık sporcu öğrencilerin hedef belirleme / zihinsel hazırlık alt faktöründe yetenek seviyelerinin, sporcu olmayan öğrencilerin yetenek seviyelerinden daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır.

“Konsantrasyon” alt faktöründe sporcu öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=12,33$) ile sporcu olmayanların spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=11,41$) arasında $t_{(635)}=3,86$, $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık sporcu öğrencilerin konsantrasyon alt faktöründe yetenek seviyelerinin sporcu olmayan öğrencilerin yetenek seviyelerinden daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır.

“Kaygıdan uzak olma” alt faktöründe sporcu öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=5,04$) ile sporcu olmayan öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=4,94$) arasında $t_{(635)}=,37$, $p=,708>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Baskı altında yüksek performans” alt faktöründe sporcu öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=9,86$) ile sporcu olmayanların öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=8,94$) arasında $t_{(635)}=3,05$, $p=,002<,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık; sporcu öğrencilerin baskı altında yüksek performans alt faktöründe yetenek seviyelerinin sporcu olmayan öğrencilerin yetenek seviyelerinden daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır.

“Zorlukla baş etme” alt faktöründe sporcu öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=11,33$) ile sporcu olmayanların spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=10,99$) arasında $t_{(635)}=1,26$, $p=,207>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Güven ve başarı güdüsü” alt faktöründe sporcu öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=10,02$) ile sporcu olmayan öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=9,42$) arasında $t_{(635)}=3,00$, $p=,003<,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık; sporcu öğrencilerin güven ve başarı güdüsü alt faktöründe yetenek seviyelerinin sporcu olmayan öğrencilerin yetenek seviyelerinden daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır.

“Antrenörlük durumu” alt faktöründe sporcu öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=9,74$) ile sporcu olmayanların öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=9,00$) arasında $t_{(635)}=3,28$, $p=,001<,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık; sporcu öğrencilerin antrenörlük durumu alt faktöründe yetenek seviyelerinin sporcu olmayan öğrencilerin yetenek seviyelerinden daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır.

Sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline bakıldığında sporcu öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=70,20$) ile sporcu olmayan öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ($\bar{X}=65,20$) arasında $t_{(635)}=4,70$, $p=,000<,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Bu anlamlı farklılık; sporcu öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin sporcu olmayan öğrencilerin yetenek seviyelerinden daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır.

Dördüncü Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin kiloları ile spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 7

Öğrencilerin Kiloları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

	Öğrencilerin Kiloları	
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	-,13(*)
	p	,001
Konsantrasyon	r	-,06
	p	,060
Kaygıdan uzak olma	r	-,05
	p	,119
Baskı altında yüksek performans	r	-,05
	p	,107
Zorlukla baş etme	r	-,13(*)
	p	,000
Güven ve başarı güdüsü	r	-,07(*)
	p	,044
Antrenörlük durumu	r	-,05
	p	,096
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	-,13(*)
	p	,001

* $p<,05$

Tablo 7' ye bakıldığında ortaokul öğrencilerin kiloları ve sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ” Zorlukla Baş Etme”, “Güven ve Başarı Güdüsü” alt faktörlerine yönelik spora

özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kiloları arasında $p<,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin kilolarındaki artış, bu üç faktördeki yetenek seviyelerini azaltmaktadır. “Konsantrasyon”, “Kaygıdan Uzak Olma”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerine ait spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kiloları arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kiloları arasında $r=-,13$, $p=,001<,05$ 'e göre negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin kiloları, spora özgü psikolojik yetenek seviyesi genelinin %2'lik ($r^2=(-,13)^2=0,02$) bir oranını açıklamaktadır.

Beşinci Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin boy uzunlukları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 8

Öğrencilerin Boy Uzunlukları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

	Öğrencilerin Boyları	
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	-,051
	p	,100
Konsantrasyon	r	,024
	p	,275
Kaygıdan uzak olma	r	-,069(*)
	p	,040
Baskı altında yüksek performans	r	-,035
	p	,187
Zorlukla baş etme	r	-,070(*)
	p	,038
Güven ve başarı güdüsü	r	,045
	p	,128
Antrenörlük durumu	r	,006
	p	,437
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	-,042
	p	,144

* $p<,05$

Tablo 8' e bakıldığında; ortaokul öğrencilerinin boy uzunlukları ile sportif sorunlarla başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Kaygıdan Uzak Olma” ve ”Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kiloları arasında $p<,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin boylarındaki artış bu iki faktördeki yetenek seviyelerini azaltmaktadır. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, “Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Yerformans”, “Antrenörlük Durumu” ve “Güven ve Başarı Güdüsü” alt faktörlerine ait spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin boyları arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin boyları arasında $r=-,04$, $p=,144>,05$ 'e göre ilişki yoktur.

Altıncı Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin VKİ ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 9

Öğrencilerin VKİ' leri ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

	Öğrencilerin VKİ leri	
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	-,143(**)
	p	,000
Konsantrasyon	r	-,098(**)
	p	,007
Kaygıdan uzak olma	r	-,013
	p	,374
Baskı altında yüksek performans	r	-,051
	p	,101
Zorlukla baş etme	r	-,128(**)
	p	,001
Güven ve başarı güdüsü	r	-,121(**)
	p	,001
Antrenörlük durumu	r	-,082(*)
	p	,019
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	-,145(**)
	p	,000

* $p<,05$

Tablo 9' a bakıldığında ortaokul öğrencilerinin VKİ ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Zorlukla Baş Etme”, “Güven ve Başarı Güdüsü” ve “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin VKİ’ leri arasında $p<,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin VKİ’ lerindeki artış bu beş faktördeki yetenek seviyelerini azaltmaktadır. “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Baskı Altında Yüksek Performans” alt faktörlerine ait öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile VKİ’ leri arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin VKİ’ leri arasında $r=-,15$, $p=,000<,05$ 'e göre negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin VKİ’ leri spora özgü psikolojik yetenek seviyesinin genelinin %2’lik ($r^2=(-,15)^2=0,02$) bir oranını açıklamaktadır.

Yedinci Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin kulaç uzunlukları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 10

Öğrencilerin Kulaç Uzunlukları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

	Öğrencilerin Kulaç Uzunlukları	
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	-,035
	p	,381
Konsantrasyon	r	,023
	p	,567
Kaygıdan uzak olma	r	-,054
	p	,172
Baskı altında yüksek performans	r	-,036
	p	,359
Zorlukla baş etme	r	-,081(*)
	p	,040
Güven ve başarı güdüsü	r	,052
	p	,189
Antrenörlük durumu	r	,000
	p	,994
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	-,038
	p	,339

*p<,05

Tablo 10' a bakıldığında ortaokul öğrencilerinin kulaç uzunlukları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Zorlukla Baş Etme” alt faktöründe yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kulaç uzunlukları arasında $p<,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin kulaç uzunluklarındaki artış, bu faktördeki yetenek seviyelerini azaltmaktadır. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Baskı Altında Yüksek Performans” alt faktörlerine ait spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kulaç uzunlukları arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline

yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kulaç uzunlukları arasında $r=-,04$, $p=,339>,05$ 'e göre ilişki yoktur.

Sekizinci Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin oturma yükseklikleri ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 11

Öğrencilerin Oturma Yükseklikleri ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

	Öğrencilerin Oturma Yükseklikleri	
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	-,031
	p	,216
Konsantrasyon	r	,018
	p	,322
Kaygıdan uzak olma	r	-,030
	p	,224
Baskı altında yüksek performans	r	-,049
	p	,107
Zorlukla baş etme	r	-,045
	p	,130
Güven ve başarı güdüsü	r	,046
	p	,125
Antrenörlük durumu	r	,036
	p	,180
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	-,020
	p	,309

* $p<,05$

Tablo 11 'e bakıldığında ortaokul öğrencilerinin oturma yükseklikleri ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile oturma yükseklikleri arasında ölçeğin geneli ve alt faktörlerinde $p<,05$ 'e göre anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

Dokuzuncu Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin otur uzan esnekliği ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 12

Öğrencilerin Otur Uzan Esnekliği ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

	Öğrencilerin Otur Uzan Esnekliği	
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	,139(*)
	p	,000
Konsantrasyon	r	,135(*)
	p	,000
Kaygıdan uzak olma	r	,048
	p	,112
Baskı altında yüksek performans	r	,115(*)
	p	,002
Zorlukla baş etme	r	,060
	p	,064
Güven ve başarı güdüsü	r	,158(*)
	p	,000
Antrenörlük durumu	r	,087(*)
	p	,015
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	,171(*)
	p	,000

*p<,05

Tablo 12' ye bakıldığında ortaokul öğrencilerinin otur uzan esnekliği ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”. ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin otur uzan esnekliği arasında p<,05'e göre r değerleri incelendiğinde, pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin otur uzan esnekliğindeki artış bu beş faktördeki yetenek seviyelerini artırmaktadır. “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerine ait spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin otur uzan esnekliği arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma

becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile otur uzan esnekliği arasında $r=,17$, $p=,000<,05$ 'e göre pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin otur uzan esnekliği spora özgü psikolojik yetenek seviyesinin genelinin %3'lük ($r^2=(,17)^2=0,03$) bir oranını açıklamaktadır.

Onuncu Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin durarak uzun atlama ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 13

Öğrencilerin Durarak Uzun Atlama ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

		Öğrencilerin Durarak Uzun Atlama	
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	,199(*)	
	p	,000	
Konsantrasyon	r	,217(*)	
	p	,000	
Kaygıdan uzak olma	r	-,031	
	p	,215	
Baskı altında yüksek performans	r	,116(*)	
	p	,002	
Zorlukla baş etme	r	,096(*)	
	p	,007	
Güven ve başarı güdüsü	r	,207(*)	
	p	,000	
Antrenörlük durumu	r	,112(*)	
	p	,002	
Spora Özgü Psikolojik Yetenek(Genel Toplam)	r	,207(*)	
	p	,000	

* $p<,05$

Tablo 13' e bakıldığında ortaokul öğrencilerinin durarak uzun atlama ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” ve “Zorlukla Baş Etme” alt

faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin durarak uzun atlama arasında $p < ,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin durarak uzun atlamasındaki artış, bu altı faktördeki yetenek seviyelerini artırmaktadır. “Kaygıdan Uzak Olma” alt faktörüne ait spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin “durarak uzun atlaması arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile durarak uzun atlaması arasında $r = ,21$, $p = ,000 < ,05$ 'e göre pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin durarak uzun atlama düzeyleri, spora özgü psikolojik yetenek seviyesi genelinin %4'lük ($r^2 = (.21)^2 = 0,04$) bir oranını açıklamaktadır.

On Birinci Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin dikey sıçrama düzeyleri ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 14

Öğrencilerin Dikey Sıçrama Düzeyleri ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

	Öğrencilerin Dikey Sıçrama Düzeyleri	
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	,202(**)
	p	,000
Konsantrasyon	r	,201(**)
	p	,000
Kaygıdan uzak olma	r	-,059
	p	,068
Baskı altında yüksek performans	r	,126(**)
	p	,001
Zorlukla baş etme	r	,106(**)
	p	,004
Güven ve başarı güdüsü	r	,218(**)
	p	,000
Antrenörlük durumu	r	,111(**)
	p	,003
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	,204(**)
	p	,000

* $p < ,05$

Tablo 14' e bakıldığında ortaokul öğrencilerinin dikey sıçrama düzeyleri ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin dikey sıçrama düzeyleri arasında $p<,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin dikey sıçrama düzeylerindeki artış, bu altı faktördeki yetenek seviyelerini artırmaktadır. “Kaygıdan Uzak Olma” alt faktörüne ait spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin dikey sıçrama düzeyleri arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile dikey sıçrama düzeyleri arasında $r=,20$, $p=,000<,05$ 'e göre pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin dikey sıçrama düzeyleri, spora özgü psikolojik yetenek seviyesi genelinin %4'lük ($r^2=(,20)^2=0,04$) bir oranını açıklamaktadır.

On İkinci Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin Flamingo denge testi skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 15

Öğrencilerin Flamingo Denge Testi Skorları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

Öğrencilerin Flamingo Denge Testi Skorları		
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	-,055
	p	,084
Konsantrasyon	r	-,031
	p	,220
Kaygıdan uzak olma	r	,010
	p	,396
Baskı altında yüksek performans	r	-,004
	p	,460
Zorlukla baş etme	r	,044
	p	,132
Güven ve başarı güdüsü	r	-,057
	p	,076
Antrenörlük durumu	r	-,018
	p	,329
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	-,021
	p	,296

*p<,05

Tablo 15' e bakıldığında ortaokul öğrencilerinin Flamingo denge testi skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile Flamingo denge testi skorları arasındaki ölçeğin geneli ve alt faktörlerinde p<,05'e göre anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

On Üçüncü Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin pençe kuvveti testi sağ el skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 16

Öğrencilerin Pençe Kuvveti Testi Sağ El Skorları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

Öğrencilerin Pençe Kuvveti Testi Sağ El Skorları		
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	-,012
	p	,386
Konsantrasyon	r	-,006
	p	,438
Kaygıdan uzak olma	r	-,013
	p	,368
Baskı altında yüksek performans	r	,020
	p	,304
Zorlukla baş etme	r	-,073(*)
	p	,032
Güven ve başarı güdüsü	r	,023
	p	,284
Antrenörlük durumu	r	-,001
	p	,487
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	-,016
	p	,340

*p<,05

Tablo 16' ya bakıldığında ortaokul öğrencilerinin pençe kuvveti testi sağ el skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Zorlukla Baş Etme” alt faktörüne yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin pençe kuvveti testi sağ el skorları arasında $p<,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. A da olsa öğrencilerin pençe kuvveti testi sağ el skorlarındaki artış, bu bir faktördeki yetenek seviyelerini azaltmaktadır. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, “Konsantrasyon”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Baskı Altında Yüksek Performans” alt faktörlerinde öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile pençe kuvveti testi sağ el skorları arasında anlamlı ilişki

olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile pençe kuvveti testi sağ el skorları arasında ilişki yoktur.

On Dördüncü Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin pençe kuvveti testi sol el skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 17

Öğrencilerin Pençe Kuvveti Testi Sol El Skorları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

Öğrencilerin Pençe Kuvveti Testi Sol El Skorları		
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	-,009
	p	,406
Konsantrasyon	r	,013
	p	,376
Kaygıdan uzak olma	r	,017
	p	,332
Baskı altında yüksek performans	r	,016
	p	,339
Zorlukla baş etme	r	-,085(*)
	p	,016
Güven ve başarı güdüsü	r	,048
	p	,115
Antrenörlük durumu	r	,014
	p	,366
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	,000
	p	,498

*p<,05

Tablo 17' ye bakıldığında ortaokul öğrencilerinin pençe kuvveti testi sol el skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. "Zorlukla Baş Etme" alt faktörüne yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin pençe kuvveti testi sol el skorları arasında p<,05'e göre r değerleri

incelendiğinde, negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin pençe kuvveti testi sol el skorlarındaki artış, bu bir faktördeki yetenek seviyelerini azaltmaktadır. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Baskı Altında Yüksek Performans” alt faktörlerinde öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile pençe kuvveti testi sol el skorları arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile pençe kuvveti testi sol el skorları arasında ilişki yoktur.

On Beşinci Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin 30 saniye mekik testi skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 18

Öğrencilerin 30 Saniye Mekik Testi Skorları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

		Öğrencilerin 30 Saniye Mekik Testi Skorları
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	,152(**)
	p	,000
Konsantrasyon	r	,138(**)
	p	,000
Kaygıdan uzak olma	r	-,054
	p	,086
Baskı altında yüksek performans	r	,143(**)
	p	,000
Zorlukla baş etme	r	,083(*)
	p	,018
Güven ve başarı güdüsü	r	,190(**)
	p	,000
Antrenörlük durumu	r	,072(*)
	p	,035
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	,165(**)
	p	,000

*p<,05

Tablo 18' e bakıldığında ortaokul öğrencilerinin 30 saniye mekik testi skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin 30 saniye mekik testi skorları arasında $p<,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin 30 saniye mekik testi skorları artış, bu altı faktördeki yetenek seviyelerini artırmaktadır. “Kaygıdan Uzak Olma” alt faktöründe öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile 30 saniye mekik testi skorları arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile 30 saniye mekik testi skorları arasında $r=,17$, $p=,000<,05$ 'e göre pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin 30 saniye mekik testi skorları, spora özgü psikolojik yetenek seviyesinin genelinin %3'lük ($r^2=(,17)^2=0,03$) bir oranını açıklamaktadır.

On Altıncı Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin çeviklik t-testi skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 19

Öğrencilerin Çeviklik T-Testi Skorları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

		Öğrencilerin Çeviklik T-Testi Skorları
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	-,142(**)
	p	,000
Konsantrasyon	r	-,126(**)
	p	,001
Kaygıdan uzak olma	r	,011
	p	,394
Baskı altında yüksek performans	r	-,077(*)
	p	,026
Zorlukla baş etme	r	-,094(**)
	p	,009
Güven ve başarı güdüsü	r	-,161(**)
	p	,000
Antrenörlük durumu	r	-,064
	p	,054
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	-,148(**)
	p	,000

*p<,05

Tablo 19' a bakıldığında ortaokul öğrencilerinin çeviklik t-testi skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin çeviklik t-testi skorları arasında $p<,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin çeviklik t-testi skorlarındaki artış, bu beş faktördeki yetenek seviyelerini azaltmaktadır. “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerinde öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile çeviklik t-testi

skorları arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile çeviklik t-testi skorları arasında $r=-,15$, $p=,000<,05$ 'e göre negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin çeviklik t-testi, skorları spora özgü psikolojik yetenek seviyesinin genelinin %2'lik ($r^2=(,15)^2=0,02$) bir oranını açıklamaktadır.

On Yedinci Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin 20 metre koşu sürati testi skorları (sn.) ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 20

Öğrencilerin 20 Metre Koşu Sürati Testi Skorları (sn.) ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

Öğrencilerin 20 Metre Koşu Sürati Testi Skorları (sn)		
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	-,131(**)
	p	,000
Konsantrasyon	r	-,086(*)
	p	,015
Kaygıdan uzak olma	r	,037
	p	,175
Baskı altında yüksek performans	r	-,128(**)
	p	,001
Zorlukla baş etme	r	-,094(**)
	p	,009
Güven ve başarı güdüsü	r	-,148(**)
	p	,000
Antrenörlük durumu	r	-,040
	p	,154
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	-,137(**)
	p	,000

* $p<,05$

Tablo 20' ye bakıldığında ortaokul öğrencilerinin 20 metre koşu sürati testi skorları (sn.) ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkiler incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin 20 metre koşu sürati testi skorları (sn.) arasında $p<,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin 20 metre koşu sürati testi skorlarındaki artış, bu beş faktördeki yetenek seviyelerini azaltmaktadır. “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerinde öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile 20 metre koşu sürati testi skorları arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile 20 metre koşu sürati testi skorları arasında $r=-,14$, $p=,000<,05$ 'e göre negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin 20 metre koşu sürati testi skorları, spora özgü psikolojik yetenek seviyesi genelinin %2'lik ($r^2=(,14)^2=0,02$) bir oranını açıklamaktadır.

On Sekizinci Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin öğrenim gördüğü okullarına göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı farklılık var mıdır?

Tablo 21

Öğrencilerin Okullarına Göre Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki Farklılığa Ait One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi) Sonuçları

	Okullar (Ortaokul)	N	\bar{X}	S	F(3-633)	p
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	Zafer Koleji	128	10,84	2,67	1,61	,186
	Atıf Bendirlioğlu	143	11,06	2,38		
	Temelli TOKİ	112	10,83	2,37		
	Hacıbayram	254	10,51	2,53		
Konsantrasyon	Zafer Koleji	128	11,75	2,45	1,26	,288
	Atıf Bendirlioğlu	143	11,81	2,33		
	Temelli TOKİ	112	11,50	2,37		
	Hacıbayram	254	11,39	2,36		
Kaygıdan uzak olma	Zafer Koleji	128	4,69	2,49	,74	,529
	Atıf Bendirlioğlu	143	4,92	2,65		
	Temelli TOKİ	112	4,97	2,50		
	Hacıbayram	254	5,11	2,84		
Baskı altında yüksek performans	Zafer Koleji	128	8,63	2,57	1,78	,150
	Atıf Bendirlioğlu	143	9,43	3,11		
	Temelli TOKİ	112	9,09	2,69		
	Hacıbayram	254	9,19	3,16		
Zorlukla baş etme	Zafer Koleji	128	10,84	2,72	2,50	,058
	Atıf Bendirlioğlu	143	11,51	2,63		
	Temelli TOKİ	112	11,23	2,53		
	Hacıbayram	254	10,82	2,69		
Güven ve başarı güdüsü	Zafer Koleji	128	9,46	2,03	,31	,817
	Atıf Bendirlioğlu	143	9,66	1,89		
	Temelli TOKİ	112	9,48	1,98		
	Hacıbayram	254	9,50	1,97		
Antrenörlük durumu	Zafer Koleji	128	9,18	2,03	,29	,834
	Atıf Bendirlioğlu	143	9,27	2,09		
	Temelli TOKİ	112	9,06	2,28		
	Hacıbayram	254	9,07	2,40		
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	Zafer Koleji	128	65,38	10,58	1,43	,234
	Atıf Bendirlioğlu	143	67,66	10,46		
	Temelli TOKİ	112	66,17	10,13		
	Hacıbayram	254	65,60	10,78		

*p<,05

Tablo 21' e bakıldığında öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerinde spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılıkların incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık” alt faktöründe öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=1,61$, $p=,186>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Konsantrasyon” alt faktöründe öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=1,26$, $p=,288>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Kaygıdan Uzak Olma” alt faktöründe öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=,74$, $p=,529>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Baskı Altında Yüksek Performans” alt faktöründe öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=1,78$, $p=,150>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Zorlukla Baş Etme” alt faktöründe öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=2,50$, $p=,058>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Güven ve Başarı Güdüsü” alt faktöründe öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=,31$, $p=,817>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

“Antrenörlük Durumu” alt faktöründe öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=,29$, $p=,834>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir.

Sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline bakıldığında öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında $F_{(3-633)}=1,43$, $p=,234>,05$ 'e göre anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir. Anlamlı farklılık olmamasına rağmen genel itibari ile Atıf Bendirlioğlu İlköğretim Okulu'nda öğrenim gören öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin diğer okullarda öğrenim gören öğrencilerin yetene seviyelerinden daha yüksek olduğu görülmektedir.

On Dokuzuncu Alt Problem: Ortaokul öğrencilerinin performans testi puanları ile spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 22

Öğrencilerin Performans Testi Puanları ile Sportif Sorunlar ile Başa Çıkma Becerileri Envanterinin Geneli ve Alt Faktörlerine İlişkin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Sonuçları

	Performans Testi	
Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık	r	,08(*)
	p	,029
Konsantrasyon	r	,14(*)
	p	,000
Kaygıdan uzak olma	r	-,03
	p	,212
Baskı altında yüksek performans	r	,07(*)
	p	,035
Zorlukla baş etme	r	,01
	p	,432
Güven ve başarı güdüsü	r	,13(*)
	p	,001
Antrenörlük durumu	r	,08(*)
	p	,022
Spora Özgü Psikolojik Yetenek (Genel Toplam)	r	,10(*)
	p	,005

*p<,05

Tablo 22' ye bakıldığında ortaokul öğrencilerinin performans testi puanları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir. “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, “Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin performans testi puanları arasında $p<,05$ 'e göre r değerleri incelendiğinde, pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin performans testi puanlarındaki artış, bu beş faktördeki yetenek seviyelerini arttırmaktadır. “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Zorlukla Baş

Etme”, alt faktörlerinde öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile performans testi puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile performans testi puanları arasında $r=,10$, $p=,005<,05$ 'e göre pozitif yönde, düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin performans testi puanları, spora özgü psikolojik yetenek seviyesi genelinin %1'lik ($r^2=(,10)^2=0,01$) bir oranını açıklamaktadır.



BÖLÜM V

TARTIŞMA

Ortaokul öğrencilerinin sportif açıdan psikolojik seviyelerinin incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada, araştırmaya katılan toplamda 637 (324 erkek öğrenci ve 313 kız öğrenci) öğrencinin cevapladıkları envanter puanları ile onların kişisel özellikleri (cinsiyet, yaş, sporculuk durumu), antropometrik ölçümleri ve performans test verileri (boy uzunluğu, oturma yüksekliği, kilo, kulaç uzunluğu, otur uzan esneklik testi, durarak uzun atlama testi, dikey sıçrama testi, flamingo denge testi, pençe kuvveti testi, 30 sn. Mekik testi, çeviklik T-testi, ve 20 m. koşu sürati testleri) arasındaki istatistiksel analiz sonuçlarından elde edilen bulgular dikkate alınarak tartışılmıştır.

Sportif açıdan psikolojik yeteneğin incelendiği mevcut çalışmada; araştırmanın birinci alt probleminde ortaokul öğrencilerinin cinsiyetleri ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu doğrultuda öğrencilerin cinsiyetlerine göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılığa ait independent-sample (bağımsız örneklem) t-testi sonuçları (Tablo 4) sadece “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Baskı Altında Yüksek Performans” alt faktörleri kapsamında anlamlı farklılık göstermiştir ($p < 0.05$). Bu durumda cinsiyete göre yapılan değerlendirmede kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla kötü performans sergileyeceği ya da hata yapacağı konusunda kendini fazla stres altına sokmayacağı, hata yapınca “başkalarının tavırları ne olur diye fazla düşünmeden sadece olmasını istedikleri durumlara odaklandıkları” söylenebilir. Bunun yanında erkek öğrencilerin de stres altındayken bulunduğu durumdan rahatsız olmak yerine karşı koyarak cevap verebileceği ve daha iyi performans sergileyebileceği söylenebilir. Genel anlamda sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı farklılık olmamasına rağmen, erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin, kız öğrencilerin yetenek seviyelerinden daha yüksek

olduğu görülmektedir. Elferink-Gemser, Visscher ve Lemmink'in (2005) araştırmasında, yaş ortalaması 14.8 olan sporcuların, SPY açısından kendine güven, kaygı kontrolü, zihinsel hazırlık ve imgeleme faktörlerinde erkeklerin kızlardan daha yüksek skorlar elde ettikleri; diğer taraftan kız sporcuların konsantrasyon değerlerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu belirtilmektedir. R. Kemp'in (2013) yaş ortalamaları 13.2 ± 0.33 olan toplam 162 (77 erkek ve 85 kız) öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada ise erkek ve kız öğrenciler arasında "SPY" açısından önemli farklılıklara rastlanmamıştır. Erkek öğrencilerin "baskı altında yüksek performans, hedef belirleme, kaygıdan uzak olma, kendine güven ve ortalama zorlukla baş edebilme" faktörlerinde kız öğrencilere oranla daha iyi dereceler elde ettikleri, kız öğrencilerin ise olumsuzluklarla baş etme, konsantrasyon ve antrenörlük durumu psikolojik yetenekleri kapsamında erkek öğrencilere oranla daha iyi dereceler elde ettikleri belirtilmektedir. Sürekli Sportif Kendine Güven ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, sürekli sportif kendine güven ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklara ulaşılmıştır (Vurgun, 2010). Erkek katılımcıların bayanlara göre sürekli sportif kendine güven durumları daha yüksek olarak belirlenmiştir. Bu durumun erkeklerin motorik özellikler ve genel sportif güven açısından kızlardan daha yüksek bir özgüvene sahip olmalarından kaynaklanabileceği belirtilmektedir (Corbin, 1981; Vurgun, 2010). Genel olarak, ergenlik döneminde sporda psikolojik becerilerin cinsiyete özgü gelişiminde yeni boylamsal araştırmalara ihtiyaç duyulduğu belirtilmekte; psikolojik değişimin, hızlı bir fiziksel değişim olması sebebiyle bu dönemin arka planında erkekler ve kızların farklı gelişim gösterebileceğinin göz önünde bulundurulması gerektiği ifade edilmektedir (Christie, 2005).

Ortaokul öğrencilerinin yaş düzeylerine göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı farklılık gösterip göstermediğini içeren bir diğer alt probleme yönelik One-Way ANOVA sonuçları; bu değişkenler arasında anlamlı farklılık olduğunu ortaya koymuştur (Tablo 5). Öğrencilerin yaş düzeylerine göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin alt faktörlerine ve geneline ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında 11 yaşındaki öğrencilerin "Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık", "Konsantrasyon", "Baskı Altında Yüksek Performans", "Zorlukla Baş Etme" alt faktörleri ve envanterin geneli göz önünde bulundurulduğunda 12, 13, ve 14 yaş gruplarına göre spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda diyebiliriz ki 11 yaş grubundaki öğrenciler, diğerlerine oranla çalışmalarını hedefledikleri noktaya ulaşıncaya kadar devam ettirirler. Planlar yaparlar ve kendilerini zihinsel olarak

performans için hazırlarlar. Karşılaşacakları farklı durumlar için açıkça tanımlanmış oyun planları vardır. Konsantrasyon seviyeleri, bir iş yaparken rahatsız edici durumlardan kolayca etkilenmeden yaptığı işe yoğunlaşabilir ve bu özelliklerini hiç ummadıkları bir durumla karşılaştıklarında da sergileyebilirler. Bunun yanında stres altındayken bulunduğu durumdan rahatsız olmak yerine ona karşı koyarak cevap verir ve iyi performans sergilerler ve durum ne kadar kötü giderse gitsin olumlu ve istekli olmayı öğrenmişlerdir. İşler kızışmaya başladığında sakin ve kontrollü davranırlar ve yapılan hatalardan bir an önce geri dönebilirler. Kanada Spor Merkezi'nin sporcu gelişim modellemesinin 4. Seviyesi: Eğitim için antrenman (kronolojik yaş: erkek 12-16 ; kız 11-15) aşaması performans açısından kritik bir dönemdir. Bu aşamada temel amaç; spora özgü dayanıklılığın, kuvvetin ve hızın gelişimidir. Gerçekleşen hızlı büyüme ve gelişim hem olumlu hem de olumsuzlukların bulunduğu zorlu ve kritik bir aşamadır. Çocuklardaki fiziksel değişim bu dönemde bir önceki temel spor eğitimin amaçlandığı (Kronolojik yaş = erkek 9-12; kız 8-11) döneme oranla daha hızlıdır. Bu dönem, boy uzamasının en çok olduğu dönemdir. Kemik dokusunun hızlı gelişimi ile birlikte bağ dokusunda sertleşmeler olabilmektedir. Hızlı büyümeden dolayı hareket kapasitesi azalabilmekte dolayısıyla esnekliği, postürü ve tekniği etkileyebilmekte, anormal hareketlere de sebep olabilmektedir (Canadian Sport Centres, 2011). Sonuç olarak eğitim açısından antrenman döneminde hızlı büyüme ile birlikte hareket kapasitesinin azalması psikolojik olarak olumsuz etkilere neden olabilir.

Öğrencilerin sporculuk durumlarına göre sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki farklılığa ait independent-sample (bağımsız örneklem) t-testi sonuçları (Tablo 6); “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, “Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Zorlukla Baş Etme” “Güven ve Başarı Güdüsü” ve “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerinde ve envanterin geneli itibari ile sporcu öğrencilerin, spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile sporcu olmayan öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı farklılığın olduğunu göstermektedir. Eldeki bulgular doğrultusunda sporcu öğrencilerin ulaşmak istedikleri hedeflere nasıl ulaşabilecekleri hakkında her zaman bir planlarının olduğu, spor yaparken dış faktörlerden etkilenmeden konsantre olabildikleri ve bununla birlikte yüksek baskı altında daha iyi performans sergileyebildikleri, zor durumlar karşısında bulunduğu durumu kontrol altında tutarak en iyi şekilde performans sergiledikleri, kendilerine olan güven duygusu ile her zaman olumlu yönde motive

olabildikleri ve verilen direktifleri uygulayarak kendilerini geliştirmeye ve öğrenmeye açık oldukları söylenebilir. Bandura (1977), kişinin yetenek ve kapasitesinin farkına varmasını ve farkında olma durumunu, ilk kez sosyal-bilişsel kuram çerçevesinde ele almıştır. Öz yeterlilik; bilgi ve beceriden çok daha fazlasını kapsayarak, bireyin kendi kapasitesini etkin olarak kullanabilmesini ifade etmektedir (Çetinkaya, 2015). Ayrıca bireyin bir şeyi yapıp yapamayacağına ilişkin algısı ve kişinin kendi yeterliliğini algılaması durumunu da belirtmektedir. Bu bağlamda okul çağındaki öğrencilerin duygusal gelişimiyle ilgili önemli hususlardan biri de, çocukların kendilerini daha çok yetenek ve yeterlilik gibi içsel kavramlar ile tanımlamaları; diğeri ise kendi görüş ve yeteneklerini başkaları ile karşılaştırmalarıdır (Yavuzer, 2001). Spor ortamları öğrencilere böyle uygun alanlar sağlayarak spora özgü psikolojik yetenek gelişimi açısından olumlu katkı sağlayabilir. Spor yapan ve yapmayan 9-13 yaş grubu bireylerin öz yeterlilik seviyelerinin karşılaştırılması amaçlanan araştırma sonuçlarında; SPY açısından ele alındığında mevcut araştırma ile paralellik gösterdiği, takım sporu yapan ve spor yapmayan öğrencilerin öz yeterlilik puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu, takım sporu yapan gruptaki bayan öğrencilerin öz yeterlilik puanının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca spor yapmayan öğrencilerin yaşları ile öz yeterlilik puanları arasında yüksek düzeyde negatif bir ilişki belirlenmiştir (Öztürk ve Şahin, 2007).

Araştırmanın dördüncü alt problemi kapsamında öğrencilerin kiloları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkiye ait pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçları; (Tablo 7) “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, “Zorlukla Baş Etme”, “Güven ve Başarı Güdüsü” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kiloları arasında negatif yönde, çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğunu göstermektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kiloları arasında da negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Negatif yöndeki anlamlı ilişkidir hareketle kilo artışı ile beraber bu grup dahilinde öğrencilerin az da olsa belirledikleri hedeflere ulaşmada zihinsel olarak yeterli hazırlık yapmadıkları, işler kötü gittiğinde sakin kalamayıp kontrolü kaybedebilecekleri, zorluk yaşadıklarında pes etme noktasında daha kırılgan oldukları ve kendilerine güvenmede sıkıntı yaşadıkları söylenebilir. Nacar, Açık ve Karahüseyinoğlu'nun (2011) hentbolcuların kaygı seviyeleri ile ilgili yaptığı araştırma sonuçları, katılımcıların kilo sıralamaları ile

sürekli kaygı puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğunu göstermektedir. Falkner vd. (2001) göre ise erkeklere yapılan değerlendirmede zayıflık ve aşırı kilolu olmanın sosyal, psikolojik ve eğitim açısından olumsuz etkilerine vurgu yapılmaktadır.

Tablo 8’ de öğrencilerin boy uzunlukları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkiye ait pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında “Kaygıdan Uzak Olma” ve ”Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin boyları arasında negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Az da olsa öğrencilerin boylarındaki artış, bu iki faktördeki yetenek seviyelerini azaltmaktadır. Öte yandan araştırmanın diğer alt faktörleri ve geneline ait öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile boyları arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin boyları arasında bir ilişki bulunamamıştır. Wilmore, Costill, ve Kenney’e (2008) göre kızlardaki boy uzamasının maksimum seviyede olduğu yaş 12, erkeklerde ise 14’ tür. Ayrıca yapılan haberde ergenlik döneminde boy artımıyla genel psikolojik durum arasındaki ilişkiye vurgu yapılarak ağır psikolojik sorunların hormonların salınımını olumsuz etkilediği, anne veya babadan herhangi birinin kaybı, evden ayrılma ve ağır sınav stresi gibi durumlarda, özellikle ergenliği başlatıcı hormonlar ile büyüme hormonunda salınım yetersizliğinin ortaya çıktığı belirtilmiştir. Bu durum, boy kısalığına ve ergenliğe geç girmeye neden olmaktadır (Çelenk , 2013).

Ortaokul öğrencilerinin VKİ’ leri ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına dair alt problemi kapsamında Tablo 9 incelendiğinde ortaokul öğrencilerinin VKİ’ leri ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Zorlukla Baş Etme”, “Güven ve Başarı Güdüsü” ve “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerinde ve araştırmanın genelinde, öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile VKİ’ leri arasında negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Öğrencilerin VKİ’ leri spora özgü psikolojik yetenek seviyesi genelinin %2’ lik bir oranını açıklamaktadır. Eldeki bulgular doğrultusunda az da olsa öğrencilerin VKİ’ lerindeki artışın hedeflerine ulaşmak için planlamalar yapmalarının gerekliliğinde, dikkatlerini bir noktaya vermede,

karşılaştıkları zorluklara direnmede ve onunla baş etmede, amaçlarına ulaşmaları için ellerinden geleni yapmada, antrenörleri ile münasebetleri doğrultusunda olumsuz etkilenebileceği konusunda ve alt faktörler kapsamında genel olarak spora özgü psikolojik yetenek seviyelerini azalttığı söylenebilir. Bompa (2000), antropometrik özelliklerin birçok spor branşında yetenek seçimi ve gelişimi açısından önemine vurgu yapmaktadır. Mohammadi ve Rahmani'den aktaran Bostani, Bostani ve Razaee, (2011) bireyin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, VKİ ve uzuv ölçüleri gibi antropometrik özelliklerin birçok spor dalında performans için kilit role sahip olduğu belirtilmektedir. Faith, Leone, Ayers, Moonseong ve Pietrobelli'nin araştırmalarında (2002), aileleri ve arkadaş çevreleri tarafından fazla kiloları konusunda eleştirilerin hedefinde bulunan çocukların fiziksel aktivite düzeylerini düşürdükleri, sporla ilgili olumsuz tutumlara sahip oldukları belirtilmektedir. Mevcut araştırma kapsamındaki değerlendirmeye paralel olarak az da olsa vücut kitle indeksindeki artışın, çevresel faktörler etkisinde kalan çocukların psikolojik açıdan sportif performansını etkileyebileceği, yetenek seçimi ve gelişimi sürecinde göz önünde bulundurulması gereken önemli bir faktör olduğu söylenebilir.

Tablo 10' da öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin alt faktörlerine ve geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kulaç uzunlukları arasında "Zorlukla Baş Etme" alt faktöründeki negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişki dışında ilişki olmadığı tespit edilmiştir.

Ortaokul öğrencilerinin oturma yükseklikleri ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına dair yapılan incelemede (Tablo 11) öğrencilerin oturma yükseklikleri ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkiye ait pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçları, anlamlı bir ilişki olmadığını göstermektedir.

Cangür, Yaman, Ercan, Yaman ve Tok'un (2016) araştırmaları, 18-26 yaş arasında üniversitede okuyan kız sporcuların sosyal fiziksel kaygı durumları, bedensel imgede memnuniyetsizlik durumları ve kişilik özellikleri antropometrik ölçümler yapılarak, fiziksel ve psikolojik durumları arasındaki ilişki açıklanmaya çalışılmıştır. Çalışma sonuçları, hem fiziksel benlik algısının hem de antropometrik ölçümlerin kız sporcularda psikolojik durumları ile yakından ilişkili olabileceğini destekler niteliktedir. Yetenek seçimi ve gelişimi açısından yapılacak değerlendirmelerde, mevcut araştırmanın amaçlarına paralel olarak antropometrik özelliklerin fiziksel performans üzerindeki

etkisinin yanında, psikolojik durum üzerindeki etkisinin de göz önünde bulundurulması daha objektif bir değerlendirme yapılması adına önemli olabilecektir.

Araştırmada öğrencilerin otur-uzan esnekliği ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına dair alt problemi kapsamında Tablo 12 incelediğinde Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçları; “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin otur-uzan esnekliği arasında pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Ayrıca uygulanan envanterin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin otur-uzan esnekliği arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ve öğrencilerin otur-uzan esnekliği, spora özgü psikolojik yetenek seviyesi genelinin %3'lük bir oranını açıklamaktadır. Otur-uzan testi ile performans için önemli unsurlardan birisi olan kalça ve uyluk kaslarının esnekliğinin ölçülmesi amaçlanmaktadır. Eklemlerin hareketlilik kapasitesinin performans üzerindeki etkisi kaynaklarda belirtilmiştir (Tamer, 2000). Hohmann ve Seidel (2003) araştırmalarında; genç sprinter sporcuların yüksek performans göstererek, yarışmacı bir performans sergileyebilmeleri için bazı genel ve özel yeteneklerini sergilemeleri gerektiğini belirtmektedir. Hipoteze göre en azından genç yaş grup sporcularda kuvvet ve dayanıklılık gibi temel kabiliyetler dışında çok fazla özelliğe sahip olması beklenmemektedir. Diğer taraftan ise yetenekli gencin sahip olduğu özellikleri iyi bir performans gösterebilmek için uygun bir şekilde sergilemesi gerekmektedir. Yapılan değerlendirmede, yüksek yetenekli, normal yetenekli ve düşük yetenekli olarak sınıflandırılan sporcuların bazı performans kriterleri ile birlikte esneklik kabiliyetinde her üç yetenek grubunun da birbirine yakın olduğu belirtilmiştir. Mevcut araştırmanın aksine esneklik ile yetenek seçiminde kullanılan diğer teknik, koordinasyon ve çeviklik gibi daha kompleks özellikler karşılaştırıldığında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığına vurgu yapılmaktadır. Verilerinin analizi incelendiğinde, az da olsa öğrencilerin otur-uzan esnek derecelerindeki artış ile beraber hedef belirleme konusunda daha önceden bir planları olduğu, müsabaka sırasında kendini verebilme ve bunu maç süresince sürdürebildikleri, stres altındayken bulunduğu durumdan rahatsız olmadan karşı koyabilme ve iyi performans sergileyebilecekleri, her zaman ellerinden gelenin en iyisini yapacağı ve hedeflerine ulaşmadığında daha çok çaba gösterebileceği, antrenörün uyarıları sonucu olayı kişileştirmeden kendi gelişimi için gerekeni yapabilme konusunda

spora özgü psikolojik yetenek seviyelerini artırdığı söylenebilir.

Tablo 13 incelendiğinde ortaokul öğrencilerin durarak uzun atlama ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri incelendiğinde “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörleri kapsamında, envanterin geneline ait pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin durarak uzun atlama düzeyleri spora özgü psikolojik yetenek seviyesinin genelinin %4’ lük bir oranını açıklamaktadır. Maksimal anaerobik güce dayalı testlerden birisi olan durarak uzun atlama ile amaçlanan bacak doğrultucu kaslarının patlayıcı kuvvetinin ölçülmesidir (Zorba, 2000). Az da olsa öğrencilerin durarak uzun atlama derecelerindeki artış ile onların belirlenen hedef doğrultusunda bir planlarının olduğu, dikkat dağıtıcı unsurları zihninden uzaklaştırarak bir noktaya odaklanabildikleri, stresli anlarda daha iyi performans göstereceğine ilişkin olumlu bir kanaatin olduğu, sahip olunan yetenek ve becerilerden en iyi şekilde yararlanabileceği, antrenör ve idarecilerin uyarılarını dinleyerek kendini geliştirebileceği, işler kötü gittiğinde duygularını kontrol altında tutabildiği konusunda alt faktörler kapsamında ve genel olarak spora özgü psikolojik yetenek seviyelerini artırdığı söylenebilir. Jones, Matthews, Murray, Van Raalte, ve Jensen’in (2010) araştırma sonuçlarında; üniversitede okuyan, farklı spor branşları ile uğraşan kız sporcularda 12 haftalık antrenman programı öncesinde ve sonrasında uygulanan fiziksel ve psikolojik test sonuçları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlamıştır. Eldeki bulgular fiziksel performans test sonuçlarında artış olduğunu, özellikle dikey sıçrama ve durarak uzun atlama derecelerinde gelişimi vurgularken psikolojik değerlerde kayda değer bir gelişim görülmediğini belirtmektedir. Raglin, Eksten, ve Garl’ın (1995) araştırma sonuçlarında, 5 haftalık antrenman programı sonrasında erkek basketbol oyuncularında olumsuz anlamda, psikolojik ruh hallerinde yükselme olduğu, bu duruma artan fiziksel yüklenme temposunun neden olabileceği belirtilmektedir. Yetenek seçimi, gelişim açısından yapılabilecek değerlendirme ile mevcut araştırma ilişkilendirildiğinde gelişim dönemindeki sporcunun yukarıdaki araştırma sonuçlarına dayanarak fiziksel gelişim için yapılan antrenmanlar yanında psikolojik gelişim programlarının da gelişim ve daha iyi performans sergilemek adına uygulanması gerekmektedir.

Öğrencilerin dikey sıçrama düzeyleri ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri

envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına dair Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçları (Tablo 14) incelendiğinde “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörleri kapsamında ve envanterin geneline ait pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile dikey sıçrama düzeyleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Öğrencilerin dikey sıçrama düzeyleri, spora özgü psikolojik yetenek seviyesinin genelini %4’ lük bir oranda açıklamaktadır. Az da olsa öğrencilerin dikey sıçrama derecelerinde artış ile her daim hedefleri için planlarının olduğu ve kendilerini zihinsel olarak performans için hazırladıkları, karşılaşacakları farklı durumlar için açıkça tanımlanmış oyun planlarının olduğu, rahatsız edici unsurlardan kolayca etkilenmeden yaptığı işe odaklanabildikleri ve bu özelliklerini hiç ummadıkları bir durumla karşılaştıklarında ya da zor durumlarda bile konsantre olarak sergileyebildikleri, iyi konsantre olduklarında baskı altındayken daha az yaptıkları, başkalarının uyarılarını göz önünde bulundurarak kendi gelişimine katkıda bulunabildikleri, kendine güven ve başarı konusunda olumlu bir yapıya sahip oldukları ve olumsuzluklar karşısında sakin kalabildikleri noktasında alt faktörler kapsamında ve genel olarak spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin artırdığı söylenebilir. Kruger, Pienaar, Kemp ve Nienaber’in (2013) fiziksel ve motor performans test sonuçlarına göre yetenekli ve daha az yetenekli olarak gruplara ayırdıkları 13 yaş grubu sporcular arasındaki psikolojik yetenek farklılığını belirlemek amacıyla yapılan çalışmada; uygulanan test sonuçlarının yetenekli olarak adlandırılan gruptaki öğrencilere yönelik yaptığımız araştırma sonuçları ile de aynı doğrultuda, dikey sıçrama sonuçlarının ve psikolojik yetenek durumlarının ayırt edici bir özellik olduğu belirtilmektedir.

Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin flamingo denge testi sonuçları (Tablo 15), pençe kuvveti testi sağ el sonuçları (Tablo 16) ve pençe kuvveti sol el sonuçları (Tablo 17) arasında ilişki olmadığını Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçları göstermektedir.

Ortaokul öğrencilerininin 30 saniye mekik testi skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma

becerileri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığına dair alt problemi kapsamında Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçları (Tablo 18) “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin 30 saniye mekik testi skorları arasında, pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Bunun yanında öğrencilerin envanterin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile 30 saniye mekik testi skorları arasında, pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu durum %3’ lük bir oranı açıklamaktadır. 30 saniye mekik testi ile amaçlanan, çocukların abdominal kuvvet ve dayanıklılığının belirlenmesidir (Balcı, Pekel ve Tamer, 2004). Öğrencilerin 30 saniye mekik testi derecelerindeki artış ile doğru orantılı olarak onların az da olsa, hedef belirleme ve zihinsel hazırlık seviyeleri doğrultusunda başarılı bir biçimde harekete geçebilecekleri ve belirli hedefler geliştirerek daha fazla aşama kaydedebileceği, sportif aktivite sırasında dikkat dağıtıcı unsurların engel olmayacağı ve zihinlerinden kolayca uzaklaştırabilecekleri, baskı altındayken daha iyi motive olarak karşı koyabilecekleri, istenilen ve arzu edilen bir davranışı başarıyla yapabilmeye ilişkin daha inançlı oldukları, verilen direktifleri uygulayarak öğrenmeye açık oldukları, işler kötü gittiğinde sakin kalabildikleri, olumlu ve istekli olmaya devam ettikleri söylenebilir.

Tablo 19’ da ortaokul öğrencilerinin çeviklik T-testi skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin çeviklik T-testi skorları arasında negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerine ait öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile çeviklik t-testi skorları arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin çeviklik T-testi skorları arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin çeviklik t-testi skorları, spora özgü psikolojik yetenek seviyesi genelinin %2’ lik bir oranını açıklamaktadır. Sheppard ve Young’ın (2006) araştırmalarında genel çeviklik bileşenleri yön değiştirmeli koşu ile algısal ve karar verme

faktörleri başlıkları altında toplanmıştır. Çevikliğin karar verme mekanizmaları ve yön değiştirme hızı gibi psikolojik ve fiziksel iki ana bileşenden oluştuğu belirtilmektedir. Bu araştırmada çıkan sonuçlara göre; öğrencilerin çeviklik T-testi skorlarındaki artış, yukarıda negatif anlamlı ilişki olduğu belirtilen beş faktördeki yetenek seviyelerini az da olsa azaltmaktadır. Kruger vd. (2013) çalışmasında, yetenekli sporcuların bulunduğu grubun çeviklik dereceleri ile daha az yetenekli olanların çeviklik dereceleri, psikolojik yetenek durumları ile negatif yönde düşük ilişkili olarak ölçülmüştür. Bu bağlamda amaçlar doğrultusunda kısa ve uzun vadeleli hedeflerin belirlenmesinde, dikkatin belli bir noktaya toplanmasında ve dikkat dağıtıcı unsurların zihinden uzaklaştırılmasında, stres veren ve zorlayıcı durumlarda daha iyi performans gösterilmesinde, her zaman elinden gelenin en iyisinin yapılacağı ve yeteneklerinden en iyi şekilde yararlanılacağı noktasında azalma gösterebileceği sonucuna ulaşılmaktadır.

20 metre koşu sürati testi skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde (Tablo 20) “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin 20 metre koşu sürati testi skorları (sn.) arasında, negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır. “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerine ait öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile 20 metre koşu sürati testi skorları arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Öğrencilerin sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin 20 metre koşu sürati testi skorları arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin 20 metre koşu sürati testi skorları spora özgü psikolojik yetenek seviyesinin genelinin %2’ lik bir oranını açıklamaktadır. Negatif yönde düşük düzeydeki bu anlamlı korelasyona göre; sürat, çeviklik ve çabukluğun güvenilir bir göstergesi olan 20 metre koşu sürati sonuçlarındaki küçük artış öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerini azaltmaktadır.

Okullara göre yapılan analiz sonuçları (Tablo 21), sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin alt faktörlerinde ve genel değerlendirmede öğrencilerin öğrenim gördükleri okullara göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı farklılığın olmadığı görülmektedir. Anlamlı farklılık olmamasına rağmen genel itibari ile Atıf Bendirlioğlu İlköğretim Okulu’nda öğrenim gören öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek

seviyelerinin, diğerk okullarda öğrenim gören öğrencilerin yetenek seviyelerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Performans testlerinin puanları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde (Tablo 22) “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, “Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ve envanterinin geneline yönelik psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin performans testi puanları arasında, pozitif yönde, çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin performans testi puanları, spora özgü psikolojik yetenek seviyesinin genelinin %1’ lik bir oranını açıklamaktadır. Az da olsa öğrencilerin performans testi skorlarındaki artış ile onların belirlenen hedef doğrultusunda kısa ve uzun vadeli bir planlarının olduğu, rahatsızlık veren unsurları zihninden uzaklaştırarak bir noktaya rahatlıkla konsantre olabildikleri, stresli anlarda daha az hata yaparak iyi bir performans göstereceğine ilişkin olumlu bir düşünce yapısına sahip olduğu, yetenek ve becerilerden en iyi şekilde yararlanabileceği, antrenör ve idarecilerin uyarılarını dinleyerek kendini geliştirebileceği konusunda alt faktörler kapsamında ve genel olarak spora özgü psikolojik yetenek seviyelerini artırdığı söylenebilir.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Aşağıda, ortaokul öğrencilerinin sportif açıdan psikolojik yetenek seviyelerini incelemek için yapılan araştırma sonuçlarına yer verilmiştir.

Araştırma kapsamında uygulanan “Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri'nin” Türkçeye uyarlama çalışması sonucunda, Cronbach Alpha ile hesaplanan iç tutarlık değerleri “Zorlukla Baş Etme” alt boyutuna ait alfa değeri .66; “Konsantrasyon” alt boyutuna ait alfa değeri .68, “Antrenörlük Durumu” alt boyutuna ait alfa değeri .71, “Güven ve Başarı Güdüsü” alt boyutuna ait alfa değeri .65, “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık” alt boyutuna ait alfa değeri .70, “Baskı Altında Yüksek Performans” alt boyutuna ait alfa değeri .80 ve “Kaygıdan Uzak Olma” alt boyutuna ait alfa değeri .62 olarak tespit edilmiştir.

Test tekrar test güvenilirlik katsayısı için, envanterin 7 faktöre ait toplam puanlar arasındaki Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Yüksek korelasyon değerleri, test tekrar test güvenilirlik katsayısının yüksek olduğunu göstermektedir. “Zorlukla Baş Etme” faktörüne ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.72, “Konsantrasyon” faktörüne ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.71, “Antrenörlük Durumu” faktörüne ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.62, “Güven ve Başarı Güdüsü” faktörüne ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.81, “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık” faktörüne ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.83, “Baskı Altında Yüksek Performans” faktörüne ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.79 ve “Kaygıdan Uzak Olma” faktörüne ait test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.83 bulunmuştur. Ölçekte test tekrar test güvenilirlik katsayılarının yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Ortaokul öğrencilerinin sportif açıdan psikolojik yetenek seviyelerinin incelendiği araştırmanın amaçları doğrultusunda elde edilen sonuçlarda, cinsiyet değişkeni karşılaştırılmasıyla ilgili olarak; ölçeğin alt boyutlarından “Kaygıdan Uzak Olma” alt faktöründe kız öğrencilerin “Kaygıdan Uzak Olma” durumlarına ilişkin yetenek seviyelerinin erkek öğrencilerin seviyelerinden yüksek olduğu saptanmıştır.

“Baskı Altında Yüksek Performans” alt faktöründe erkek öğrencilerin “Kaygıdan Uzak Olma” durumlarına ilişkin yetenek seviyelerinin kız öğrencilerinkinden yüksek olduğu saptanmıştır. Genel anlamda sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinde kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir.

Erkek öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin, kız öğrencilerin yetenek seviyelerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Mevcut çalışmada öğrencilerin yaş düzeylerine göre spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmış ve 11 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinin, 12, 13 ve 14 yaş düzeyindeki öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyelerinden yüksek olduğu saptanmıştır.

Sporcu öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile sporcu olmayanların spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında anlamlı farklılığın olduğu ve yetenek seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Öğrencilerin kiloları ve sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, “Zorlukla Baş Etme”, “Güven ve Başarı Güdüsü” alt faktörlerinde negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır.

Araştırmamızda öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin boyları arasında ilişki olmadığı saptanmıştır.

Araştırmamızda öğrencilerin VKİ’leri ile spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Baskı Altında Yüksek Performans” alt faktörlerinde anlamlı ilişki olmadığı; diğer taraftan “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, “Konsantrasyon”, “Zorlukla Baş Etme”, “Güven ve Başarı Güdüsü” ve “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerine yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin VKİ’leri arasında negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır.

Araştırmamızda ayrıca sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin kulaç uzunlukları, Flamingo denge testi sonuçları, pençe kuvveti testi sağ ve sol el skorları, oturma yükseklikleri ve öğrenim gördükleri okullar kapsamında ilişki tespit edilmemiştir.

Performans için önemli etmenlerden birisi olan kalça ve uyluk kasları esnekliğinin belirlenmesi için yapılan otur-uzan esneklik testi dereceleri ile spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerinde pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır. “Kaygıdan Uzak Olma” ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerinde öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile otur-uzan esnekliği arasında anlamlı ilişki yoktur. Öğrenci envanterinin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile otur-uzan esnekliği arasında pozitif yönde, %3’ lük bir oranı açıklayan düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır.

Araştırmada öğrencilerin durarak uzun atlama dereceleri ile spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında “Kaygıdan Uzak Olma” alt faktörü haricindeki diğer alt faktörlerde ve genel anlamda, pozitif yönde %4’ lük bir oranı açıklayan düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Dikey sıçrama düzeyleri ile “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, “Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerinde ve envanterin genelinde %4’ lük bir oranını açıklayan pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır.

30 saniye mekik testi skorları ile spora özgü psikolojik yetenek seviyesinin geneli ve “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, “Antrenörlük Durumu” ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörlerini de kapsayan sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanteri arasında %3’ lük bir oranını açıklayan pozitif yönde, düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır.

Mevcut araştırmada çeviklik T-testi skorları ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, ”Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek

Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörleri arasında negatif yönde, çok düşük düzeyde anlamlı ilişki vardır.

“Kaygıdan Uzak Olma” ve “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerinde öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile çeviklik T-testi skorları arasında anlamlı ilişki yoktur.

Araştırmamızda 20 metre koşu sürati testi skorları (sn.) ile sportif sorunlar ile başa çıkma becerileri envanterinin geneli ve alt faktörlerine ilişkin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri arasında “Hedef Belirleme / Zihinsel Hazırlık”, “Konsantrasyon”, “Baskı Altında Yüksek Performans”, “Güven ve Başarı Güdüsü”, ve “Zorlukla Baş Etme” alt faktörleri ve uygulanan envanterin geneline yönelik spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile öğrencilerin 20 metre koşu sürati testi skorları (sn.) arasında negatif yönde, çok düşük düzeyde anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

“Kaygıdan Uzak Olma” ve “Antrenörlük Durumu” alt faktörlerinde öğrencilerin spora özgü psikolojik yetenek seviyeleri ile 20 metre koşu sürati testi skorları (sn.) arasında anlamlı ilişki yoktur.

Öğrencilerin 20 metre koşu sürati testi skorları (sn.), spora özgü psikolojik yetenek seviyesinin genelinin %2’ lik bir oranını açıklamaktadır.

Performans testi puanları ve spora özgü psikolojik yetenek seviyesi arasında pozitif yönde sadece %1’ lik bir oranı açıklayan düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

6.2. Öneriler

Cinsiyet ve yaş değişkeni göz önünde bulundurulduğunda, yapılacak boylamsal araştırmaların, SPY gelişiminin nasıl bir seyir gösterdiğini belirlenmesi adına önemli olabilir.

SPY profilinin daha kapsamlı değerlendirilmesi ve gelişim sürecinin planlanması için farklı spor psikolojisi anketleri ve yöntemleri kullanılabilir.

Sporun uzun ve meşakkatli bir eğitim süreci olduğu ve başarıya bu süreç sonucunda ulaşıldığı düşünüldüğünde, çocuklarda toplam gelişimi hedef alan fiziksel, sosyal ve psikolojik gelişim sağlayacak aktivitelerin ve programların gerek beden eğitimi ve spor dersleri kapsamında gerekse antrenman programları kapsamında plan ve program dahilinde yer alması ve uygulanması önerilmektedir.

Öğrencilere ve sporculara yön veren, eğitimlerinde birinci derece rol oynayan Beden Eğitimi ve Spor öğretmenleri ile antrenörlerin hizmetiçi eğitim kapsamında spor psikolojisi alanında kendilerini yenilemeleri ve geliştirmeleri gerekmektedir.

Spor psikolojisi alanında ergenlik dönemi ile ilgili daha iyi değerlendirme yapılabilmesi için literatüre katkı sağlamak adına daha fazla çalışmanın yapılması gerekir.

Mevcut çalışma ile SPY açısından genel bir değerlendirme yapılmış olup buna benzer çalışmaların devam etmesi, bunun yanında spor branşlarına özgü araştırmaların da yapılması tavsiye edilmektedir.

Bu ve benzer çalışmalar sporcunun durumunu saptamaya yönelik olup karar verme noktasında belirleyici kriter olarak tek başına kullanılmaması, eğitim süreci sonucunda diğer performans testleri, antropometrik ölçümler ve bireysel farklılıklar göz önünde bulundurularak genel bir değerlendirme yapılması daha uygundur.

Sportif yetenek seçimi araştırmalarının Milli Eğitim merkezli planlacak bir sistem dahilinde, çocukların eğitim hayatlarına başlamasıyla yapılan ölçümlerin ve verilerin bir havuzda toplanması, böylece ülke genelinde bütün yaş gruplarının sisteme dahil edilmesi ve norm değerlerinin oluşturulması gerekmektedir.



KAYNAKLAR

- Abbott, A. & Collins, D. (2002). A theoretical and empirical analysis of a ‘state of the art’ talent identification model. *High Ability Studies*, 13, 157–178.
- Abbott, A. & Collins, D. (2004). Eliminating the dichotomy between theory and practice in talent identification and development: Considering the role of psychology. *Journal of Sports Sciences*, 22, 395-408.
- Allen, J. B. (2003). Social motivation in youth sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 4, 551-567.
- American College of Sports Medicine (2006). ACSM’s Guidelines for Exercise Testing and Prescription, 7th ed, Baltimore, MD: Lippincott Williams & Wilkins.
- Ankara MEB, (2015-2016) *İstatistik verileri*. <https://ankara.meb.gov.tr/www/egitim-istatistikleri/icerik/24> sayfasından erişilmiştir.
- Arıkan, R., (2013). *Araştırma yöntem ve teknikleri*. (2. Basım), Ankara: Nobel.
- Aşçı F. H., Gökmen, H. (1995). Bayan hentbolcülerde yarışma kaygısı, başarı, spor deneyimi ve atletik yeterlilik ilişkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 38-47.
- Asghar, E. (2011). *A comparative study of multidimensional talent in field hockey at development stage between the players of Germany and Pakistan* (Doctoral Dissertation). Retrieved from <http://library.gcu.edu.pk/Thesis/PhD/GCUFAC-18.pdf>
- Baker, J. & Horton, S. (2004). A review of primary and secondary influences on sport expertise. *High Ability Studies*, 15(2), 211-228.
- Balcı, Ş. S., Pekel, H.A. & Tamer, K. (2004). Çocuklarda abdominal uygunluk testi, test süresi ile vücut kompozisyonu arasındaki ilişki. 8. *Uluslar Arası Spor Bilimleri Kongresi*, 17-20 Kasım, Antalya.

- Balsalobre-Fernandez, C., Glaister, M. & Lockey, R. A. (2015). The validity and reliability of an iPhone app for measuring vertical jump performance. *Journal of Sports Sciences*, 33(15), 1574-1579, DOI: 10.1080/02640414.2014.996184.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy, toward a unifying theory of behavioral change. *Physical Review*, 84(2), 191-215.
- Başaran, İ. E.(1982). Eğitim Psikolojisi, Modern Eğitimin Psikolojik Temelleri. Ankara: Emel Matbaası.
- Bloom, B. (1985). *Developing talent in young people*. New York: Ballantines.
- Bois, J. E., Lalanne, J. & Delforge, C. (2009). The influence of parenting practices and parental presence on children's and adolescents' pre-competitive anxiety. *Journal of Sports Sciences*, 27(10), 995-1005.
- Bompa, T. O. (1985). Talent identification. *Science Periodical on Research and Technology in Sport*. Ottawa: Coaching Association of Canada.
- Bompa, T. O. (2000). Total training for young champions. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers
- Boostani, M. A., Boostani, M. H. & Nazari, R. (2008). Talent identification in karate competition. *11th Asian Federation of Sports Medicine Congress*, Tehran, Iran.
- Boostani, M. A., Boostani, M. H., Nouzari, V. & Rezaei, A. M. (2011). Comparison of some psychological skills of male elite and non-elite karatekas dispatched to world competition in Italy (2010). *5th International Congress of Physical Education and Sports Sciences*, Tehran, Iran.
- Boostani, M. H., Boostani, M. A., & Razaeei, A. M. (2011). Talent identification in sport. *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, 2(2), 137-141.
- Booyesen, C. (2007). *Designing a protocol and comparative norms for the identification and selection of talent among elite age-group rugby players in South Africa*. (Doctoral Thesis). University of Pretoria Department of Biokinetics, Sport and Leisure Sciences, Pretoria. Retrieved from <http://repository.up.ac.za/bitstream/handle/2263/29112/Complete.pdf?sequence=10>
- Bosco, C., Luhtanen, P., & Komi, P. V. (1983). A simple method for measurement of mechanical power in jumping. *Eur J. Appl Physiol Occup Physiol*, 50(2), 273–282.

- Brewer, B. (2009). *Sport psychology*. Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell. <http://www.imd.inder.cu/adjuntos/article/565/Sport%20Psychology.pdf> sayfasından erişilmiştir.
- Brown, B.B. (1990). Peer groups and peer cultures. In *At the threshold: The developing adolescent*. S.S. Feldman and G.R. Elliott, eds. Cambridge, MA: Harvard University Press, pp. 171–96.
- Burton, D. & Raedeke, T. D. (2008). Sport psychology for coaches. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 3(2), 291-292.
- Canadian Sport Centres. (2011). *Long term athlete development*. <http://canadiansportforlife.ca/sites/default/files/resources/CS4L%20Resource%20Paper.pdf>, sayfasından erişilmiştir.
- Cangür, S., Yaman, Ç., Ercan, I., Yaman, M. & Tok, S. (2016). The relationship of anthropometric measurements with psychological criteria in female athletes. *Psychology, Health & Medicine*, 21(7), 1-7.
- Carl, K. (1984). *Planning of training in high performance sports with special consideration of talented children and youngsters*. In Du Randt, R.; Headley, N., Loots, J.M., Potgieter, J.R., De Ridder, J.H., Van der Walt, T.S.P. (1992). *Sport talent Identification and Development and related issues in selected countries*. Port Elizabeth: University of Port Elizabeth Press.
- Carnegie Council on Adolescent Development. (1989). *Turning points: Preparing American youth for the 21st century*. New York: Carnegie Corporation
- Çelenk, Ö. G. (2013). Psikolojik sorunlar boy kısalığı nedeni-3. *Posta Gazetesi*. <http://www.posta.com.tr/psikolojik-sorunlar-boy-kisaligi-nedeni-3-haberi-163001> sayfasından erişilmiştir.
- Çetinkaya, T., (2015). *Takım sporlarında sporcu kimliği ve sürekli sportif kendine güven ilişkisi*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Chan, O. (2012). *Factors influencing talent development of elite athletes in Hong Kong*. (Master Thesis). The University of Hong Kong Institute of Education. Retrieved from <http://hub.hku.hk/bitstream/10722/183354/1/FullText.pdf>

- Cheung, S. & Lo, C. (1996). Psychological profiles and stress management training for Hong Kong national gymnasts. *Journal of International Council for Health, Physical Education, Recreation, Sport & Dance*, 32(4), 61–64.
- Christie, D. (2005). Adolescent development. *British Medical Journal*, 330(7486), 301-304.
- Cogan, K. D. & Petrie, T. A. (1995). Sport consultation: An evaluation of a season-long intervention with female collegiate gymnasts. *The Sport Psychologist*, 9, 282-296.
- Cole, D. A. (1987). Utility of confirmatory factor analysis in test validation research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55, 584-594.
- Connell, J.P., and Wellborn, J.G. (1991). Competence, autonomy, and relatedness: A motivational analysis of self-system processes. In *Minnesota symposia on child psychology*. Vol. 23. R. Gunnar and L.A. Sroufe, eds. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, pp. 43–77.
- Corbin, C.B. (1981). Sex of subject, sex of opponent, and opponent ability as factors affecting self-confidence in a competitive situation. *Journal of Sport Psychology*, 3, 265-270.
- Council of Europe, committee for the development of sport. (1988). *Handbook for the EUROFIT test of physical fitness*. Rome, Italy. Edigraf Editoriale Grafica.
- Cox, R. H. (2007). *Sport psychology: Concepts and applications*. NYC: McGraw Hill.
- Crocker, P. R. E., Kowalski, K. C., & Graham, T. R. (1998). Measurement of coping strategies in sport. In J. L. Duda. (Ed), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (pp. 149-161). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Csikszentmihalyi, M., Rathunde, K., Whalen, S., & Wong, M. (1993). *Talented teenagers: The roots of success and failure*. NY: Cambridge University Press, 2, 21. http://assets.cambridge.org/97805215/74631/excerpt/9780521574631_excerpt.pdf sayfasından ulaşılmıştır.
- Daus, A. T., Wilson, J., & Freeman, W. M. (1986). Psychological testing as an auxiliary means of selecting successful college and professional football players. *Journal of Sports Medicine*, 26, 274-278.

- DeVenzio, D. (1997). *Think like a Champion*. Charlotte, North Carolina: The Fool Court.
- Doğan, Y. (2007). *İlköğretim çağındaki 10–14 yaş grubu öğrencilerinin gelişim özellikleri*, Uludađ Üniversitesi Fen Edebiyat Fakóltesi Sosyal Bilimler Dergisi, 8 (13):155-189
- Duda, J., Chi, L., Newton, M., Walling, M., & Catley, D. (1995). Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 40-63.
- Durand-Bush, N., & Salmela, H. (2001). The development of talent in sport. *Handbook of sport psychology*, 2, 269-289.
- Eccles JS. (1999).The development of children ages 6 to 14. *Future Child.*;9(2):30–44. Epub2000/01/26.https://www.princeton.edu/futureofchildren/publications/docs/09_02_02.pdf sayfasından erişilmiştir.
- Eccles, J.S., Lord, S., and Buchanan, C.M. (1996). School transitions in early adolescence: What are we doing to our young people? In *Transitions through adolescence: Interpersonal domains and context*. J.L. Graber, J. Brooks-Gunn, and A.C. Petersen, eds. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, pp. 251–84.
- Edwards, T., Kingston, K, Hardy, L., Gould, D. (2002). A qualitative analysis of catastrophic performances and the associated thoughts, feelings, and emotions. *The Sport Psychologist*, 16, 1–19.
- Elferink-Gemser, M. T. (2005). Today’s talented youth field hockey players, the stars of tomorrow ? (PhD Thesis). <http://www.rug.nl/research/portal/files/2933555/thesis.pdf> sayfasından erişilmiştir.
- Elferink-Gemser, M. T. (2013). Olympia exists: Pushing boundaries for talented athletes. Arnhem, The Netherlands: HAN University of Applied Sciences Press. https://www.han.nl/onderzoek/nieuws/marije-elferinkinstallat/_attachments/13002_lectoraat_marije_elferink-gemsen_en_lr4.pdf sayfasından erişilmiştir.
- Elferink-Gemser, M. T., Visscher, C., & Lemmink, K. A. P. M. (2005). Psychological characteristic of talented youth athletes in field hockey, basketball, volleyball, speed skating, and swimming. *The Sport Psychologist*, 1, 88-101.

- Elferink-Gemser, M. T., Visscher, C., Lemmink, K. A. P. M., & Mulder, Th. (2004). Relation between multidimensional performance characteristics and level of performance in talented youth field hockey players. *Journal of Sports Sciences*, 22, 1053-1063.
- Ericsson, K. A., Krampe, R.T. & Tesch-Romer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100, 363–406.
- Ersoy, E. (2013). *Ortaokul Öğrencilerinin Algıladıkları Anne Baba Tutumları ile Benlik Saygısı ve Depresyon Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (İstanbul İli Fatih İlçesi Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi, İstanbul
- Faith, M. S., Leone, M. A., Ayers, T. S., Moonseong, H. & Pietrobelli, A. (2002). Weight criticism during physical activity, coping skills, and reported physical activity in children. *Pediatrics*, 110, 23-31.
- Falkner, N. H., Neumark-Sztainer, D., Story, M., Jeffery, R. W., Beuhring, T., & Resnick, M. D. (2001). Social, educational, and psychological correlates of weight status in adolescents. *Obes Res.*;9:32–42. doi: 10.1038/oby.2001.5.
- Fauzee, M., Daud, N., Kamarudin, K., Yusof, A., Soh, K., Nazarudin, M., & Salikon, R. (2009). What make university students participate in sports? *European Journal of Social Sciences*, 8(3), 449-458.
- Frederick, C. & Ryan, R. (1993). Differences in motivation for sport and exercise and their relations with participation and mental health. *Journal of Sport Behavior*, 16, 124-146.
- Gallucci, N. T. (2008). *Sport psychology: Performance enhancement, performance inhibition, individuals, and teams*. Hove: Psychology.
- Gander, M.J. ve Gardiner, H.W. (2001). *Çocuk ve Ergen Gelişimi (Child And Adolescent Development)*.(Çevirenler: Dönmez, A.; Çelen, N.; Bekir Onur). 4.Baskı. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Gee, C. J., Marshall, J. C., & King, J. F. (2010). Should coaches use personality assessments in the talent identification process? A 15 year predictive study on professional hockey players. *International Journal of Coaching Science*, 4, 25-34.
- Gezci, G., Toth, L., Sipos, N., Fugedi, D., Dancs, H., & Bogнар, J. (2009). Psychological profile of Hungarian national hockey ice hockey players. *Kinesiology*, 41(1), 88-96.

- Gibbons, T. (1998). The development of excellence. A common pathway to the top in music, art, academics and sport. *Olympic Coach*, 198, Vol. 8, No. 3.
- Gould, D. (2010). Goal setting for peak performance. In J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology*, (pp. 201-220). NYC: Mc Graw Hill.
- Gould, D., Dieffenbach, K. and Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development of Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 172-204.
- Gross, R. (1996). *Psychology, the science of mind and behaviour*. London: Hodder & Stoughton.
- Gulbin, J. P., Oldenzel, K. E., Weissensteiner J. R. and Gagne, F. (2010). A look through the rear view mirror: developmental experiences and insights of high performance athletes. *Talent Development & Excellence*, Vol. 2, No. 2, 149–164
- Hadavi, F. (2000). The standards of talent identification in sports. Printed by Physical Education Organization of I.R. Iran. Tehran.
- Hall, H. K. & Kerr, A.W. (1997). Motivational antecedents of precompetitive anxiety in youth sport. *The sport psychologist*, 11, 24-42.
- Hanson, T. & Gould, D. (1988). Factors affecting the ability of coaches to predict their athletes' trait and state anxiety levels. *The Sport Psychologist*, 2, 298-313.
- Hanton, S., Thomas, O. & Maynard, I. (2004). Competitive anxiety responses in the week leading up to competition: The role of intensity, direction and frequency dimensions. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 169–181.
- Harrison, P. A. and Narayan, G. (2003), Differences in Behavior, Psychological Factors, and Environmental Factors Associated with Participation in School Sports and Other Activities in Adolescence. *Journal of School Health*, 73: 113–120. doi:10.1111/j.1746-1561.2003.tb03585.x
- Harsanyi, L. (1992): Ability for Athletics: Identification and Improvement of Talent. *European Journal of High Ability*. 1992. 3; 75-83.
- Harter, S. , (1998). The development of self-representation. In *Handbook of child psychology*, 5th edition: Vol. 3, Social, emotional, and personality development. W. Damon and N. Eisenberg, eds. New York: Wiley, pp. 553–618.

- Harwood, C., Cumming, J. & Fletcher, D. (2004). Motivational profiles and psychological skills use within elite youth sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16, 318-332.
- Hayashi, S.W. (1998). *Understanding youth sport participation through perceived coaching behaviors, social support, anxiety and coping*. Dissertation Abstracts Internationals Vol. 59 (7-A), 2418.
- Hayslip, B., Petrie, T. A., MacIntire, M. M. & Jones, G. M. (2010). The influences of skill level, anxiety, and psychological skills use on amateur golfers' performances. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22, 123-133. doi:10.1080/10413200903554281.
- Helsen, W. F., Hodges, N. J., Van Winckel, J., and Starkes, J. L. (2000). The roles of talent, physical precocity and practice in the development of soccer expertise. *Journal of Sports Sciences*, 18, 727-736.
- Helsen, W. F., Van Winckel, J. & Williams, A. M. (2005). The relative age effect in youth soccer across Europe. *Journal of Sports Science*, 23, 629-636. doi:10.1080/02640410400021310.
- Hohmann A., Seidel, L. (2003). Scientific aspect of talent development. *Journal of physical Education*, 40 (1), 9-20
- Hohmann, A. & Alkemeyer, T. (Hrsg.) (2005). *Handbuch sportspiel*. Schorndorf: Hofmann.
- Howe, M. J. A., Davidson, J. W., & Sloboda, J. A. (1998). Innate talents: Reality or myth? *Behavioral and Brain Sciences*, 21, 399-442.
- Hummel, R. M., & Gross, A. M. (2001). Socially anxious children: An observational study of parent-child interaction. *Child & Family Behavior Therapy*, 23(3), 19-40.
- Jarvis, M. (1999). *Sport psychology*. London New York: Routledge. Retrieved from <http://www.imd.inder.cu/adjuntos/article/566/Sport%20Psychology%20A%20Student's%20Handbook.pdf>
- Jarvis, M., (2006). *Sport psychology: a student handbook*. London: Routledge.
- Jones, G., Swain, A. & Cale, A. (1991). Gender differences in precompetition temporal patterning and antecedents of anxiety and self confidence. *Journal of Sport & Exerdse Psychology*, 13, 1-15.

- Jones, M.T., Matthews, T.D., Murray, M., Van Raalte, J., & Jensen, B. E. (2010). Psychological correlates of performance in female athletes during a 12-week off-season strength and conditioning program. *J. Strength Cond Res*, 24(3), 619–628.
- Karageorghis, C. I. & Terry, P. C. (2011). *Inside sport psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Karasar, N. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemi*. (28. Basım), Ankara: Nobel.
- Karl, K. (2001). *Sporda yetenek arama, seçme ve yönlendirme*. Çev: Harputoğlu, H. Ankara: Bağırhan.
- Kemp, R. (2013). Sport psychological characteristics of talented 13-year old adolescents. *Master of Science degree*, (Master's thesis). Retrieved from <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.925.4547&rep=rep1&type>
- Kerr, G. & Minden, H. (1988). Psychological factors related to the occurrence of athletic injuries, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10, 167–173.
- Kerr, J. H. (1997). *Motivation and emotion in sport: Reversal theory*. East Sussex, United Kingdom: Psychology.
- Kingston, K. M. & Hardy, L. (1997). Effects of different types of goals on processes that support performance. *Sport psychologist*, 11(3), 277-293.
- Kılınc, F. (2008), An intensive combined training program modulates physical, physiological, biomotoric and technical parameters in basketball player women. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 22(6):1769-78.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. (2nd Edition), New York: The Guilford. Retrieved from <http://www.imd.inder.cu/adjuntos/article/521/Principles%20and%20Practice%20of%20Structural%20Equation%20Modeling.pdf>
- Koç, M. (2004). *Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri*, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 17, 2004/2, 231-256. Retrieved from http://sbe.erciyes.edu.tr/dergi/sayi_17/14_.pdf
- Köklü, N., Büyüköztürk, Ş. & Bökeoğlu, Ç. Ö. (2007). *Sosyal bilimler için istatistik*. Ankara: Pegem.

- Kolt, G. S. & Kirkby, R. J. (1994). Injury, anxiety, and mood in competitive gymnasts. *Perceptual and Motor Skills*, 78, 955-962.
- Kristiansen, E., Roberts, G. S. & Abrahamsen, F. E. (2007). Achievement involvement and stress coping in elite wrestling. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 18(4):526-38.
- Kruger, A. (2006). *Sport specific talent identification determinants and development of sprinting and long jumping ability among 10-15 year old children from underprivileged communities*. (PhD Dissertation). Retrieved from <https://dspace.nwu.ac.za/handle/10394/1318>
- Kruger, A., Pienaar, A., Kemp, R. E., Nienaber, A. (2013). Sport psychological characteristics of talented 13-year old adolescents. *J. Psychol in Africa*, 23, 651-654.
- Küçük, V. (2009). *Futbolda yetenek seçimi*. İstanbul: Elma. [https://www.tff.org/Resources/TFF/Documents/2009DK/FGM/yayinlar/aylikkitapcik/FutboldaYetenekSecimi\(Mayis\).pdf](https://www.tff.org/Resources/TFF/Documents/2009DK/FGM/yayinlar/aylikkitapcik/FutboldaYetenekSecimi(Mayis).pdf) sayfasından ulaşılmıştır.
- Lazarus, R. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford.
- Lazarus, R.S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1-21.
- Leahy, R. L. (1981). Parental practices and the development of moral judgment and self imagedisparity during adolescence. *DevelopmentalPsychology*. 17, 580-594.
- Lens, W. & Rand, P. (2000) Motivation and cognition: their role in the development of giftedness. In K. A. Heller, F. J. Mönks, R. J. Sternberg & R. F. Subotnik (Eds) *International handbook of giftedness and talent (pp. 193-202)*, (2nd edition), Oxford: Elsevier.
- Leuens, A. (2008). *Sport psychology*. (4th edition), New York: Psychology.
- Levitt, E. E. (1980). *The psychology of anxiety*. N.J.: Erlbaum.
- Locke, E. A., Shaw, K. N., Saari, L. M. & Latham, G. P. (1981). Goal setting and task performance. *Psychological Bulletin*, 90, 125-152.
- MacNamara, A., Button, A., & Collins, D. (2010). The role of psychological characteristics in facilitating the pathway to elite performance. Part 1: Identifying mental skills and behaviours. *The Sport Psychologist*, 24(1), 52-73.

- Martens, R. & Seefeldt, V. (1979). Guidelines for children's sports. Washington, D.C.: Amer Alliance for Health Physical.
- McCarthy, P. J., Jones, M. V., Harwood, C. G., & Olivier, S. (2010). What do young athletes implicitly understand about psychological skills? *Journal of Clinical Sport Psychology*, 4(2).
- Mohadjer, L., Bell, B., & Waksberg, J. (1994). National Health and Nutrition Examination Survey III. Retrieved from <https://wwwn.cdc.gov/Nchs/Data/Nhanes3/Manuals/anthro.pdf>
- Moon, S. M. (2003). Personal talent. *High Ability Studies*, 14, 5–21.
- Morris, T. (2000) Psychological characteristics and talent identification in soccer. *J Sports Sci.*;18(9):715–26.
- Morris, T., Spittle, M., & Watt, A.P. (Eds.) (2005). Technical aids to imagery. In Morris, T., Spittle, M., Watt, A.T. (Eds.). (2005) *Imagery in Sport* (pp. 237-266). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mülazimoğlu, O. (2007). *Somatotip yapıları spor yapmaya uygun çocukların spor branşlarına özgü yetenek düzeylerinin araştırılması*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Muratlı, S. (2007). *Antrenman bilimi yaklaşımı ile çocuk ve spor* (2.Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım).
- Muratlı, S. (2007). *Çocuk ve spor*. Ankara: Nobel.
- Muratlı, S. (t.y). Sportif oyunlarda yetenek seçimi ve yönlendirme http://www.sporbilim.com/dosyalar/1-Giris-Yetenek_Kavrami.pdf sayfasından alınmıştır.
- Murphy, S. M., & Martin, K. A. (2002). The use of imagery in sport. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (2nd ed., pp.405-439).Champaign,IL:Human Kinetics.
- Nacar, E., Açak, M. & Karahüseyinoğlu, M. (2011). Research on levels of continuous anxiety in handball players. *Sport Sciences*, 6(1), 1-12. DOI: 10.12739/10.12739.
- Neil, R., Mellalieu, S., & Hanton, S. (2004). Competitive anxiety and coping responses as a function of competitive status and experience. *Journal of Sports Sciences*, 22, 309-310.

- Orlick, T. & Partington, J. (1988). Mental links to excellence. *The Sport Psychologist*, 2, 105-130.
- Orosz, R. & Mezo, F. (2015). Psychological factors in the development of football-talent from the perspective of an integrative sport-talent model. *Journal for the Education of Gifted Young Scientists*, 3(1), 58-76.
- Öztürk, F., & Şahin, Ş. (2014). Comparison of the social self efficacy results of 9-13 age groups individuals who do sports and don't do (Bursa sample). *İlköğretim Online*, 6 (3), 469-479.
- Pauole, K., Madole, K., Garhammer, J., Lacourse, M., & Rozenek, R. (2000). Reliability and validity of the t- test as a measure of agility, leg power, and leg speed in college-aged men and women. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 14(4), 443-450.
- Pekel, A. (2007), *Atletizmde yetenek aramasına bağlı olarak 10-12 yaş grubu çocuklarda bazı değişkenler üzerinde normatif çalışma, Ankara ili örneği*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Petersen, A. (1988). Adolescent development. *Annual Review of Psychology* 39:583–607.
- Piaget, J., and Inhelder, B. (1973). *Memory and intelligence*. London: Routledge and Kegan Paul.
- Pieterse, M. (1991). The effect of achievement pressure of organised sport on the primary school child. In Du Randt, R.; Headley, N., Loots, J.M., Potgieter, J.R., De Ridder, J.H., Van der Walt, T.S.P. (1992). *Sport talent Identification and Development and related issues in selected countries*. Port Elizabeth: University of Port Elizabeth Press.
- Porat, Y., Lufi, D., & Tenenbaum, G. (1989). Psychological components contribute to select young female gymnasts. *International Journal of Sports Psychology*, 20, 279-286.
- Raglin, J. S., Eksten, F, and Garl, T. (1995). Mood state responses to a pre-season conditioning program in male collegiate basketball players. *International Journal of Sport Psychol* 26, 214–225.

- Regnier, G., Salmela, J. H. & Russell, S. J. (1993). Talent detection and development in sport. In R. Singer, M. Murphey & L.K Tennant (Eds.) *A Handbook of Research on Sport Psychology*. (pp. 290-313), New York: Macmillan.
- Reilly, T., Williams, A. M., Nevill, A. & Franks, A. (2000) A multidisciplinary approach to talent identification in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 695-702.
- Rezaee, A. M., Boostai, M. H., Boostani, M. A., Hosseini, E. & Javanmardi, R. (2008). Investigation and comparison of aggression in male martial art athletes and non-athletes. *11th Asian Federation of Sports Medicine Congress, Tehran, Iran*.
- Roberts, G.C. (1992). Motivation in sport and exercise: conceptual restraints and convergence. In G.C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp.1-50). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ryan, R. M., Frederick, C. M., Lipes, D., Rubio, D., & Sheldon, K. S. (1997). Intrinsic motivation and exercise adherence. *International Journal of Sport Psychology*, 28, 355-354.
- Savaşır, I. (1994). Ölçek uyarlamasındaki bazı sorunlar ve çözüm yolları. *Türk Psikoloji Dergisi*, 33(9), 27-32.
- Scanlan, T. K., Stein, G. L., & Ravizza, K. (1991). An in-depth study of former elite figure skaters: III. Sources of stress. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 102-120.
- Selman, R.L. *The growth of interpersonal understanding*. New York: Academic Press, 1980.
- Sevim, Y. (1995) *Antrenman bilgisi*. Ankara: Gazi, Özkan.
- Sevim, Y. (1997). *Antrenman bilgisi*. Ankara: Tutibay
- Shepard, J. M. & Young, W. B., (2006). Agility literature review: Classifications, training and testing. *Journal of Sport Sciences*, 24(9), 919-932.
- Short, S., Bruggeman, J., Engel, S, Marback, T., Wang, L. & Willadsen, A. (2002). The effect of imagery function and imagery direction on self efficacy and performance on a golf putting task. *The sport psychologist*, 16, 48-67.
- Siegler, R.S. (1986). *Children's thinking*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall

- Silva, J. M. (2006). Psychological aspects in the training and performance of team handball athletes. In Dosil, J. (Ed.). *The Sport Psychologist's Handbook: A Guide for Sport-Specific Performance Enhancement* (pp. 211-243). West Sussex, UK: John Wiley & Sons
- Simonton, D. K. (2001). Talent development as a multidimensional, multiplicative, and dynamic process. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 39-43.
- Smith, R. E. & Christensen, D. S. (1995). Psychology skills as predictors of performance and survival in professional baseball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 399-415.
- Smith, R. E., Schutz, R.W., Smoll, F. L. & Ptacek, J. T. (1995). Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The athletic coping skills inventory-28. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 379-389.
- St-Aubin, M. A. & Sidney, K. (1996). A rationale for talent detection in youth sports. *Journal de l'acsepld*, 9-12.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. Figen Çok (Ed). Ankara: İmge Kitabevi.
- Stewart, C. & Meyers, M. C. (2004). *Motivational traits of elite young soccer players*. *Physical Educator*, 4, 213-218.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49-74.
- Tamer, K. (2000). Sporda fiziksel-fizyolojik performansın ölçülmesi ve değerlendirilmesi. Ankara: Bağırhan.
- Taylor, D. L. (1995). A comparison of college athletic participants and nonparticipants on self-esteem. *Journal of College Student Development*, (36), 444-451.
- Tezbaşaran, A. (1997). *Likert tipi ölçek geliştirme kılavuzu*. (İkinci Baskı), Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Thelwell, R. C. & Greenlees, I. A. (2003). Developing competitive endurance performance using mental skills training. *The Sport Psychologist*, 17, 318-337.
- Tod, D., Thatcher, J. & Rahman, R. (2010). *Sport psychology*. Palgrave Macmillan.
- Tranckle, P. (2004). Understanding giftedness and talent in sport. *The Coach*, 21, 61-73.

- Tucker, R., Collins, M. (2012). What makes champions? A review of the relative contribution of genes and training to sporting success. *British Journal of Sports Medicine*, 46, 555-561.
- Tutkun, E. (2002). *Samsun ili ilköğretim çağı çocuklarının yetenek seçim yönteminin geliştirilmesi*. Doktora Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Uys, P.L. (2009). Sosio-ekonomiese omstandighede se impak op die motoriese ontwikkeling van voorskoolse kinders: Thusano projek. Potchefstroom: NWU (Dissertation – MBA).
- Vaeyens, R., Lenoir, M., Williams, A. M., Philippaerts, R. M., (2008). Talent identification and development programmes in sport: Current models and future directions. *Sports Med.*, 38(9), 703-14.
- Van Yperen, N. W. (2009). Why some make it and others do not: identifying psychological factors that predict career success in professional adult soccer. *The sport psychologist*, 23, 317-329.
- Vealey, R. S. (2005). *Coaching for the Inner Edge*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Vealey, R. S. & Greanleaf, C. A. (2010). Seeing is believing: understanding and using imagery in sport. In Williams, J. M., (ed). *Applied sport psychology*, (pp. 267-299), (6th ed.), New York: McGraw Hill.
- Vealey, R.S. & Chase, M.A. (2008). Self-confidence in sport. In Horn, T.S., (ed). *Advances in sport psychology*, (pp. 66-97), (3rd ed.), Champaign, IL: Human Kinetics.
- Vurgun, T. (2010), *Sporda imgeleme anketinin Türkçe'ye uyarlanması ve sporda imgelemenin yarışma kayısı ile sportif güven üzerindeki etkisi*. (Doktora Tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Weinberg, R., Miller, A., & Horn, T. (2012). The influence of a self-talk intervention on collegiate cross-country runners. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10(2), 123-134.
- Weinberg, R.S. & Gould, D. (2003). *Foundations of sport and exercise psychology*. (3rd ed.), Champaign, IL: Human Kinetics.

- Weiss, M. R., & Bredemeier, B. J. (1983). Developmental sport psychology: A theoretical perspective for studying children in sport. *Journal of Sport Psychology*, 5, 216-230.
- Weissensteiner, J., Abernethy, B., Farrow, D. (2009). Towards the development of a conceptual model of batting expertise in cricket: A grounded theory approach. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(3), 276–292.
- Williams, A. M. & Davids, K. (1995). Declarative knowledge in sport: a by-product of experience or a characteristic of expertise? *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(3), 259-275.
- Williams, A. M., & Reilly, T. (2000). Talent identification and development in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 657 – 667.
- Williams, J. M. & Krane, V. (2001). Psychological characteristics of peak performance. In J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*, (pp. 137-147), (4th ed.).
- Wilmore, J. H., Costill, D. L. & Kenney, W. L. (2008). *Physiology of sport and exercise*. (4th ed.), Champaign, IL: Human Kinetics.
- Wilson, V. E., Peper, E., Schmid, A. (2006). Training strategies for concentration. In Williams, J. N. (ed). *Applied sport psychology: personal growth to peak performance*, (p. 404-422), (5th ed.), Boston: McGraw.
- Yavuzer, H. (2001). *Okul çağı çocuğu*. (7. Baskı). İstanbul: Remzi.
- Zinsser, N., Bunker, L., & Williams, J.M. (2010). Cognitive techniques for building confidence and enhancing performance. In J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology*, (pp. 305-335), NY: Mc Graw.
- Zorba, E. (2000). *Fiziksel uygunluk*. Ankara: Neyir.
- Zorba, E. (2001). *Fiziksel uygunluk*. Muğla: Gazi

EKLER



Ek 1. Öğrenci Sportif Yetenek Veri Formu

Öğrenci Sportif Yetenek Veri Formu					
Kişisel bilgiler					
Okul adı :			Sınıfı/Okul numarası:...../.....		
Doğum Tarihi :(gün/ay/yıl)/...../.....			Cinsiyet: KIZ () Erkek ()		
Aşağıdaki bölüm araştırmacı tarafından doldurulacaktır					
Kilo (kg):.....	Boy (cm) :.....	Vücut Kitle İndeksi:.....	Ölçüm Tarihi:...../...../2016		
Kulaç Uzunluğu=.....		Oturma Yüksekliği=.....	Sporculuk Durumu ? Evet () Hayır () Branş:.....		
Test No.:	PERFORMANS TESTLERİ	1.Deneme	2. Deneme	3. Deneme	En İyi Derece
1.	Otur Uzan Esneklik Testi				
2.	Durarak Uzun Atlama				
3.	Dikey Sıçrama				
4.	Flamingo Denge Testi				
5.	Pençe Kuvveti Testi				
6.	30sn. Mekik Testi				
7.	Çeviklik T - Testi				
8.	20 m Koşu Sürati Testi (sn.)				
Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri-26 Puanlama Tablosu					
Faktörler ve ölçek maddeleri					
1.	Hedef belirleme / Zihinsel hazırlık (1, 2,3, 4)				Toplam Puan
2.	Konsantrasyon (5, 6, 7, 8)				
3.	Kaygıdan uzak olma (9, 10, 11)				
4.	Baskı altında yüksek performans (12, 13, 14, 15)				
5.	Zorlukla baş etme (16, 17, 18, 19)				
6.	Güven ve başarı güdüsü (20, 21, 22)				
7.	Antrenörlük durumu (23, 24, 25, 26)				

Ek 2. Veli İzin Formu

Veli İzin Formu	
1. Açıklama:	
Sayın Veliler, Sevgili Anne-Babalar,	
Bu çalışma amacı gereği " Ortaokul Öğrencilerinin Spora Özgü Psikolojik Yeteneklerinin İncelenmesi " isimli doktora tez çalışması kapsamında öğrencilere uygulanacak fiziksel performans testleri ve anket çalışmasından meydana gelmektedir.	
Araştırmanın temelini oluşturan testler kapsamında, sportif yetenek seçiminde kullanılan fiziksel performans testleri (Otur Uzan Esneklik Testi, Durarak Uzun Atlama, Dikey Sıçrama, Flamingo Denge Testi, Pençe Kuvveti, 30sn. Mekik, Çeviklik T-Testi ve 20 metre Sürat Testi), antropometrik ölçümler (boy uzunluğu, kulaç genişliği ve vücut ağırlığı) ve ACSI-28 anketi uygulanacaktır.	
Velisi bulunduğunuz öğrencinizin katılmasına izin verdiğiniz takdirde uygulanacak testler Beden Eğitimi ders saatleri içerisinde gerçekleştirilecek olup çocuğunuz anketi okulda ders saatinde dolduracaktır. Öğrencinizin katılacağı performans testleri ve dolduracağı anket soruları onun fiziksel ve psikolojik gelişimine olumsuz etkisi olmayacağından emin olabilirsiniz. Çocuğunuzun dolduracağı anketlerdeki cevaplar ve performans testleri sonuçları sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır. Bu araştırmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanır ve isteğiniz doğrultusunda çalışmayı yarıda kesip bırakabilirsiniz. Araştırma sonuçlarının özeti tarafımızdan okulunuza ulaştırılacaktır.	
Bu araştırma ile birlikte elde edilen veriler çocukların sportif açıdan yetenek seçimine ve spor eğitimleri sürecine önemli katkıda bulunacaktır. Araştırmayla ilgili sorularınızı aşağıdaki e-posta adresini veya telefon numarasını kullanarak bize yöneltebilirsiniz.	
Saygılar,	
Araştırmacı: Volkan Özcan	Tez Danışmanı: Prof. Dr. Mehmet Günay
Gazi Üniversitesi	
Eğitim Bilimleri Enstitüsü	
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı	
Tel: 0530 243 0248, e-posta: vlknozcan@gmail.com	
2. Öğrenciye ait bilgiler:	
Okul adı :	Sınıfı/Okul numarası:...../.....
Adı soyadı :	Cinsiyet: Kız () Erkek ()
Doğum Tarihi :(gün/ay/yıl)/...../.....	
3. Veli izni: Yukarıda bilgileri bulunan çocuğumun araştırmaya katılmasında her hangi bir sakınca yoktur, izin veriyorum.	
<u>Veli</u>	
Adı Soyadı:	Tarih:...../...../2016
İmza:	

Ek 3. Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri

Okul Adı :..... Sınıfı / Okul numarası :...../.....

Doğum Tarihi :(gün/ay/yıl) / /..... Cinsiyet: Kız () Erkek ()!!!!

Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri -26

Talimatlar: Aşağıda, sporcuların deneyimlerini anlatmak için kullandıkları ifadeler yer almaktadır. Lütfen cümleleri dikkatlice okuyunuz ve aynı durumu ne kadar sıklıkla yaşadığınızı mümkün olduğunca doğru bir şekilde hatırlamaya çalışınız. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir cümle üstünde çok fazla zaman harcamayınız.

Lütfen, aşağıdaki durumlarda spor yaparken size en uygun olanını işaretleyiniz:

1. Günlük ya da haftalık olarak ne yapacağıma rehberlik edecek belirli hedefler koyarım.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
2. Hedeflerime nasıl ulaşacağıma belirlemek için planlamalar yaparım.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
3. Her antrenman için performans hedeflerimi belirlerim.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
4. Daha oyun başlamadan kafamda kurduğum bir oyun planım vardır.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
5. Spor yaparken dikkatimi toplayabilir, dikkat dağıtıcı şeyleri zihnimden uzaklaştırabilirim.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
6. Dikkat dağıtıcı unsurlar, bir şeyler izlerken ya da dinlerken bana engel olmaz.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
7. Uğraştığım sporda beklenmedik durumların üstesinden en iyi şekilde gelirim.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
8. Oyun esnasında dikkatimi toplayabilir ve tek bir nesne ya da kişiye odaklanabilirim.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
9. Başkalarının performansım hakkında ne düşündükleri beni oldukça endişelendirir.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
10. Yarışırken hata yapacağım ve başarılı olamayacağım diye kaygılanırım.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
11. Başarısız olursam ya da işleri mahvedersem ne olur diye hayal ederim ve düşünürüm.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
12. Baskı altında olduğumda daha iyi oynayabilirim; çünkü daha net bir şekilde düşünürüm.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []

Ek 3. Devamı (Sportif Sorunlarla Başa Çıkma Becerileri Envanteri)

13. Oyun sırasında ne kadar fazla baskı varsa oyundan o kadar zevk alırım.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
14. Stres veren durumlara karşı kolay bir şekilde göğüs gerebilirim.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
15. Baskı altındayken daha az hata yaparım; çünkü daha iyi konsantre olurum.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
16. Yarışma sırasında, işler ne kadar kötü giderse gitsin, olumlu ve istekli olmaya devam ederim.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
17. İşler kötü gittiğinde, kendi kendime sakin ol diyorum ve bu işe yarıyor.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
18. Gerginleştiğimi hissettiğimde kendimi rahatlatıp sakinleştirebilirim.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
19. Benim için işler nasıl giderse gitsin duygularımı kontrol altında tutabilirim.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
20. Yetenek ve becerilerimden en iyi şekilde yararlanırım.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
21. Antrenmana gitmem ya da iyi oynamam için birisinin bana baskı yapmasına gerek yok; her zaman elimden gelenin en iyisini yaparım.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
22. Hedeflerime ulaşamadığımda daha çok çaba gösteririm.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
23. Antrenör ya da idareci, yaptığım bir hatayı nasıl düzeltebileceğimi söylediğinde, olayı kişiselleştirip üzülürüm.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
24. Antrenör ya da idareci beni eleştirdiğinde, bana yardım ettiklerini düşünmek yerine, üzülürüm.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
25. Eğer antrenör beni eleştirir ya da bana bağırırsa, bu duruma üzülmeden hatamı düzeltilirim.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []
26. Antrenörlerin ve idarecilerin öneri ve yönlendirmelerini dikkatle dinleyerek becerilerimi geliştiririm.
Hemen hemen hiçbir zaman [] Bazen [] Sıklıkla [] Hemen hemen her zaman []

Not: Lütfen bütün soruları cevapladığınızdan emin olunuz. Ankete katıldığınız için teşekkür ederim.

Ek 4. İl Milli Eğitim Müdürlüğü İzin Yazısı



T.C.
ANKARA VALİLİĞİ
Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 14588481-605.99-E.4999964
Konu : Araştırma İzni

04.05.2016

GAZİ ÜNİVERSİTESİNE
(Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü)

İlgi: a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün 2012/13 nolu Genelgesi.
b) 14/03/2016 tarihli ve 9433 sayılı yazımız.

Enstitünüz Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı doktora öğrencisi Volkan ÖZCAN'ın "**Ortaokul Öğrencilerinin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyelerinin İncelenmesi**" konulu tez kapsamında uygulama talebi Müdürlüğümüze uygun görülmüş ve uygulamanın yapılacağı İlçe Milli Eğitim Müdürlüğüne bilgi verilmiştir.

Görüşme formunun (3 sayfa) araştırmacı tarafından uygulama yapılacak sayıda çoğaltılması ve çalışmanın bitiminde bir örneğinin (cd ortamında) Müdürlüğünüz Strateji Geliştirme (1) Şubesine gönderilmesini arz ederim.

Ali GÜNGÖR
Müdür a.
Şube Müdürü

Genel Elektronik İmza ile
Aslı ile Aynıdır.
04.05.2016...

Yaşar SUBAŞI
Şef

Konya yolu Başkent Öğretmenevi Evi arkası Beşevler ANKARA
e-posta: istatistik06@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için
Tel: 0 312 221 02 17/135

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evsniik.sagip.meb.gov.tr> adresinden: efb6-aa86-37cc-8aee-6f4c koda ile teyit edilebilir.

Ek 5. Etik Kurul Değerlendirme Formu

Evrak Tarih ve Sayısı: 06/05/2016-E.57469



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Etik Komisyonu



Sayı : 77082166-302.08.01-
Konu : Bilimsel ve Eğitim Amaçlı

EğİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜğÜNE

İlgi : a) 11/04/2016 tarihli ve 80287700-302.08.01- 45581 sayılı yazı,
b) 02/05/2016 tarihli ve 77082166-302.08.01- 55049 sayılı yazı,

Araştırmacı grubunun talebi üzerine İlgi (b) yazımız ile gönderilen onay yazımız iptal edilerek,

Enstitünüz Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı **Doktora Öğrencisi Volkan ÖZCAN'ın, Prof.Dr.Mehmet GÜNAY'ın** danışmanlığında yürüttüğü "**Ortaokul Öğrencilerinin Spora Özgü Psikolojik Yetenek Seviyelerinin İncelenmesi**" adlı tez çalışması ile ilgili konu Komisyonumuzun **27.04.2016** tarih ve **05** sayılı toplantısında görülmüş olup,

İlgilinin çalışmasının yapılacağı okulların bağlı olduğu İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden izin alınması koşuluyla, uygulanmasında etik açıdan bir sakınca bulunmadığına oybirliği ile karar verilmiş ve karara ilişkin imza listesi ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Aysu DUYAN ÇAMURDAN
Komisyon Başkanı

EK :
1 Liste
DAğITIM
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü
Genel Sekreterlik » Öğrenci İşleri Daire
Başkanlığına

Ankara
Tel:0 (312) 202 69 58 Faks:0 (312) 202 46 73
İnternet Adresi :http://etikkomisyon.gazi.edu.tr/

Bilgi için :Nursel Güner
Genel Evrak Sorumlusu
Telefon No:202 20 57

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Ek 6. Ölçek Kullanım İzini (e-mail)

On Sun, 5 Apr 2015, Volkan Ozcan wrote:

Dear Dr. Smith,

I am a doctoral student from Gazi University, Ankara, Turkey. I have completed my MsD in Nutrition and Exercise Science at City University of New York-Queens College (2011) then came back to Turkey. I am writing my dissertation tentatively titled "Investigation of Secondary School Students of Sport-Specific Psychological Skill Level" under the direction of my dissertation committee chaired by Dr. Mehmet Gunay.

- If its possible I would like to get your permission to use "The Athletic Coping Skills Inventory-28" questionnaire in my research study. I would like to use and print your survey under the following conditions:
- I will use this survey only for my research study and will not sell or use it with any compensated or curriculum development activities.
- I will include the copyright statement on all copies of the instrument.
- I will send my research study and one copy of reports, articles, and the like that make use of these survey data to your attention.

If these are acceptable terms and conditions, please indicate so by signing one copy of attached letter and returning it to me via e-mail: vlknozcan@gmail.com

Best regards,
Volkan Ozcan

On 06 Apr 2015, at 00:31, resmith@uw.edu wrote:
Greetings,

I am happy to give you permission to use the ACSI-28 in your research. The scale is a research instrument with no commercial aspects, and I am always happy when it is used for that purpose. The points you specify below are agreeable, and this e-mail serves the same purpose as the letter you attached.

With best wishes,

Ronald E. Smith, Ph.D.
Professor of Psychology
Director, Clinical Psychology Program
University of Washington
Seattle, WA 98195-1525
(206) 543-8817; 543-6511
fax: (206) 685-3157
resmith@uw.edu

æ



GAZİ GELECEKTİR..