



T.C.
Hitit Üniversitesi
Sağlık Bilimler Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

**ELİT SPORCULARDA HEDEF YÖNELİMİNİN, TEMEL
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR ile BAŞARISIZLIK KORKUSU
ÜZERİNE ETKİSİ**

Ramazan ŞEKER

Doktora Tezi

Çorum 2017

**ELİT SPORCULARDA HEDEF YÖNELİMİNİN, TEMEL
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR İLE BAŞARISIZLIK KORKUSU
ÜZERİNE ETKİSİ**

Ramazan ŞEKER

**Hitit Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı**

Doktora Tezi

**Tez Danışmanı
Prof. Dr. Faruk YAMANER**

Çorum 2017

KABUL VE ONAY

Ramazan ŞEKER tarafından hazırlanan “Elit Sporcularda Hedef Yöneliminin, Temel Psikolojik İhtiyaçlarının, Başarısızlık Korkusu Üzerine Etkisi” başlıklı bu çalışma, 15.11.2017’ tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak yüksek lisans/ doktora/ sanatta yeterlilik tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza



Prof. Dr. Osman İMAMOĞLU (BAŐKAN)

İmza

Prof. Dr. Faruk YAMANER

İmza



Doç. Dr. Özer YILDIZ

İmza



Doç. Dr. Erkan DEMİRKAN

İmza

Yrd. Doç. Dr. Mahmut GÜLLE



Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

İmza

Doç. Dr. Erkan DEMİRKAN

Enstitü Müdürü

T.C.
HİTİT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Bu belge ile bu tezdeki bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu beyan ederim. Bu kural ve ilkelerin gereği olarak, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce ve sonuçları andığımı ve kaynağını gösterdiğimi ayrıca beyan ederim. (15/12/2017)

Ramazan SEKER



ÖZET

ŞEKER, Ramazan. Elit Sporcularda Hedef Yöneliminin, Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Başarısızlık Korkusu Üzerine Etkisi. Doktora Tezi, Çorum, 2017.

Bu araştırma, farklı branşlarda görev alan elit sporcuların hedef yönelimi, temel psikolojik ihtiyaçlar ile başarısızlık korkusunun çeşitli değişkenler açısından incelenmesi ve bu değişkenler arasındaki farklılığın ortaya koyması amacıyla yapılmıştır.

Araştırmanın örneklemini, 2016-2017 yılında Türkiye'nin farklı bölgelerinde yer alan farklı branşlardaki elit sporcular oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini oluşturan toplam elit sporcu sayısı (n=521) bunların (378) erkek, (173) ise kadından oluşmaktadır. Örneklemini oluşturan elit sporcular tesadüfi örneklem yöntemiyle seçilmiştir. Araştırmada veri toplama araçları olarak, Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilen Kesici, Üre, Bozgeyikli ve Sünbül (2003) tarafından Türkçeye uyarlanmış olan Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği, Conroy (2001) tarafından geliştirilip, Conroy, Willow ve Metzler (2002) tarafından güncellenen ve Kahraman ve Sungur (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan başarısızlık korkusu ölçeği ile Duda (1989; 1992) tarafından geliştirilen ve Toros (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği kullanılmıştır.

Verilerin analizinde, normal dağılım gösterip göstermediğini test etmek için Kolmogorov-Smirnow testi yapılmış, verilerin normal dağılmadığı saptandığından dolayı non-parametrik testler kullanılmıştır. Alt problemlere bağlı olarak verilerin çözümlenmesinde yüzde, frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, Mann-Whitney, Kruskal-Wallis testi, korelasyon analizi uygulanmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, elit sporcuların cinsiyet değişkenine göre sporcuların başarısızlık korkusu alt boyutları açısından, yaş değişkenine göre başarısızlık korkusu, temel psikolojik ihtiyaçlar ve hedef yönelimleri alt boyutları açısından, eğitim düzeyi değişkenine göre temel psikolojik ihtiyaçlar ve başarısızlık korkusu alt boyutları açısından, branş farklılıkları (temaslı ve temassız) değişkenine göre temel psikolojik ihtiyaçlar ve başarısızlık korkusu alt boyutları açısından, elde edilen derece değişkenine

göre temel psikolojik ihtiyaçlar ve başarısızlık korku alt boyutları açısından, deneyim yılı değişkenine göre başarısızlık korku alt boyutları açısından, gelir durumu değişkenine göre temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutları açısından ve sporcuların performans değerlendirmesi değişkenine göre temel psikolojik ihtiyaçlar ve hedef yönelimi alt boyutları açısından anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Fakat elit sporcuların ulusal ve uluslararası millilik düzeyleri ve millilik sayısı değişkenleri dikkate alındığından temel psikolojik ihtiyaçlar, hedef yönelimi ve başarısızlık korkusu alt boyutları açısından herhangi anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların cevaplamış olduğu ölçek maddeleri dikkate alındığında temel psikolojik ihtiyaçlar, hedef yönelimi ve başarısızlık korkusu alt boyutları arasında korelasyon yapıldığından anlamlı düzeyde ilişkiler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelime: Başarısızlık Korkusu, Psikolojik İhtiyaç, Ego Yönelimi, Hedef Yönelimi

ABSTRACT

ŞEKER, Ramazan. Effects Of Elite Sportsmen's Goal Orientation On Basic Psychological Needs And Fear Of Failure. PhD Thesis, Corum, 2017.

This study was carried out with the aim of analysing goal orientation, basic psychological needs and fear of failure of elite sportsmen in different branches in terms of various variables, and with the aim of revealing the differences among these variables.

The sample of the research consisted of elite sportsmen in different branches and in different regions of Turkey in 2016-2017 academic year. Total number of the sportsmen in the sample was 521, 378 of whom were males and 173 of whom were females. The sportsmen in the sample were selected randomly. Basic Psychological Needs Scale which was developed by Deci and Ryan (2000) and adapted into Turkish by Kesici, Üre, Bozgeyikli and Sünbül (2003); Fear of Failure Scale which was developed by Conroy (2001), revised by Conroy, Willow and Metzler (2002) and adapted into Turkish by Kahraman and Sungur (2016); Task and Ego Orientation in Sport Scale that was developed by Duda (1989; 1992) and adapted into Turkish by Toros (2004) were used as data collection tools.

For data analysis, Kolmogorov-Smirnow test was employed to test whether the data showed normal distribution; and non-parametric tests were warranted since the data did not follow normal distribution. Percentage, frequency, arithmetic mean, standard deviation, Mann-Whitney, Kruskal-Wallis test and correlation analysis were used in data analysis based on sub problems.

According to the results of the study, there was significant difference in terms of fear of failure sub-dimension regarding gender variable of elite sportsmen; fear of failure in terms of age variable; in terms of basic psychological needs and goal orientation sub-dimensions; in terms of basic psychological needs and fear of failure regarding level of education; in terms of basic psychological needs and fear of failure regarding branch differences (contact and contact-free) variable; in terms of basic psychological needs and fear of failure regarding obtained degree variable; in terms of fear of failure regarding seniority; in terms of basic psychological needs regarding income-status, and

in terms of basic psychological needs and goal orientation regarding performance assesment of the sportsmen. However, there was no significant difference regarding sub-dimensions of basic psychological needs, goal orientation and fear of failure since variables of national and international nationality levels and numbers of the elite sportsmen were taken into consideration. When the responses that the participants gave for the items in the scales were considered, it was concluded that there was significant relations among sub-dimensions of basic psychological needs, goal orientation and fear of failure because of correlation.

Keywords: Fear of Failure, Psychological Needs, Ego Orientation, Goal Orientation



Teşekkürler

Bu tez çalışması birçok değerli kişinin katkılarıyla ortaya çıkmıştır. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalı doktora eğitimim boyunca ilk günden itibaren, yetişmemde ve tez çalışmamda büyük katkıları olan, gerek akademik gerek kişisel her konuda bilgi ve tecrübelerini aktaran değerli hocam ve tez danışmanım sayın Prof. Dr. Faruk YAMANER'e, teşekkürü bir borç bilirim.

Yaşadığım her anda, benden sevgilerini, fedakârlıklarını, maddi ve manevi desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen eşim ve kızlarıma,

Sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Ramazan ŞEKER

Kasım 2017, Çorum

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
ABSTRACT	iii
TEŞEKKÜRLER	v
İÇİNDEKİLER	vi
ŞEKİLLER LİSTESİ	vii
TABLolar LİSTESİ	ix
ÖNSÖZ	xii
GİRİŞ	1
ALT PROBLEMLER	4
ÇALIŞMANIN ÖNEMİ	5
TANIMLAR	6
1. GENEL BİLGİLER	
1.1. HEDEF YÖNELİMİ.....	8
1.1.1. Başarı ve Hedef Yönelimi İlişkisi	8
1.1.2. Hedef Yönelimine İlişkin Kuramsal Bilgi	11
1.1.2.1. Hedefin Zorluğu	14
1.1.2.2. Hedefin Özel Olması	14
1.1.2.3. Hedeflerin Geçiciliği	14
1.1.2.4. Hedeflerin Ortaklığı.....	14
1.1.3. Görev Yönelimi.....	14
1.1.4. Ego Yönelimi	16
1.2. TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR	18

1.2.1. Temel İhtiyaçlar	18
1.2.2. Öznel İyi Oluş	19
1.2.3. Öz-Belirleme	20
1.2.4. İlişki Doyumu.....	21
1.2.5. Temel Psikolojik İhtiyaçlar	22
1.2.5.1. Özerklik	24
1.2.5.2. Yeterlik	25
1.2.5.3. İlişkili Olma	26
1.3. BAŞARISIZLIK KORKUSU.....	27
1.3.1. Başarı ve Başarısızlık	27
1.3.2 Başarı / Başarma Güdüsü	29
1.3.3. Başarı Motivasyonu	29
1.3.4. Başarı Gereksinmesi Kuramı	32
1.3.5. Hedefi Gerçekleştirme Kuramı	32
1.3.6. Yüklenme Kuramı	33
1.3.7. Sporda Başarı Motivasyonu	34
1.3.8. Başarısızlık Korkusu	36
1.3.9. Sporcularda Başarısızlık Korkusu	39
1.3.10. Neler Sporcuları Korkutur	39
1.3.11. Başarısızlık Korkusunu Yenmek için Nasıl Yardımcı Olunur ...	40
2. GEREÇ ve YÖNTEM	41
3.1.ARAŞTIRMA MODELİ	41
3.2. ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ	41
3.3. VERİ TOPLAMA ARACI.....	41
3.3.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	41

3.3.2. Performans Başarısızlık Değerlendirme Envanteri	42
3.3.3. Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği (SGEYO)	43
3.4. VERİLERİN TOPLANMASI VE ANALİZİ	43
3. BULGULAR.....	44
3.1. BİRİNCİ ALT PROBLEM	47
3.2. İKİNCİ ALT PROBLEM	49
3.3. ÜÇÜNCÜ ALT PROBLEM	50
4. TARTIŞMA.....	71
5. SONUÇ VE DEĞERLENDİRME.....	82
6. ÖNERİLER	86
7. KAYNAKÇA.....	87
8. EKLER	105
9. ÖZ GEÇMİŞ	111

TABLolar

Tablo 1. Araştırmada yer alan sporcuların cinsiyet türüne ilişkin frekans dağılımı	39
Tablo 2. Araştırmada yer alan sporcuların yaşlarına ilişkin frekans dağılımı	39
Tablo 3. Araştırmada yer alan sporcuların millilik sayılarına ilişkin frekans dağılımı .	40
Tablo 4. Araştırmada yer alan sporcuların branş türüne ilişkin frekans dağılımı	40
Tablo 5. Araştırmada yer alan sporcuların eğitim durumlarına ilişkin frekans dağılımı	40
Tablo 6. Araştırmada yer alan sporcuların branşlarındaki derecelerine ilişkin frekans dağılımı	41
Tablo 7. Araştırmada yer alan sporcuların gelir düzeylerine ilişkin frekans dağılımı...	41
Tablo 8. Araştırmada yer alan sporcuların spor performanslarına ilişkin frekans dağılımı	42
Tablo 9. Araştırmada yer alan sporcuların branşlarında çalıştıkları yıllara ilişkin frekans dağılımı	42
Birinci Alt Problem.....	42
Tablo 10. Katılımcıların uygulanan ölçeklerden aldıkları puanlara ait ortalama ve standart sapma değerleri	43
İkinci Alt Problem	44
Tablo 11. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasındaki korelasyon (r) değerleri	44
Üçüncü Alt Problem	45
Tablo 12. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılığını gösteren Mann Whitney U Testi Tablosu	46

Tablo 13. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının yaş değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.....	47
Tablo 14. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının elde edilen millilik sayılarına göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu	49
Tablo 15. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının branş değişkenine göre farklılığını gösteren Mann Whitney U Testi Tablosu.....	51
Tablo 16. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının eğitim seviyesi değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.....	53
Tablo 17. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının branş dereceleri değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Walli Tablo	55
Tablo 18. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının gelir düzeyleri değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.....	56
Tablo 19. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının spor yaşantılarındaki performansını değerlendirme değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.....	58
Tablo 20. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının ilgili branşı kaç yıldır yapıyor olma değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu	60
Tablo 21. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının diğer sporculara göre branşındaki performansını değerlendirme durumlarına göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu	62

Tablo 22. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının Türkiye genelinde branştaki durumunu değerlendirme durumlarına göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu 64



ÖNSÖZ

Bu çalışma elit düzeydeki sporcuların hedef yönelimi, temel psikolojik ihtiyaçları ile başarısızlık korkusu arasındaki ilişki ve farklılıklara bakılmak amacıyla farklı branşlar da yarışmacı olan Milli Takım sporcularına uygulanmıştır. Çalışmanın genel amacı branş farklılıkları ve çeşitli demografik değerler göz önüne alınarak şekillendirilmiştir. Elde edilen veriler tablolar halinde sunularak literatüre uygun bir şekilde tartışılmak istenmiştir.

Ramazan ŞEKER



GİRİŞ

İnsan yaşamında olması gereken en önemli gerekliliklerden birisi elbette insanın hedeflerinin olması gerektiğini bilmesidir. Spor için de bu böyledir. Sporcular hedeflerini belirlemede kendilerine bir yön tayin ettikleri sürece o yolda ilerleme kaydetme şansları yüksektir. Fakat hedeflerin olması o yolda ilerleyeceğimiz anlamına gelmemektedir. Bunların başlıca sebeplerine bakıldığında psikolojik süreçler, sakatlanma durumu ve başarısızlıktan korkma eğilimi en önemli sebeplerden birkaçı olarak karşımıza çıkmaktadır.

İnsanın yaşam amaçlarını başarması, yaşamdaki hedeflerini gerçekleştirmesi, yaşamdan doyum almasına katkıda bulunmaktadır (Diener, 1984; Yetim, 2000). Bundan dolayı yaşamdan alınan doyum etkinliklere daha fazla girmeyi kolaylaştırmakta; doyumlu ve mutlu olma isteği de spor etkinliklerinde bulunmaya teşvik etmektedir. Spor ortamında da normal yaşantıda olduğu gibi başarıya ulaşmak, insanları mutlu edeceği için başarının kişiler tarafından nasıl nitelendirildiği önem kazanmaktadır. Örneğin, kimi sporcu için başarı madalya kazanmak iken kimi sporcu için başarı sadece becerisini geliştirmek olabilmektedir. Özellikle spor ortamında hedef yönelimi önemli bir yer teşkil etmektedir. Güdülenme ile ilişkili olarak hedef yönelimi, görevle ilişkili ve ego ile ilişkili olmak üzere iki şekilde karşımıza çıkmaktadır. Bu iki kavram, hedef yöneliminde birbirinden ayrı ancak birbirleriyle ilişkileri bulunan iki boyutu oluşturmaktadır. Görev ile ilişkili hedef yöneliminde sporcu kendi geçmiş performans standardını ve beceri düzeyini şimdiki ile karşılaştırmaktadır. Böylece sporcu becerisini ve bilgisini geliştirerek kendisinden hoşnutluk duyar. Sorun beceri düzeyini bir ileri noktaya vardırıarak pozitif bir kendilik imgesi yakalamak olduğu için sporcu yalnızca yarışma sırasında değil, antrenman sırasında da elinden gelenin en iyisini yapmaya çalışır. Ego ile ilişkili hedef yöneliminde ise sporcu, takım arkadaşlarını ve rakiplerini kendi yeteneği için bir standart olarak kullanır. Bundan dolayı sporcu, diğerlerinden üstün ve zirvede oldukça kendisinden hoşnut olur. Üstünlük, aşağılık duyguları, tanınmışlık ve ön plana çıkma bu yönelimde temel itici etmenlerdir. Genellikle beceri gelişimini tamamlamış, belirli düzeyde görevle ilişkili hedef yönelimini koruyan elit sporcularda ego ile ilişkili yönelim gözlenmektedir. Bunun yanı sıra, sporcularda her iki yönelimin birlikte eşit ağırlıkta bulunması ya da ayrı ayrı değerlendirilememesi gibi

durumlar da söz konusudur (Bruin, Bakker and Oudejans, 2009; Duda, 1989; Figueiredo, Goncalves, Silva and Malina, 2009).

Spor ortamında yüksek performans elde etmek için sporcunun fiziksel yeterliğinin yanı sıra psikolojik yeterliğinin de önemli olduğu kabul edilmiş bir gerçektir (Jackson, Thomas, Marsh and Smethurst, 2001). Bireylerin yaptığı eylemlerle ilgili olarak kişinin kendisini yeterli durumda hissetmesi, görevlerini başarıyla yerine getirmesi bireyin kendine olan güveninin yüksek olması ve yeterliklik ihtiyacının karşılanmasına olanak sağlar (Ryan, Sheldon, Kasser and Deci, 1996). Ayrıca, yeterlik algısına sahip kişiler amaçlarına başarılı bir şekilde ulaşabilecekleri inancını da taşımaktadır (Williams, Gagné Ryan, and Deci, 2002).

Bireyler için gerekli olan psikolojik ihtiyaçların karşılanması bireyin kendine olan güven duygusunu arttırdığı gibi aktivitelerde veya çeşitli etkinliklerde kendine olan başarıma duygusunu da pozitif yönde arttırması beklenmektedir. Fakat bireyin psikolojik ihtiyaçlarını karşılayamaması durumunda ise kaçınılmaz son olarak bireyi başarısızlık korkusu sarması bireyde beklenen bir durumdur. Birey kendi yönelimlerini ve psikolojik ihtiyaçlarını ne kadar çok besler ise başarıya yönelimi de o kadar kolay olmaktadır. Örneğin bir sporcunun olimpiyatlarda yarışma arzusu onun içinde olan bir duygudur. Fakat bu duyguyu yaşayabilmesi için olimpiyattan önce müsabakalarda ciddi başarılar elde ederek belirli kriterleri tamamlaması gerekmektedir. Bunun için öncelikle hedefini belirlemesi sonrasında iyi bir antrenörünün olması ve sağlam bir ruh halinin olması sporcunun kendisini bulmasına ve başarıya odaklanmasına yeterli olacak en önemli kriterlerdendir. Ama eksik bir yönlendirme veya tatmin olmamış bir psikolojik ruh hali sporcunun serüveni başlamadan bitmesine de neden olabilir.

Hedefe ulaşmanın en önemli yolu, insanın sağlam ruh haline sahip olması ve başarı odaklı çalışması gerektiğinin bilincinde olmasının hedefe ulaşmasında çok önemli faktörler olduğunu söyleyebiliriz.

Kısaca bu çalışmada amaçlanmak istenen; elit düzeyde spor yapan sporcuların hedef yönelimlerinin temel psikolojik ihtiyaçlar ve başarısızlık korkusu üzerine etkisinin incelenmesine yönelik yapılmak istenen bu çalışma betimsel bir boyutla ortaya konmak istenmiştir. Sporcuların yaşamları boyunca belirli hedeflere yönelmek için yapmış oldukları güdülenme düzeylerinin çeşitli sebeplerden dolayı değiştiği görülmektedir. Hedefe gitme yolunda güdülenme esnasında yaşanan başlıca sorunlar

arasında bireyin psikolojik ihtiyaçlarının giderilmemesinden kaynaklanan nedenler ile başaramama korkusunun olduğu bilinmektedir. Başarısızlık korkusu ve psikolojik ihtiyaçların giderilmesi sporcular açısından doyum ve tatmin düzeyinin artırılması ile sportif açıdan zihinsel ve duyuşsal anlamda güdülenmesine olanak sağlayacağı gibi sporcunun amaca yönelik belirlemiş olduğu hedefe ulaşmasında önemli fırsatlar tanımaktadır



ALT PROBLEMLER

1. Elit Sporcuların Hedef Yöneliminin, Temel Psikolojik İhtiyaçlarının ve Başarısızlık Korkusu Üzerine Etkisi toplam puan ortalaması;

1.1. Elit (bireysel) sporcunun cinsiyetlerine,

1.2. Elit (bireysel) sporcunun yaşına,

1.3. Elit (bireysel) sporcunun derecesine (Türkiye, Avrupa, Dünya, Olimpiyat),

1.4. Elit (bireysel) sporcunun yapmış oldukları spor türüne,

1.5. Elit (bireysel) sporcunun üniversite öğrenimi sırasında barındığı yere ve,

1.6. Elit (bireysel) sporcunun yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim merkezine göre farklılaşmakta mıdır?

2. Elit Sporcuların Hedef Yöneliminin, alt boyutları ve toplam puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?

3. Temel Psikolojik İhtiyaçlarının, alt boyutları ve toplam puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?

4. Başarısızlık Korkusu Üzerine Etkisi alt boyutları ve toplam puanları ile sosyal beceri alt boyutları ve toplam puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?

Çalışmamızın hipotezini oluşturulur iken çalışmadan beklenen sonuçlar yukarıda belirtildiği gibi elit sporcuların cinsiyet, yaş, spor derecesi, yapmış oldukları spor branşları türleri, eğitim düzeyleri ve yetiştikleri yerleşkenin önemi üzerine durulmuş ve alt boyutlar bu duruma göre oluşturulmuştur.

ÇALIŞMANIN ÖNEMİ

Çalışmanın önemine baktığımızda Elit düzeydeki sporcuların başarı yönelimleri için gerekli olan hedef yöneliminin, başarısızlık korkusu ve psikolojik ihtiyaçlar açısından ele alınması olarak dikkat çekmektedir. Hayatlarının büyük bir kısmını spora aday ve tamamen profesyonellik kavramıyla çalışmaya önem gösteren elit düzeydeki sporcuların başarı odaklı hedef yönelimlerinin psikolojik ihtiyaçların dahilinde hedefe ulaşması iyi veya kötü kavramların önemini ortaya koyması açısından bu çalışma kendi önemi ortaya koymaktadır.

Elit sporcu olmanın her zaman bir sorumluluğu vardır. Bu sorumluluk ve yükün altın kalmak isteyen elit sporcuların üstendikleri roller her zaman sporcuların gelişim düzeylerine etki etmektedir. Bu gelişim her zaman istedik düzeyde pozitif yönlü olduğu gibi negatif yönde olduğu görülmektedir. Çalışmanın ana düşüncesi elit sporcuların negatif ve pozitif yönlü başarı ve başarısızlıklarının ortaya konmasına katkı sunmaktır.

TANIMLAR

Hedefin Zorluğu: Hedef belirleme kuramında, hedefin zorluğu ile performans arasındaki ilişkinin doğrusal olduğu belirtilmiştir (Locke and Latham, 1990). Hedefin zorluğu ile ilgili yapılan çalışmaların %91'inde zor hedeflerin performansı artırdığı bulunmuştur (Burton and Naylor, 2002).

Hedefin Özel Olması: Kazanmak bir kişi için çok genel bir hedeftir. Kişiyeye özel hedefler belirlenmelidir. Sporda özel hedefler belirlemenin performansın artırılmasında hedef belirlemeyen ve genel olan hedeflerden daha üstün olduğunu göstermiştir (Gürsel, 2003).

Hedeflerin Geçiciliği: Hedef belirleme çalışmalarında kısa ve uzun erimli hedeflerin birleştirilmesi daha etkilidir. Kısa erimli hedefler, uzun erimli hedefi gerçekleştirmek için gerekli bireysel basamağı sağlar. Hedeflerin kısa ve uzun olarak kurulmasında zaman aralığı belirlenmediği için geçici hedefin popüler olması engellenir. Hedefler çok kısa aralıkta onlar zoraki ve çıldırtıcı olabilir. Hedefler daha uzun ara ile kurulursa gerçekçi olmayabilir, dikkat kaybolarak ısrar ve gayret desteklemesi başarısız olabilir (Gürsel, 2003).

Hedeflerin Ortaklığı: Locke ve Latham (Locke ve Latham, 1990), hedef belirleme kuramında bireyin hedeflerine karşın grup ya da takımın etkinliğini yor dayamamışlardır. Ancak yapılan çalışmalar grup hedefinin performansı bireysel hedef kadar artırdığını göstermiştir. Grup hedefi belirlenen kişiler görev üzerinde tek başlarına çalıştıklarından daha az çalışırlar (Gürsel, 2003).

Hedef belirleme stili: Motivasyon kuramına dayandırılarak, hedef yönelimi ile birleştirilmiştir. Hedef yönelimi, kişinin yeteneğini algılaması olarak tanımlanır. Dweck'e göre hedef yönelimi iki özel kuramsal temele dayandırılır. İlki yetenek algısı ikincisi ise kişinin yetenek algısının başarılı davranışı nasıl etkilediğidir (Burton and Naylor, 2002).

Temel ihtiyaçlar: Toplumu oluşturan kişilerin sosyal hayat içinde gelişimi ve bütünleşmelerini doğru bir şekilde gerçekleştirebilmeleri için temel psikolojik ihtiyaçların belirlenmesi, bu ihtiyaçların doyurulması ve bütün bunlar olurken sosyal

çevrenin bu eğilimleri ve davranışı desteklemesi gerekmektedir. Bu araştırmanın temelini teşkil eden öz belirleme kuramı; doğal psikolojik ihtiyaçların ve psikolojik gelişimi sağlayan eğilimlerin, kişiliğin bütünleşmesinde ve olgunlaşmasında rol oynamasını incelemektedir. Kişilerin yaşadığı sosyal çevre ve bulunduğu toplum, kişilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının doyurulmasında etkili olmaktadır. İhtiyaçların doyurulması da kişinin iyi oluş düzeyini belirlemektedir. Sosyal çevrenin destek vermesi ihtiyaç doyumlarını olumlu etkilemekte, destek olunmaması veya kararlarının sorgulanması ihtiyaç doyumunu olumsuz etkilemektedir (Deci and Ryan, 2000).

Başarısızlık korkusu: Başarısızlık korkusunu sporcunun müsabaka esnasında yeteneklerine müdahale eden baş psikolojik suçlu olduğu ifade edilmiştir. Yuri Hanin'in olumlu ve olumsuz duygu çalışmaları ve Robin Vealey'in optimal enerji profilleri, sporcuların kendilerini en iyi performans düzeylerine götüren, kendilerine özel bireysel duygu ve biliş reçetesi hazırladıklarında en mükemmel performanslarını gösterebilmektedirler (Vealey, 2008).

Hedef yönelimi (Görev ve Ego): Görev ve ego olarak isimlendirilen bu iki hedef, bir anlamda bireylerin yetenek düzeylerini kişisel olarak yargılama şekliyle ilgilidir. Görev yönelimli olan bir kişi; beceri öğrenimi, yeni beceri öğrenme, görevde ustalığı gösterme, benlik gelişimi ve sıkı çalışma üzerine odaklanmaktadır (Moran, 2004).

1. GENEL BİLGİLER

1.1. HEDEF YÖNELİMİ

1.1.1. Başarı ve Hedef Yönelimi İlişkisi

Başarı Hedefi Kuramı, başarı ortamlarında iki başarı hedefinin olduğunu varsaymaktadır. Bu başarı hedefleri, Nicholls (1984) tarafından ego yönelim (egoorientation) ve görev yönelim (task-orientation); Dweck ve Elliott (1983) tarafından performans hedefi (performance goal) ve öğrenme hedefi (learning goal); Ames (1992) tarafından ise yeteneğe odaklı hedef (ability focused goal) ve ustalık hedefi (mastery goal) olarak isimlendirilmektedir. Son yıllarda spor psikolojisi alanında daha çok görev ve ego yönelim kavramları kullanılmaktadır. Nicholls, Cheung, Lauer ve Patashnick (1989), insanların çeşitli hedeflere ulaşmak için çaba gösterdiklerini ve bunlara ulaşınca başarı duygusunu elde ettiklerini belirlemişlerdir. Dolayısıyla insanın çeşitli amaçlara veya hedeflere yönelmesi kaçınılmazdır. Bu bağlamda, bir sporcu için de değerli görülen hedefler vardır ve sporcu da onları elde etmek için çeşitli davranış yönelimlerine girmektedir.

Görev ve ego olarak isimlendirilen bu iki hedef, bir anlamda bireylerin yetenek düzeylerini kişisel olarak yargılama şekliyle ilgilidir. Görev yönelimli olan bir kişi; beceri öğrenimi, yeni beceri öğrenme, görevde ustalığı gösterme, benlik gelişimi ve sıkı çalışma üzerine odaklanmaktadır (Moran, 2004). Bu noktada, yeteneği gösterme, maksimum çabaya dayandırılır ve kişi referanslıdır. Ego yönelimde ise ego yönelimli sporcu, üstün yeteneğini kanıtlama üzerinde yoğunlaşmaktadır. Ego yönelimli olan birey için subjektif başarının temel kaynağı, bir yarışma sırasında daha az çaba ile rakibini yenmek şeklindedir. Görev yönelimli bir kişi, sıkı çalışma ve akranları ile işbirliği yapmanın başarıya götüreceğine inanırken; ego yönelimli bir kişi ise başarıya üstün yeteneğini kanıtlayarak ve rakiplerini mağlup ederek ulaşılacağına inanmaktadır (Duda, 1993). Başka bir deyişle, görev ile ilişkili hedef yöneliminde birey kendi geçmiş performans standardını ve beceri düzeyini karşılaştırma zemini alarak belirler. Böylece birey becerisini, bilgisini, yeteneğini geliştirerek kendisinden hoşnutluk duyar. Sorun

beceri düzeyini bir ileri noktaya vardırarak pozitif bir kendilik imgesi yakalamak olduğu için, birey yalnızca yarışma sırasında değil, antrenman sırasında da elinden gelenin en iyisini yapmaya çalışır. Ego ile ilişkili hedef yöneliminde birey, takım arkadaşlarını ve rakiplerini kendi yeteneği için bir standart olarak kullanır. Bundan dolayı birey, diğerlerinden üstün ve zirvede oldukça kendisinden hoşnut olur.

Görev yönelimli sporcular kendi performanslarından daha memnun olurlar, uygulamadan haz alırlar ve göreve daha fazla ilgi gösterirler. Ego yönelimli sporcular ise yüksek yeteneğe sahip oldukça performanslarından daha fazla memnun olurlar, spordan daha fazla haz alır ve spora daha fazla ilgi gösterirler. Yapılan çalışmalarda, görev ve ego ile ilişkili hedeflerin belirli derecelerde her sporcuda olduğu ve iki bağımsız başarı düşüncesinin birleşiminin sporcuyu betimlediği bulunmuştur (Jagacinski ve Nicholls, 1984; Nicholls, Cobb, Yackel, Wood ve Wheatley, 1990). Dolayısıyla sporcu belirli derecelerde beceriye ve göreve yönelirken; belirli derecelerde de üstün olmayı sürdürmek isteyebilir. Bu anlamda sahip olunan hedef profili, bireyin spor ortamı içinde farklı davranış biçimleri sergilemesine neden olabilmekte ve spora katılım nedenlerini etkileyebilmektedir. Görev ile ilişkili yönelimin baskınlığı, pek çok olumlu sonucu beraberinde getirmektedir. Örneğin; görev ve ego yöneliminin güdülenme üzerindeki etkisini inceledikleri bir çalışmada Fox, Goudas, Biddle, Duda ve Armstrong (1994), görev yönelimli çocukların ego yönelimlilere göre daha fazla güdülendiğini bulmuşlardır.

Başka bir çalışmada da Keller ve Bless (2008) görev eğilimlerinin içsel güdülenmeye etkisini ve bireysel beceri ile arasındaki uyumunu araştırmışlardır. Bu araştırma sonucunda, beceri ve görev beklentisi uyumlu olduğunda, içsel güdülenmenin olduğu ortaya çıkmıştır. Buna ek olarak, yapılan bazı araştırmalarda (Arıburun ve Aşçı, 2005; Flores, Salguero and Marquez, 2008; Gershgoren, Tenenbaum, Gershgoren and Eklund, 2011; Jöesaar, Hein and Hagger, 2012; Toros, 2001; Van de Pol, Kavussanu and Ring, 2012) ego ve görev yönelimli bireylerin hem içinde buldukları antrenman ortamını farklı algıladıkları hem de yaratılan ortamdan etkilendikleri bulunmuştur. Örneğin; Jöesaar, Hein and Hagger (2012), antrenörler tarafından yaratılan görev yönelimli ortamın içsel güdülenmeyi arttırdığını ortaya koymuşlardır. Başka bir çalışmada ise Van de Pol, Kavussanu and Ring (2012), ego yönelimli

sporcuların müsabaka döneminde ego yönelim puanlarının antrenman dönemine göre daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Genel olarak yapılan çalışmalar, görev ve ego yöneliminin aynı sürekliliğin iki kutbu olmaktan çok bağımsız boyut olduklarını açığa çıkarmıştır. Başka bir deyişle, insanların hem ego hem de görev yönelimleri yüksek, her iki yönelimi de düşük veya bir yönelimi yüksek, diğeri düşük olabilirler (Duda, Olson and Templin, 1991). Hedef yönelimindeki bireysel ayrılıkları, görev ve ego yöneliminin değişik bileşenlerinin ortaya çıkardığı kabul edilir (Maehr and Braskamp, 1986; Yetim, 2000). Bireylerin değişik ortamlarda taşıdıkları bu yönelimler (ego ve görev) birbirinden bağımsızdır ve bunların kazanılması çocukluk yaşantılarının, sosyalleşmelerinin bir sonucudur (Nicholls, Patashnick and Nolen, 1985; Yetim, 2000). Literatür, aynı zamanda olumlu davranış sergilemede de görev yönelimli eğilimin yüksek olmasının daha etkili olduğunu göstermiştir.

Duda, Olson and Templin (1991), spor saldırganlığı ile hedef yönelimleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışma sonucunda, ego yönelimli sporcuların görev yönelimli sporculara göre şiddete daha fazla meyilli olduklarını tespit etmişlerdir. Bunun yanı sıra, zorlukla ve başarısızlıkla karşı karşıya kaldıklarında ego yönelimli sporcuların istenilmeyen davranış göstermeye daha fazla eğilimli oldukları ve başarıya ulaşmak için dürüst olmayan ya da kural dışı yollara başvurabildikleri söylenebilir (Duda ve White, 1992; Kavussanu and Roberts, 1996; Lochbaum and Roberts, 1993). Sosyal bilişsel yapılandırma altındaki başarı hedefi kuramı, spor psikolojisi alanında, sporcuların kendine güven konusunda da tercih edilen popüler bir model haline gelmiştir (Chie-der, Chen, Hung-yu and Li-kang, 2003). Çünkü hedef yönelimleri ile kendine güven arasında sıkı bir ilişki bulunmaktadır. Özellikle yapılan çalışmalarda sporcuların görev yönelimleri ile kendine güvenleri arasında pozitif bir ilişki olduğu ortaya konmuştur (Chie-der Chen, Hung-yu and Li-kang, 2003; Elliot and Dweck, 1988). Chie-der, Chen, Hung-yu and Li-kang, (2003) hedef yönelimleri ile kendine güven arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalar sonucunda, kadın ve erkek sporcuların görev ve ego yönelimlerinde anlamlı farklar olduğunu ve bunların kendine güven kaynaklarının ayrı ayrı faktörlerle ilişkili olduğu bulunmuştur (Örneğin beceride mükemmel olma, yeteneği sergileme ve psikolojik ve fizyolojik hazırlanma faktörlerinde). Sporcuların hedef yönelimlerine ve dolayısıyla da spor ortamındaki

davranışına etkide bulunan bir diğer faktör de algılanan yeterlik kavramıdır. Algılanan yeterlik, sporcuların başarıya ulaşmak için belirledikleri hedeflere etkide bulunarak sporcuların ego yönelimi ya da görev yönelimi eğilimlerinin belirlenmesinde büyük rol oynamaktadır (Ames and Archer, 1988).

Hagger and Chatzisarantis (2007), sporcuların algılanan yeterliklerine göre hedef yönelimi davranışının da değişkenlik gösterdiğini ileri sürmüşlerdir. Bu yaklaşıma göre, hem algılanan yeterliği yüksek hem de görev yönelimli sporcular zor görev seçimi, maksimum çaba harcamak ve mücadeleyi devam ettirmek gibi davranışta bulunurken, algılanan yeterliği yüksek ego yönelimli sporcular da orta zorluktaki görevlere yönelmekte, maksimum çaba harcamakta ve mücadeleyi sürdürmektedir. Düşük algılanan yeterliğe sahip görev yönelimli sporcular konsantrasyonu daha fazla sağlama ihtiyacı hissederek, karmaşık stratejileri kullanırlar. Bu sporcular düşük yeterliğe sahip olmalarına rağmen pozitif etkiyi korumak isteği duymaktadırlar. Algılanan yeterliği düşük olan ego yönelimli sporcular ise başaramayacakları bir durumla karşılaştıklarında çaresiz kaldıklarını düşünmektedirler. Orta zorluktaki görevlerde başarısız olma beklentisi içerisinde olan bu tip sporcular, zor görevleri de bir tehdit olarak algılamaktadırlar. Bununla birlikte kolay ya da çok zor görevlerde fazla çaba harcamaktadırlar. Thomas (2005), çalışmasında Nicholls'ün oluşturduğu kuramsal yapıya göre, hedef yönelimlerindeki farklılıkların, yetenek kavramındaki farklılıkları etkilediğini; sonuçların nedenleri için çaba ve yeteneği açıkça ayırt eden farklılaştırmaya dayandığını ve ayrıca görev yönelimli bireylerin, çaba ve yeteneği birbirinden ayırmayıp gelişmenin çaba ile beraber yeteneği kapsayan bir durum olduğuna inandıklarını belirtmiştir.

1.1.2. Hedef Yönelimine İlişkin Kuramsal Bilgi

Spor alanında yapılan çalışmaların amacı daima daha hızlıya, daha yükseğe ve daha iyiye ulaşmaktır. Spor psikolojisi, bunun bireyi yalnızca fiziksel ya da biyolojik yönden ele alarak olmayacağını, psikolojik farklılıkların da sporda çok önemli bir yer tuttuğunu açıkça ortaya koymaktadır. Bireyi davranış yönünden ele alan spor psikolojisinin en popüler araştırma konusu ise sporda motivasyonun rolünü anlamak olmuştur.

Davranışı harekete geçiren, yönlendiren bir istek olarak tanımlanan motivasyon tarihsel gelişim süreci içerisinde farklı bakış açılarıyla ele alınmıştır. Son zamanlarda sosyal alanlarda bilişsel kuramlar ışığından incelendiği görülmektedir. Başarı hedefi yönelimine ilişkin kuramlar ile sosyo-bilişsel kuramlar spor alanlarında başarı motivasyonunu açıklayan temel yaklaşımlar arasında görülmektedir.

Hedef yönelimi, insanların hedeflere erişmekten kaynaklanan başarı duygusunu elde etmek için çeşitli hedeflerle veya etkinliklerle ilişkili oldukları anlamına gelmektedir. İnsanlar, başarı duygusunu kazanabilmek için, çeşitli tipte hedeflere yönelmektedirler (Toros, 2001). Hedeflere ulaşılması sonucunda elde edilen başarı duygusunun değeri, hedefin sporcu tarafından başarılmasına göre verilir (Nicholls, Cheung, Lauer and Pastashnick, 1989). Başarı veya başarısızlık duygusu sporcunun hedef yönelimiyle ilgilidir. Başarı, kişinin kendisiyle ve diğerleriyle mukayese edilmesiyle hedef yönelimini belirler (Nicholls, 1984). Örneğin futbolcu için hangisi daha önemlidir: Maçı kazanmak mı yoksa mümkün olan en iyi performansı sergilemek mi? Maksimum çabayı ortaya koymayan fakat kazanan sporcu kendini nasıl başarılı hisseder? Bu başarı duyguları sporcuların hedef yönelimine bağlıdır. Kısacası, hedef yönelimi bireyin başarısını değerlendirdiği objektiftir. Başarı hedefi yaklaşımı bireyin davranışının belirlenmesinde başarı hedeflerine odaklanılmasının önemini vurgulamaktadır. Bireyin motivasyonunu anlamak için başarı ve başarısızlığın bu kişi için ne anlama geldiğini bilmemiz gerekir (Weinberg and Gould, 2003). Başarı hedefi kuramı üzerine yapılan araştırmalar, iki bağımsız başarı hedefi olduğunu ortaya çıkarmıştır. Bunlar, görev yönelimli hedefler ve ego yönelimli hedeflerdir (Duda and Nicholls, 1992; Nicholls, Cheung, Lauer and Pastashnick, 1989; Nicholls, Cobb, Yackel, Wood ve Wheatley, 1990). Bu iki hedef yönelimi bireylerin yetenek düzeylerini değerlendirmeleriyle ilişkilidir. Görev yönelimli birey beceri gelişimi, yeni beceri öğrenme, görevde ustalığı gösterme ve sıkı çalışma üzerine odaklanırken; ego yönelimli birey kendi üstün yeteneğini göstermeye yoğunlaşır ve daha az çaba ile rakibi yenmek ister (Tiryaki, 2000; Duda, 1993).

Nicholls (1984) ve Duda (1987)'ya göre, başarı güdüsünün en önemli tanımlayıcı özelliğinin, birey tarafından algılanan yeterlilik düzeyi olarak görmesi olduğunu ifade etmektedir. Algılanan yeterlilik gelişimsel seviyeler arasında farklılıklar göstermektedir. Gençken, yetenek ve performansa, çocukluk döneminden ileriki

döneme kadar yaşantıya dayalı olarak gelişim gösterir (Cox, 1995). İlerleyen yaşlarda yetenek diğerleri performansın durumuna göre şekillenmeye başlar. Bu duruma sosyal karşılaştırma adı verilir (Toros ve Yetim, 2000). Kişi kendi başarısını diğerleriyle kıyaslayarak bir yargıya ulaştığı bilinmektedir. Nicholls, Cheung, Lauer and Pastashnick (1989) bu başarı yargısını hedef yönelimi olarak tanımlamışlardır. Nicholls'a göre her başarı etkinliğinde bireysel hedef yönelimi bulunmaktadır. Güdüsel yönelimleri belirli düzeylerde içinde bulunduran bireyin başarısında da bireysel farklılıklar ortaya çıkmaktadır (Duda, 1989b). Hedef yönelim kuramına göre bireyler sahip oldukları yeteneği sergilemek isterler. İşte bu noktada bireysel farklılıklar devreye girer ve yeteneğin ortaya koyuluş şekli bireyden bireye farklılık gösterir. Nicholls'un genel olarak ileri sürdüğü hedef yönelimi kuramını, Duda (1989) spor bağlamına uyarlamıştır. Duda (Duda, 1989, 1989; Duda ve White, 1992) sporcularda bulunabilecek görev ve ego yönelimli hedefler olarak adlandırdığı hedef yapısının birbiri ile ilişkili boyutta değerlendirilebileceğini önermektedirler. Görev ve ego ile ilişkili başarı boyutları, hedef yönelimi kapsamı altında birbirlerinden ayrı ancak birbirleriyle ilişkili alanlardır (Toros, 2004).

Durumsal bir boyut olan motivasyonel iklim ise, hedef yönelimlerini etkileyebilen temel bir unsurdur. Motivasyonel iklim, yarışma düzeyi, yönerge stilleri, önemli kişilerin takım kültürüne etkisi gibi çeşitli özellikleri içermektedir. Motivasyonel iklim antrenman ortamının nasıl algılandığıyla ilgilidir. Bir spor ortamında iki farklı motivasyonel iklim vardır. Birincisi beceri gelişimini içeren öğrenmeyi, antrenman yapmayı destekleyen ustalık iklimidir. İkincisi rakibin yeteneklerine ve yaptıklarına odaklaşmayı kolaylaştıran, yıldız olmayı, rakibini alt etmeyi güçlendiren performans iklimidir (Roberts and Ommundsen, 1996).

Lock'un hedef belirleme kuramı, bu konuda çeşitli ve geniş çalışmalar yapılmasını sağlamıştır (Kingston and Hardy, 1997; Duda and Nicholls, 1992). Yapılan ilk çalışmalar, endüstri ve örgütlerde yapılmış daha sonraki dönemde özellikle 1980'li yılların sonuna doğru spor ve egzersiz alanına da ilgi gösterilmiş ve bu konularda çalışılmaya başlanmıştır (Kingston and Hardy, 1997). Performansın söz konusu olduğu alanlarda hedef belirlemek önemli bir durumdur. Sporda da somut performans söz konusu olduğundan bu alanda hedef belirlemek ve bu belirlenen hedeflerin sonuçlarını ölçebilmek mümkündür. Hedef belirleme de bir takım ilkeler vardır.

1.1.2.1. Hedefin Zorluğu: Hedef belirleme kuramında, hedefin zorluğu ile performans arasındaki ilişkinin doğrusal olduğu belirtilmiştir (Locke and Latham, 1990). Hedefin zorluğu ile ilgili yapılan çalışmaların %91'inde zor hedeflerin performansı artırdığı tespit edilmiştir (Burton and Naylor, 2002).

1.1.2.2. Hedefin Özel Olması: Kazanmak bir kişi için çok genel bir hedeftir. Kişiye özel hedefler belirlenmelidir. Sporda özel hedefler belirleyen bireylerin, hedef belirlemeyen veya sadece kazanma hedefi olan bireylerden daha üstün olduğunu göstermiştir (Gürsel, 2003).

1.1.2.3. Hedeflerin Geçiciliği: Hedef belirleme çalışmalarında kısa ve uzun erimli hedeflerin birleştirilmesi daha etkilidir. Kısa erimli hedefler, uzun erimli hedefi gerçekleştirmek için gerekli bireysel basamağı sağlar. Hedeflerin kısa ve uzun olarak kurulmasında zaman aralığı belirlenmediği için geçici hedefin popüler olması engellenir. Hedefler kısa aralıkta zoraki ve çıldirtıcı olabilir. Hedefler daha uzun ara ile kurulursa gerçekçi olmayabilir, dikkat kaybolarak ısrar ve gayret desteklemesi başarısız olabilir (Gürsel, 2003).

1.1.2.4. Hedeflerin Ortaklığı: Locke ve Latham (Locke and Latham, 1990), hedef belirleme kuramında bireyin hedeflerine karşı grup ya da takımın etkinliğini yordayamamışlardır. Ancak yapılan çalışmalar grup hedefinin performansı bireysel hedef kadar artırdığını göstermiştir. Grup hedefi belirlenen kişiler görev üzerinde tek başlarına çalıştıklarından daha az çalışırlar (Gürsel, 2003).

Araştırmacılar görev yönelimli bireylerin, güçlü görev yönelimine sahip olmayan kişilere göre daha fazla uyarlanabilir davranışı benimseme eğiliminde olduğunu belirtirler. Güçlü görev yönelimli kişiler tarafından benimsenen uyarlanabilir davranış arasında derin öğrenme stratejilerinin kullanımı, görevdeki yüksek gayret, gayret göstermesiyle gurur ve memnuniyeti ve zorlu görevlerle uğraşma tercihi bulunmaktadır (Mcmanus, 2004).

1.1.3. Görev Yönelimi

Görev yönelimli olma ya da performansta mükemmelleşme amaçlı sporcunun gelişme ve beceride uzmanlaşmaya odaklanması, kendi ilgi ve isteği doğrultusundadır.

Görev yönelimli olmak ile ilişkili davranış, kararlılık, optimum çaba, beceride ustalaşmak isteği gibi davranıştır (Lavalley, Kremer, Moran and Williams, 2004). Roberts ve Ommundsen (1996) görev yönelimli sporcuların daha çok beceri öğrenimi ve teknik gelişimi ile ilgilendiklerini ortaya koymuşlardır.

Başarı ortamlarında kişiler bireysel performans tutumu içinde görevi yerine getirmek için yeterliliklerini ya da yeteneklerini yargırlar (Mcmanus, 2004). Bu kişiler görevdeki artan çabaları performans seviyesini arttırdığı zaman kendilerini başarılı hissederler. Ayrıca bu kişiler daha zorlayıcı görevleri tercih ederler çünkü kolay yapabildikleri görevlerin becerilerini, performanslarını ya da genel yeteneklerini geliştirmeyeceğini düşünürler (Mcmanus, 2004). Onlar başarısızlıktan asla korkmazlar. Yetenek algıları kendilerine ait standartlara dayalı olduğundan, ego yönelimli bireylere göre kendilerini iyi hissetmeleri ve yüksek algılı yeterlilik sergilemeleri daha kolaydır (Weinberg and Gould, 2003).

Hedef perspektif yaklaşımı dikkate alındığında, yüksek görev yönelimi ve hedeflerine sahip sporcuların, yetenek ve becerilerinin geliştirmesi konusunun öncelikli unsur olduğu bilince vararak kendi bireysel performanslarını arttırmaya odaklandıkları söylenebilir (Toros, 2005). Birçok araştırma, görev yöneliminin sporcuyla motive ettiğini ortaya çıkarmıştır. Görev yönelimli bir sporcu işine daha fazla odaklanır, ilgi duyar ve daha fazla çaba gösterir. Tüm bunların sonucu olarak da doyuma ulaşmış mutlu olur (Cervello, Murcia and Coll, 2007). Nicholls (1984), görev yöneliminin bilgi ve beceri kazanma amaçlı ve en iyi hücum performansını içeren etkinlikleri kapsadığını ileri sürmektedir.

Başarılı olmak için sporcu, çok çalışmalı ve elinden gelen en iyi performansı sergilemelidir. Görev yönelimli sporcu, yarışmaları becerisini geliştirmek için bir şans olarak görmekle birlikte, beceri ve bilgi gelişimine önem verir ve böylece kişisel gelişimden başarı hazzı sağlar. Bu sporcular görev yönelimi ve ego yönelimi sonucunda zor görev seçmek, maksimum çaba harcamak, mücadeleyi sürdürmek, orta zorluktaki görevlerde başarı beklemek, daha fazla konsantrasyon sağlamak, karmaşık stratejiler kullanmak, pozitif etkiyi korumak, çaresiz davranış sergilemek orta zorluktaki görevlerde başarısız olma beklentisi içine girmek, zor görevleri tehdit olarak algılamak,

kolay ya da çok zor görevlerde fazla çaba harcamak, algılanan yüksek yeterlik ile algılanan düşük yeterlik yeni ve zorlayıcı görevleri üstlenmekte ısrarcı ve isteklidirler.

Görev yönelimli sporcular, süreçlere önem verir ve yarışma esnasında olduğu kadar, uygulama sırasında da elinden gelenin en iyisini yapmaya çalışırlar (Duda, 1998; Roberts, Treasure and Conroy 2007). Son yıllarda literatürde sporcuların hedef yönelimleri ile çeşitli parametreler arasındaki ilişkilerinin incelendiği çalışmalarda bir artış olmuştur (Bruin, Bakker and Oudejans 2009; Figueiredo, Goncal, Silva and Malina 2009; Hanrahan ve Cerin, 2009; Toros ve Koruç, 2005). Örneğin Abele ve Alfermann (2001), görev yönelimli olmanın, içsel güdülenme, spordan zevk alma, yenilgi karşısında kararlılık ve orta zorlukta hedef seçimiyle ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Göreve katılımı sahip olunan yeterlik düzeyi göz önüne alınmaksızın orta güçlük düzeyinde bir görev seçme, etkinliğe yoğunlaşma, aktif çaba, devamlı ve gelişen performans görev yönelimli bireylerin özellikleri arasında yer almaktadır. Bu sporculara göre sporda algılanan başarı, beceri gelişimine, görevde ustalaşmaya, sıkı çalışmaya ve etkinlik üzerinde yoğun ilgiye bağlı olarak ortaya çıkmaktadır (Duda, 1993).

1.1.4. Ego Yönelimi

Hedef yöneliminde ikinci boyut başkalarına göre üstün olmayı, "en iyi" olmayı gözeten ego yönelimidir. Ego yönelimli sporcuların amaçları, kendi performansını diğer insanların performansları ile kıyaslamak ve onlardan daha iyi performans sergileyerek onları yenilgiye uğratmaktır (Yeltepe, 2007). Ego yönelimde sporcu, üstün yeteneğini kanıtlamaya yoğunlaşır. Böyle kişiler için subjektif başarının temel kaynağı, bir yarışma sırasında daha az çaba ile rakibini yenmektir. Başarı ve başarısızlık, temel bir güdülenme etmeni olarak tanımlanmaktadır. Başarı, bireyin yapabildiği en iyi performans olarak değerlendirilmektedir. Başarısızlık ise en iyi performanstan daha az performans göstermektir. Burada tekil bir sporcu için verilen tanımların diğer sporcularla yarışma ortamında farklı bir öğeye göre yeniden ele alınması gerekecektir. Bu öğe, diğerlerinin performansıdır. Bir spor ortamında takım arkadaşları veya rakipler olarak diğerlerinin varlığı, sporcuların performansının göreceli olarak değerlendirilmesine yol açmaktadır. Dolayısıyla durumsal başarı ile sürece dayalı olarak beceri geliştirmedeki başarı etmenleri farklı, ancak birbirleriyle ilişkili olgular olarak

incelenmektedir. Böylece başarı güdülenmesinde durumsal karşılaştırma etmeni rol oynamaktadır. Ego yönelimindeki bu süreç de temelde sosyal karşılaştırmaya dayanmaktadır. Festinger'in (1954), sosyal karşılaştırma kuramına göre bireyler kendilerini değerlendirmeye güdülenmişlerdir ve öznel yargılardan etkilenmeyen, nesnel ölçütlerin bulunamaması durumunda kendilerini başkalarıyla karşılaştırarak değerlendirirler.

Başka bir şekilde ise sosyal karşılaştırma aşağı, yukarı ve eşit düzeyde olmak üzere üç şekilde olmaktadır (Suls and Wills, 1991). Aşağı düzeyde karşılaştırmada birey, kendisinden daha az yetenekli biriyle kendisini karşılaştırarak iyi olduğunu hisseder. Birey "Benden daha kötüler de var.", "O, iyi olmasına rağmen benden daha kötü oynadı." gibi çıkarımlar yaparak benlik saygısını koruma yoluna gitmektedir. Ancak burada karşılaştırılan kişiyle onun yaşam koşulları arasında olan benzerlik var olan olumlu durumu olumsuz bir noktaya vardırabilir (Duda, 1989). Diğer bir ifade ile "Benim de sonum onunla aynıdır." Çıkarsaması bireyi çaresizliğe, boş vermişliğe ve endişeye itebilir. Dolayısıyla bir oyunluk başarı duygusunu verse bile aşağı doğru sosyal karşılaştırma daha iyi ve en başarılı olma sonucunu içermez. Dahası karşılaştırma ölçütü olan kişiyle kader benzerliği, etkin olmama gibi sportif çaba ile hiç bağdaşmayan olumsuz psikolojik sonuçları doğurabilir.

Walling ve Duda (1995) tarafından yapılan araştırmada, ego yönelimi baskın sporcuların başaramayacaklarını hissettikleri anda yarışmada isteksiz olduklarını ortaya çıkarmıştır. Bu tipte sporcular kazanmayı ya da üstünlüğün elde edilmesini büyüklük olarak görürler ve kazanmak için yapılması gereken her şeyi kuralları çiğnemek pahasına olsa bile yapmak isterler (Duda, 1992). Sporcu bir kez kazanmakta başarısız olursa ya da kendini daha üstün algılasa spordaki katılımını devam ettiremeyebilir (Toros ve Koruç, 2005).

Görev yönelimli bireylerin tersine başarı ortamlarında ego yönelimleri sergileyen kişiler bilinçli olarak görevi yerine getirmedeki yetenekleriyle ilgili olurlar. Ego yönelimli bir birey farklılaşmış yetenek ve çaba görüşü sergiler ve bir görevde aynı yeterlilik seviyesine ulaşmak için bir diğer kişiden daha fazla çaba sarf ediyorsa kendini daha az yetenekli olarak algılar. Ego yöneliminin bu görüşüne göre bireyler başka

birinden daha az çabayla daha iyisini yaparlarsa kendilerini nispeten daha yetenekli olarak algırlar (Mcmanus, 2004).

1.2. TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR

1.2.1. Temel İhtiyaçlar

Temel psikolojik ihtiyaçlar (basic psychological needs), öz belirleme kuramına göre insanın doğasında vardır dolayısıyla doğuştan gelen bir özelliktir. İhtiyaçların doyurulması kişinin gelişimi, benlik bütünlüğü ve sağlığı açısından oldukça önemlidir. Deci ve Ryan'ın (2000) verdiği bir örnekte nasıl ki bir bitki, gelişiminde su ve hava gibi temel maddelerin eksikliğinde sağlıklı bir şekilde gelişemeyecekse aynı şekilde insanın da üç temel psikolojik ihtiyacın eksikliğinde sağlığının ve kişisel bütünlüğünün olumsuz şekilde etkileneceğini belirtmişlerdir. Kuram temel olarak üç ihtiyaca yoğunlaşır. Bunlar: Yeterlik, özerklik ve ilişkili olma ihtiyacıdır. Deci, Vallerand, Pelletier and Ryan (1991) göre, ihtiyaçlar insan doğasının içeriğini yansıtır. Bir bakıma bu ihtiyaçlar bütün insanların ortak ihtiyaçları olması açısından evrensel, onları bir araya getirir ve bütünleştirir. Bu üç ihtiyacın doyurulmasıyla insanların gelişimine katkıda bulunulur.

Toplumu oluşturan kişilerin sosyal hayat içinde gelişimi ve bütünleşmelerini doğru bir şekilde gerçekleştirebilmeleri için temel psikolojik ihtiyaçların belirlenmesi, bu ihtiyaçların doyurulması ve bütün bunlar olurken sosyal çevrenin bu eğilimleri ve davranışı desteklemesi gerekmektedir. Bu araştırmanın temelini teşkil eden öz belirleme kuramı; doğal psikolojik ihtiyaçların ve psikolojik gelişimi sağlayan eğilimlerin, kişiliğin bütünleşmesinde ve olgunlaşmasında rol oynamasını incelemektedir. Kişilerin yaşadığı sosyal çevre ve bulunduğu toplum, kişilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının doyurulmasında etkili olmaktadır. İhtiyaçların doyurulması da kişinin iyi oluş düzeyini belirlemektedir. Sosyal çevrenin destek vermesi ihtiyaç doyumlarını olumlu etkilemekte, destek olunmaması veya kararlarının sorgulanması ihtiyaç doyumunu olumsuz etkilemektedir (Deci and Ryan, 2000).

Üç temel psikolojik ihtiyaç olarak sayabileceğimiz yeterlilik, özerklik ve ilişkili olma ihtiyacı öz belirleme kuramının ana konularıdır. Bu ihtiyaçlar, doğuştan gelen ancak çevre ile ilişkiden etkilenen ve kişilerin yaşamlarının farklı alanlarında, bilinçli ya da bilinçsiz olarak karşılamaya çalıştığı ihtiyaçlar olarak görülmektedir. Bu temel ihtiyaçların doyurulmasında veya doyurulmada hissedilen eksiklikler de sosyal çevre, destek olma veya engelleyici olma noktasında önem kazanmaktadır. Temel ihtiyaçlar doyurulursa gerek sosyal çevreden gerekse toplumdan yeterli destek sağlanırsa kuramın içinde ayrıca vurgulanan gelişme eğilimi de kendini göstermektedir. Bu gelişme süreci içinde kişiler kendi kararlarını kendi iradeleri ile doğru ve kabul edilebilir bir şekilde verebilmeli, kararlarının ve davranışının yeterliliğini görebilmeli ve bunları uygularken toplum ile ilişki içinde olmalıdır. Kişiler kararlarında ve davranışında, bulunduğu sosyal çevreden ne kadar çok destek alırlarsa bir diğer deyişle temel psikolojik ihtiyaçları ne kadar doyurulursa iyi oluş o kadar çok artmaktadır. Sosyal çevre yeterli desteği vermediğinde yani temel psikolojik ihtiyaçları yeterince doyurulmadığında hatta engelleyici ve aynı zamanda sorgulayıcı olduğunda kişilerin iyi oluş düzeyleri değişiklik gösterebilmekte ve sinüzoidal bir grafik çizmesine yol açabilmektedir. Temel psikolojik ihtiyaçları yeterince karşılanan kişiler daha mutlu, yüksek motivasyonlu ve kendine güvenli görülürken, temel psikolojik ihtiyaçları yeterince karşılanmayan kişilerin ruh sağlıkları bozulmakta, toplum içinde pasifize olduklarını düşünmekte, mutluluk ve yaşam kaliteleri azalmakta, kendilerini pasif ve toplum içinde yetersiz görmektedirler (Deci ve Ryan, 2000). Temel psikolojik ihtiyaçların doyumu genel anlamda öznel iyi oluşu etkileyen faktörlerin başında gelmektedir. Bu ihtiyaçlar yeterince doyurulduğunda kişiler kendilerini mutlu hissetmekte ve iyi oluş düzeyleri artma eğilimi göstermektedir (Ryan, 2000). Bundan dolayı duyarlı bakıcılar ya da ilişki partnerleri, kişinin ihtiyaçlarında gerekli sorumluluğu göstermeleri öznel iyi oluş için önem arz ettiği düşünülebilmektedir.

1.2.2. Öznel İyi Oluş

Öznel iyi oluş, kişilerin yaşantılarını nasıl ve ne kadar değerlendirdiği ile yakından ilişkili görülmektedir. Öznel iyi oluş, kişinin yaşamına ilişkin sahip olduğu duygu ve düşüncelerinin genel bir değerlendirmesidir (Türkdoğan, 2010). Psikoloji

literatüründe öznel iyi oluş olarak ifade edilen kavram, günlük yaşantıda ise mutluluk olarak ifade edilmektedir. Öznel iyi oluş kişilerin duygusal tepkilerini, memnuniyet yaratan alanlarını ve evrensel anlamda yaşam doyumlarını kapsayan bir kavram olarak tanımlanmaktadır (Diener, 1999). Diener (1984) mutluluğun kişisel bir değer olduğunu belirtmektedir. Kişinin sahip olduğu olumlu ve olumsuz duygulara, yaşamdan aldığı doyuma ilişkin yaptığı değerlendirme öznel iyi oluş olarak tarif edilmektedir. Kişinin yaşamdan aldığı doyumu, hayatı boyunca karşılaştığı olumlu veya olumsuz duygularla bütünleştirmesi ve karşılaştırıp değerlendirmesidir.

Öznel iyi oluş kişinin yaşamına ilişkin sahip olduğu duygu ve düşüncelerinin genel bir değerlendirmesidir (Türkdoğan, 2010). Kişilerdeki öznel iyi oluş düzeyi birçok faktörden etkilenebilmektedir. Rask, Astedt ve Laippala'a (2002) göre öznel iyi oluş aynı zamanda yaşam doyumundan direkt etkilenebildiği gibi günlük yaşam, günlük yaşamda ortaya çıkan engellemeler, maddi durumlar, hayatın sirkülasyonu, kişisel hedefler ve amaçlardan da etkilenebilmektedir.

1.2.3. Öz Belirleme

Öz belirleme; davranışın toplum normlarından, grup baskısından, gelenek ve görenekler gibi dış etkenlerden ziyade, kişinin kendi kişisel inançlarıyla ve değer yargılarıyla belirlenmesi, kararlarını kendi iradesiyle vermesi olarak tanımlanmaktadır. Kişilerin kendi iradeleriyle verdikleri kararlarında etkili olan ilk kriter dış etki, dış baskı veya ödül değil, kişinin davranışının kendi kararları ile belirlenmesidir. Kişiler davranışına baskı altında kalmadan kendi ilgi ve değerlerine göre karar verdiklerinde öz belirleme gerçekleşmektedir (Cihangir Çankaya, 2005).

Bireyin içinde duyarlılık ve sorumluluk kavramları doğuştan geldiğine inanılan özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma olmak üzere üç psikolojik ihtiyaca göre ayrılmıştır. Bu açıdan, ilişkideki duyarlı partnerler bireyin yaşadığı tatmine bu üç psikolojik gereksinime göre cevap verenlerdir (Deci, Vallerand, Pelletier and Ryan 1991; Grolnick, Deci and Ryan, 1997; Ryan and Deci, 2000). Bir kişinin belirli bir partnere olan bağlanma stilinin, o partnerle yaşadığı ihtiyaç tatminiyle belirlendiği düşünülmektedir. Yetişkin ilişkilerinde duyarlılık, başkalarıyla ilişkili olma, özerklik ve yeterlilik gereksinimlerinin desteklenmesi olarak anlaşılabilir. Duyarlılık ve

cevaplanabilirliğin bireyin ilişkili olma gereksinimini desteklediği bilinmektedir. Bunun yanında, özerkliği destekleme fikri de güvenli bağlanmada sağlıklı yetişkin ilişkilerinin karşılıklı olmasını sağladığı için son derece önemli bulunmaktadır. Öte yandan, sağlıklı yetişkin ilişkileri için her bir partnerin karşısındakinin özerkliğini desteklemesi gerekmektedir. Katılımcılardan özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma gereksinimlerini karşılayanlar daha güvenli bağlanmışlardır. Bu çalışmalar hem kişilerin refahı hem de refah ve işlevin ilişkisi adına gereksinim gidermenin büyük bir rolü olduğunu göstermektedir (La Guardia, Ryan, Couchman and Deci, 2000).

1.2.4. İlişki Doyumu

Arkadaşlık ilişkileri, anne-baba ve çocuk arasındaki aile ilişkileri ile romantik ilişkiler de dahil olmak üzere ilişki türlerinin tamamına yakın ilişki denilmektedir. İlişkinin niteliğine göre yakınlık etkileşimlerinin farklılık göstermesi bu ilişkilerin birbirinden ayrılmasını sağlamaktadır (Eryılmaz, 2004). Bahsedilen yakınlık etkileşimleri ise yakınlık davranışı ve yakınlık deneyimlerinin birleşiminden oluşmaktadır. Kişinin yakın ilişkilerinde sergilemiş olduğu gözlenebilir davranış, yakınlık davranışı olarak tanımlanmaktadır. Kişinin yakınlık etkileşimleri boyunca sıcaklık, çekicilik, zevk, sevgi gibi algıladıkları ve hissettiklerinin tamamından yakınlık deneyimleri olarak bahsedilmektedir. (Prager, 1995). Yakın ilişkiler yaşam içerisinde pek çok farklı kişiyle kurulabilmektedir. Sevgili veya evli çiftlerin kurmuş olduğu yakınlık romantik ilişki olarak adlandırılmaktadır (Berscheid and Peplau, 1983). İnsan hayatının birçok yönünde kendisini gösteren ilişkiden sağlanan doyumun, birçok tanımı bulunmaktadır. Vaughn ve Baier'e (1999) göre ilişki doyum kavramı, kişinin ilişkisine ilişkin öznel değerlendirmesidir. Değerlendirmelerin olumlu yönde olması ilişkiden doyum sağlandığına, olumsuz yönde olması da doyum sağlanmadığına işaret etmektedir. İlişkiden doyum sağlanması kişilerin mutluluğu ve ilişkinin sürmesi açısından büyük önem taşımaktadır. Spainer ve Lewis'e (1980) göre ilişki doyumunu, sadece genel doyum değil; ilişkideki arkadaşlıktan ve cinsellikten sağlanan doyum gibi daha özel durumları da kapsamaktadır. İlişki doyumunu, kişinin çift ilişkisine dayalı olarak duyduğu tatmin ve mutluluk duygusunun derecesi olarak da tanımlanmaktadır (Nicholas, 2005). Ayrıca ilişkiden doyum sağlanması, kişilerin mutluluğuna ve

duygusal iyilik haline olumlu etkisi olduğu gibi ilişkinin sürmesi açısından da önemli bir etkisi olduğu görülmektedir (Hendrick and Hendrick, 1988).

1.2.5. Temel Psikolojik İhtiyaçlar

İnsanların yaşamımızı sürdürdüğümüz bu çağda her şey hızla değişmekte ve gelişmektedir. Hızla değişen zamana, ortama karşı doğru seçimler yapıp, aynı zamanda yapılmış olunan seçimlerin sorumluluğunu üstlenerek, en yeni, en doğru seçimlere zemin hazırlanabilmelidir (Özer, 2009).

Kendini belirleme kuramı, herhangi bir durumu, olayı başlatmada, kişinin kendi açısından doğru seçim yaparak kendi davranışını belirlemesi olarak tanımlanabilmektedir (Deci, Connel and Ryan, 1989). Ayrıca kişinin kendi davranışını seçme, başlatma kararı yine kişinin üzerindeki baskıyla ilişkili olabilmektedir. Şöyle ki, kişi kendisi üzerinde daha az baskı hissetmesi durumunda kendini belirleme derecesinde artış gösterebilmektedir (Cihangir-Çankayya, 2005).

Kendini belirleme kuramı literatürüne bakıldığında, insanların çoğunlukla karşılıklı olmayan ilişkiler Örneğin; doktor-hasta, aile-çocuk, öğretmen-öğrenci, koç-atlet, müdür-çalışan üzerine yoğunlaşmışlardır. Tamamen arkadaşlık ve romantik ilişkilerdeki partnerler arasındaki dinamikler üzerine çok az araştırma yapılmıştır (Guardia and Patrick, 2008).

Kişinin bedensel ve ruhsal büyüyüp, gelişmesi açısından sosyal çevrenin yoğun bir şekilde etkisi olabilmektedir. Aynı zamanda psikolojik gelişimin olumlu yönünün irdelenmesi bakımından, kişilik kuramı özellikleri de taşıyabilmektedir. Böylece kişinin gelişmesi ve büyümesi üzerinde kendini belirleme kuramı önemli olabilmektedir (Guardia and Patrick, 2008, Deci and Ryan, 2000). Kendini belirleme kuramına göre, çevrenin müdahalesinin olduğu her ortamın kişinin özgür karar verip, sonuca varmasını etkileyebilmektedir (Deci and Ryan, 1985).

Kişi, gelişimi boyunca çok farklı sosyal çevrelerde bulunabilmektedir. Kendini belirleme kuramına göre, kişinin kendisini özerk, yeterli, ilişkili hissetmesi öznel iyi oluşunu büyük ölçüde arttırabilmektedir (Deci and Ryan, 2000). Psikolojik ihtiyaçları doyurulan kişilerin, doyurulmayan kişilere göre gelişimleri daha sağlıklı olabilmektedir

(Cihangir-Çankayya, 2005). Böylece temel psikolojik ihtiyaçlar kişinin amaçlarını belirleme, devam ettirme ve başarılı sonuçlar elde etme açısından önemlidir. Bu yüzden temel psikolojik ihtiyaçların doyurulması kişinin öznel iyi oluşunu etkileyebilmektedir (Ryan and Deci, 2000).

Psikolojide öznel iyi oluş, insanların yaşamına anlam katabilecek her şeyin değerini bilmesi şeklinde ifade edilebilir. Kişinin rahat bir yaşam sürmesi için doğru seçimler yapıp başka insanları sevip, saygı duyması aynı zamanda çevresinden kendisiyle ilgili geri bildirim alıp iyi ve rahat yaşam sürmesi şeklinde tanımlanabilmektedir (Diener, Suh and Oishi, 1997).

Kişinin yaşamdan aldığı doyumla öznel iyi oluşu da doğru orantılı gidebilmektedir (Tuzgöl-Dost, 2004). İnsanlar, olumlu duygu ve düşünceleri daha fazla hissedip, olumsuz duygu ve düşüncelerini daha az hissettiklerinde, kendi ilgi alanlarına uyabilecek etkinlikler buldukları zaman yaşamlarından daha memnun olup, öznel iyi oluşları da o oranda artabilmektedir. (Diener, 2000).

Kısaca insanların yaşama bakış açıları ne kadar olumlu duygu, düşüncelerle dolu ise öznel iyi oluşları da bir o kadar yüksek olacaktır (Cihangir-Çankaya, 2005). Ayrıca, insanların psikolojik gelişimleri ve öznel iyi oluşlarını kendini belirleme kuramına göre evrensel olabilecek özerklik, yeterlik, ilişkisellik olarak adlandırılan temel psikolojik ihtiyaçlar etkileyebilmektedir. Bu temel ihtiyaçlar gerek sosyal çevreden gerek toplum tarafından yeterli destek sağlanarak doyurulursa gelişimde o ölçüde kendini gösterecektir (Deci and Ryan 2000).

Temel psikolojik ihtiyaçların ne olduğuna ilişkin açıklamalardan önce genel olarak ihtiyaç kavramı açıklanacaktır. İhtiyaç, canlı varlıkların çevre şartlarına uyum sağlayıp hayatta kalabilmeleri için beden ısıları, oksijen, su ve kandaki şeker oranı gibi hayati değerlerin belli seviyede tutulması gerekmektedir (Baymur, 1994). Kişinin ihtiyaçları, hem fiziki hem psikolojik durumu açısından önemlilik göstermektedir. Fiziksel ve psikolojik açıdan olabilecek eksiklikler kişinin içsel veya dışsal süreçlerini etkileyebilir. Bu eksik kalan ihtiyaçların doyurulmaması, kişinin yaşam kalitesini ve keyif alma düzeyini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Ancak ihtiyaç kavramı kişinin fiziksel ya da psikolojik eksikliği olarak ifade edilse de kendini belirleme kuramı

çerçevesinde ihtiyaç kavramı, kişinin temel psikolojik ihtiyaçlarını vurgulayarak bu ihtiyaçların doyumuna odaklanmaktadır (Cihangir-Çankayya, 2005).

Kendini belirleme kuramına göre temel psikolojik ihtiyaçlar kişinin psikolojik, sosyal destek açısından değişmesi ve gelişmesi, aynı zamanda bireysel iyi oluşunu da önemli derecede etkilediği görülebilmektedir (Ryan and Brown, 2003). Kişinin ihtiyaç doyumundaki değişiklikleri, çeşitlilikleri, hayata uyum sağlamasında önemli bir kaynak olabilmektedir. Temel ihtiyaçların doyumunu sırasında bireysel iyi oluş içerisinde değişkenlikler olabilmektedir (Reis, Sheldon, Gable, Roscoe and Ryan, 2000). Psikolojik ihtiyaçlar kişinin sosyal ortamından ve ilişkilerinden bağımsız olarak düşünülmemektedir. Doyurulmayan psikolojik ihtiyaçlar, kişide psikolojik rahatsızlıkların ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir (Ryan and Deci, 2000). Bu yüzden, psikolojik ihtiyaçlar ve kendini belirleme kuramı iç içedir. Tüm bu belirlemeler kişiye özel olup herkes için ihtiyaçlarını doyurması ile ihtiyaçlarının doyurulduğuna ilişkin algılama şekli değişebilmektedir (Sheldon, Eliot, Kim and Kasser, 2001). Bu değişimle beraber, bireysel farklılıklar ve kişilerin ihtiyaç doyumun tarzı, buldukları kültürel ortamları şekillendirebilmektedir. Kişinin ihtiyaçlarının doyurulması kültürler açısından farklılıklar gösterebilmektedir. Kültürlerin değerleri, bakış açıları farklılık gösterdiği için özerkliği, yeterliliği ve diğer kişilerle olan ilişkileri ihtiyaçların doyurulma biçimini de değiştirebilmektedir. Bu yüzden farklı kültürlerdeki kişilerin psikolojik ihtiyaçlarındaki sıralaması da farklılık gösterebilmektedir (Deci and Ryan 2000). Bu kültürel farklılıkları genele yaymak amacıyla kendini belirleme kuramı çerçevesinde ele alınan temel psikolojik ihtiyaçlar üç boyutta toplanmıştır yeterlik, özerklik ve ilişkisellik olarak sıralanmıştır (Özer, 2009).

1.2.5.1. Özerklik

Özerklik, kendini belirleme kuramı çerçevesinde kendi davranışını belirleyip, düzenlemesi ve kendi kendine karar verip, kendini yönetmesi anlamına gelebilmektedir (Deci and Ryan, 1987). Guardia ve Patrick'e (2008) göre özerklik, kişinin kendine kural olarak gördüğü davranışını, kendi iradesiyle karar verip başlatıp, istediği davranışı seçip yapması olarak ifade edilmektedir. Tüm bu seçimler bireyin kişilik yapısından kaynaklanabilecek tecrübelerdir (Deci and Ryan, 1985). Yaşanan tecrübeler sonucunda

özerklik içinde duyguları, davranışı ve değerleri barındıran bir yapıya sahiptir. Duygusal özerklik, kişinin yakınlarıyla olan birebir ilişkilerinde ve kendi fikirleriyle ayakları üzerinde ne derece durabildiğine odaklanırken; davranışsal özerklik, kişinin birçok şeye karar verme anı, süreci ve yeni seçimlerine odaklanabilmektedir. Değerler bağlamında özerklik ise yaşadığı çevrenin değerlerini herhangi bir zorlama, değiştirme olmadan kendi değerleriyle ilişkilendirmesidir. Kısaca özerklik, kişinin kendi yaşamında başına buyruk hareket etmeden söz sahibi olması ve bu hakkını değerler çerçevesinde kullanması şeklinde ifade edilebilmektedir (Ryan and Lynch, 1989).

1.2.5.2. Yeterlik

Yeterlik, kendini belirleme kuramı çerçevesinde kişinin kendini geliştirip başarılı olabilmesi için yaptığı işten haz duyması önemli bir adımdır (Deci and Ryan, 1985). Başka bir ifadeyle yeterlik, kişinin yeteneğinin olduğu etkinliklerde kendisini geliştirip etkinlikleri uzmanlıkla yerine getirebilmesidir (Guardia and Patrick, 2008).

Yeterlik kişinin belli bir plan ve program çerçevesinde bilgi, beceri ve donanıma sahip olması olarak ifade edilirken, bu becerisini belirlemiş olduğu hedeflerini göz önünde bulundurarak başarıya ulaşabilmesidir. Yeterlik, kişinin yeterliklerini en üst düzeyde kullanarak olaylar karşısında başa çıkabilmesi olarak ifade edilebilir. Yeterlik, biyolojik ve duygusal ihtiyaç olarak doyumla sonuçlanması kişinin yeteneklerini geliştiren bir durumdur. Çocukların yeni öğrendiği bir beceriyi tekrar tekrar yapması yeterlik duygusunu geliştirir. Yine çocuğun sıkılıp yeni becerileri deneyip yeni yeterlik duygusunu tatmasına ortam sağlar (Deci and Ryan, 1985). Bu yüzden çocukluktan itibaren başarılı olabilmek için yeterlik algısına sahip olmak gerekir (Deci and Ryan, 2002).

Yeterlik ve özerklik ihtiyaçları birbiriyle bağlantılıdır. Yeterlik kişinin amaçlarına uygun bir şekilde daha verimli davranması iken, özerklik kişinin davranışını ve amaçlarını kendi iradesiyle seçip ona göre davranabilmesidir. Kişinin yaşamı boyunca yaptıklarından zevk alabilmesi için özerklik yönünün desteklenmesi gerekir. O halde özerklik ve yeterlik farklı düşünülmemelidir (Sheldon, Ryan and Reis, 1996).

1.2.5.3. İlişkili Olma

Kendini belirleme kuramı çerçevesinde ilişkili olma, kişinin bulunduğu sosyal çevresine ait hissedip, yaşamındaki diğer kişilerle yakınlığı ve bağlılığı göz önünde bulundurabilmesidir (Reis, Sheldon, Gable, Roscoe and Ryan, 2000).

İlişkili olma, insanların birbirine yakınlaşıp, birtakım paylaşımlarda bulunup, birbirini desteklemesi, birbiriyle çatışmamak için özenli davranıp, daha kaliteli ve hoş vakit geçirmesi gibi anları içermektedir (Deci and Ryan, 2000).

Guardia ve Patrick'e (2008) göre, ilişkili olma ya da ait olma ihtiyacı kişiler arası bağlamda güçlü ve istikrarlı bir yönü işaret edebilmektedir. Aynı zamanda ilişkili olma, sosyal çevre ve diğer kişilerle ilişki kurmanın önemini vurgulamaktadır. Birbirleriyle ilişki kuran kişiler psikolojik ihtiyaçlarını karşılıklı doyurabilmekte ve doyum sağlayan kişi öznel iyi oluşu yaşayabilmektedirler.

Bu konuyla ilgisi olduğu düşünülen çeşitli çalışmalar vardır. Bunlara kısaca değinelim. Özer'in (2009) yüksek lisans tez çalışmasında kendini belirleme kuramı çerçevesinde çeşitli değişkenlerin üniversite öğrencilerinin öznel iyi olma haline etkilerini incelemiştir. Bu araştırmanın örneklemini Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesinde eğitim gören 651 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma için uygulanacak ölçekler ders esnasında öğretim elemanlarının uygun gördüğü zamanda yapılmıştır. Bu çalışmanın genel amacı ihtiyaç doyumu, içsel güdülenme ve bağlanma stillerinin üniversite öğrencileri örnekleminde öznel iyi olma hali ile ilişkisini araştırmaktır. Bu genel amacın doğrultusunda şu alt amaçlar incelenmek istenmiştir. Üniversite öğrencilerinin okul ortamındaki ihtiyaç doyumu, öznel iyi olma hallerini etkilemektedir. Üniversite öğrencilerinin okul ortamındaki içsel güdülenmeleri, öznel iyi olma hallerini etkilemektedir. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri, öznel iyi olma hallerini etkilemektedir. Bu amaçlar doğrultusunda konuyla ilgili olarak çıkan sonuç bağlanma stillerinin alt boyutları olan güvenli bağlanma ile öznel iyi olma hali arasında olumlu yönde ve anlamlı ilişki bulunmakta iken; kayıtsız bağlanma, korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma ile öznel iyi olma hali arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Leak ve Cooney (2001), yetişkin bağlanma stilleri, kendini belirleme kuramı ve öznel iyi olma haline ilişkin ilk araştırmayı yapmışlardır. Çalışma grubu olarak

üniversite öğrencilerini seçen araştırmacılar, güvenli bağlanmanın ilişkiler içerisinde kendini belirleme ile yüksek düzeyde pozitif ilişkili çıktığını, korkulu ve kaygılı bağlanma stillerinin kendini belirleme ile negatif ilişkili çıktığını bulmuşlardır. Ayrıca ilişkilerdeki kendini belirleme hissi ile güvenli bağlanma, psikolojik, sağlık ve öznel iyi olma hali arasında yüksek düzeyde pozitif ilişki bulunmuştur.

1.3. BAŞARISIZLIK KORKUSU

1.3.1. Başarı ve Başarısızlık

Başarısızlık korkusu kavramı ya da başarısızlıktan kaçınma güdüsü, başarısızlık veya başarısızlığın sonucu olarak utanç deneyimleme kapasitesi ve eğilimi olarak ilk defa Atkinson tarafından tanımlanmıştır. Başarısızlıktan kaçınma güdüsü tanımında, “utanç” çok belirgin bir biçimde belirtilmiş olsa da başarısızlık korkusu literatürü çalışmalarında performans kaygısının bir türü olarak işlenmiştir. Başarısızlık korkusunun utanç ve kaygı tanımları merkezinde duygu bulunmaktadır. (Conroy, 2001: 431-452). Başarısızlık korkusu yaşamımızın kaçınılmaz, doğuştan gelen ve bizim için önemli konular üzerinde ağırlığımızı koyma çabamızın bir parçasını oluşturmaktadır (Vealey, 2008: 2). Yüksek başarısızlık korkusuna sahip bireyler, kendilerini fiziksel ve zihinsel olarak başarı durumlarından (pasif başarısızlık korkusu) mahrum bırakmaktadırlar. Tehdit edici başarısızlığa dönük düzenleyici bir odakla karakterize olmaktadır, ancak başarısızlıktan kaçınma güçlü bir biçimde katılımı sağlama alınmaktadır (aktif başarısızlık korkusu) (Schmalt, 2005: 172-184). Bununla birlikte başarısızlık korkusunun düzen olarak mantıksal biçimde başarı hedeflerinden önce mi yoksa sonra mı gerçekleşeceği önemli bir tartışmadır. Bu bilmece Conroy ve Elliot tarafından yumurta ve tavuk ilişkisine benzetilmektedir. Yani “Tavuk mu yumurtadan çıkar, yumurta mı tavuktan?” (Cashmore, 2008). Elde edilme ihtimali olmayan bir başarı standardı korku üretebilir. Elde edememenin neden caydırıcı olduğunu anlamak istiyorsak bunun sonuçlarını da anlamalıyız (Conroy, Poczwardowski and Henschen, 2001). Sadece sportif açıdan değil, aynı zamanda günlük pek çok görevde bireylerin benzer durumlarla karşı karşıya geldiği bir gerçektir. Akademik başarı yaşantılarına göz attığımızda, ertelemelerin başarısızlık korkusundan kaynaklandığı açık bir biçimde

belirtilmiştir (Schouwenburg, 1992). Başarısızlık korkusunu sporcunun müsabaka esnasında yeteneklerine müdahale eden baş psikolojik suçlu olduğu ifade edilmiştir. Yuri Hanin'in olumlu ve olumsuz duygu çalışmaları ve Robin Vealey'in optimal enerji profilleri, sporcuların kendilerini en iyi performans düzeylerine götüren, kendilerine özel bireysel duygu ve biliş reçetesi hazırladıklarında en mükemmel performanslarını gösterebilmektedirler (Vealey, 2008). Fox, başarısızlık korkusunun çoğu sporcunun başa çıkamadığı yüksek yoğunlukta, hoş olmayan stresler yarattığını belirtmektedir. Bununla birlikte sporcular gergin ve sinirli olma durumunun performansları için korkusuzluktan daha yapıcı olduğunu belirtmektedirler (Hanin, 2000). 1988-2000 yılları arasında yapılan çalışmalarda başarısızlık korkusunun önemli bir stresör olduğu bulgusuna rastlanmaktadır (Thatcher, 2005: 2). Conroy, Willow ve Metzler (2002) başarısızlığın beş farklı caydırıcı sonuçla bağlantılı olduğunu öne sürmektedir. Bu sonuçlar: Utanç ve mahcubiyet deneyimleme, birisinin öz-yargısı değerini azaltma, belirsiz gelecek, önemli kişilerin ilgisini yitirme ve önemli kişileri hayal kırıklığına uğratma olarak belirtilmiştir. Bir dizi açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ardından beş faktörlü model yapısı geçerliğini ortaya koymuş olsalar da genel bir başarısızlık korkusunu ifade eden daha yüksek bir faktörel düzen yapısından bahsetmek gerekir. Bunlarla birlikte kaygılı sporcuların gösterdikleri semptomlar içerisinde olumsuz performans beklentileri, başarısızlık korkusu ve konsantre olamamadan da bahsedilmektedir (Hagger and Chatzisarantis, 2005: 133). Conroy ve Coatsworth (2007), yüksek başarısızlık korkusu sahibi bireylerin ebeveynleri ve antrenörlerini suçlayıcı, saldıran ve aldırışsız, daha az onaylayan, daha az seven ve daha az koruyucu olarak tanımlamaktadırlar. Yine Conroy, Kaye ve Fifer (2007) Başarısızlığın önemli kişilerin ilgisini yitirme ve önemli kişileri hayal kırıklığına uğratma ile sonuçlanacağına ilişkin inançlar yüksek düzeyde öz-ihmkârılığa ve düşük düzeyde kendini kabul etmeye yol açtığını belirlemiştir. Sagar, Lavalley ve Spray (2007) çalışmasında ise ergenlerin üçte birinde belirsiz gelecek korkusunun ortaya çıktığını belirtmektedirler. Sporcuların sportif ortamda yaşadıklarının temel sebeplerine bakıldığında ise antrenörlerin mükemmeliyet talep etmelerinin de bulunduğu söylenebilir. Tam tersini ifade edebilmemiz de mümkündür. Bazı sporcuların ise müsabaka içerisinde sayı kaçırmaları gibi başarısızlık yaratan durumlarda başarısızlık korkusu olmaksızın oynamalarının etkisi olduğunu vurgulamaktadır (Silva, 2006: 219). Sportif ortamda

başarısızlık korkusunun belirlenmesi amacıyla geliştirilen performans başarısızlık değerlendirme envanteri farklı kültürlere uyarlanmıştır. Kuohsiung ve Jinghorng (2005) Çin versiyonu, Ruangmanotam (2006), Tayland versiyonu, Sagar ve Jowett (2010) Britanya versiyonu, Mohanan (2012) Malezya versiyonu, Murcia ve Marin (2011) İspanyol versiyonunu test etmişlerdir.

1.3.2. Başarı /Başarma Güdüsü

Bireyin standardı belirlenmiş hedeflere ulaşmak için, tüm zamanını kullanmasını işaret eder (Ülgen, 1996). Bireyin en üst standardı dikkate alarak sahip olduğu alanda, kendisini gerçekleştirme ve devamlılığını sürdürebilme eğilimidir. Ulaşmak için belli bir gayreti gerektiren belirli bir hedefe, başarılı bir şekilde erişme eğilimidir. Belirli bir alanda belirli bir hedefe göre belirlenen normlara göre çaba harcayarak zihinsel ya da fiziksel faaliyette bulunma eğilimidir (Arık, 1996).

1.3.3. Başarı Motivasyonu

Başarı motivasyonu (achievement motivation), Murray (1938) tarafından bir işi ustaca yapma, mükemmel olarak başarma, engellerin üstesinden gelme, diğerlerinden daha iyi yapma olarak tanımlanmıştır (Weinberg, 1995). Gill' de başarı motivasyonunu, başarısızlığa direnme, bir görevi başarmak için uğraşma, belirsiz durumlar arama olarak tanımlamıştır (Craig, 1982). 1950' lerin ortasından 1970'lerin ortasına kadar geçen sürede psikoloji literatürünün başarı motivasyonuna ilgisi McClland-Atkinson kuramı üzerine olmuştur. Bu süre içerisinde, diğer iki temel kuramın McClland-Atkinson modeli ile çekişme içerisinde olduğu ve yapılan araştırmaların da bu yöne kaydığı görülmüştür. Yükleme kuramını dışarıda bırakarak Roberts (1984), bu iki kuramı test kaygısı yaklaşımı ve Crandall yaklaşımı olarak belirlemiştir. Test kaygısı yaklaşımı temelde, test olma korkusu ya da başarısızlık korkusunun (test kaygısının) kişinin yarışmasal durumlara yaklaşmasında ya da uzaklaşmasında kritik bir faktör olduğunu ileri sürmektedir. Yüksek seviyede kaygıya sahip olan ve bundan etkilenen çocukların yarışmasal durumlardan kaçınma eğilimi gösterebileceği belirtilmektedir (Weinberg, 1995).

Eğer motivasyon farklılıklarının kişilerde neden olduğunu anlayabilirsek, kişilerin olumlu yöne yönelmesini sağlayabiliriz. Başarı motivasyonunun kişilerin düşünceleri, davranışı ve duyguları üzerine etkileri aşağıda belirtilmiştir (Weinberg, 1995).

- Aktivitenin seçilmesinde yarışmak için aynı yetenekteki bir rakibi aramak ya da daha yüksek ya da daha düşük yetenek seviyesindeki rakipleri seçmek),
- Hedefe ulaşmak için harcanan eforun belirlenmesinde (ne kadar sıklıkta antrenman yaptığı gibi),
- Hedefe ulaşmak için kullanılacak eforun şiddetinin belirlenmesinde (antrenmanda ne kadar istekli olduğu gibi),
- Güçlüklere ya da başarısızlığa göğüs germede (örneğin her şey kötü gittiğinde daha çok çalışma ya da bırakma gibi) başarı motivasyonunun etkili olduğu düşünülmektedir (Weinberg, 1995).

Ayrıca son yıllarda yapılan çalışmalar sonucunda, kültürel faktörlerin de bireylerin başarı motivasyonunu etkilediğini gösteren bulgulara ulaşılmıştır. Özellikle Duda ve Hayashi bu konuya yönelmişlerdir. Hayashi, kültürel farklılıkların sporcuların yarışma ortamındaki başarı motivasyonlarını belirleyici ve etkileyici bir faktör olduğunu ve spor motivasyonu araştırmalarında kültürel farklılıkların da göz önüne alınması gerektiğini belirtmiştir (Hayashi, 1994).

Başarı motivasyonu yaklaşımı, sportif davranımın temeli olarak güdü durumlarını görür. Bu güdü durumları, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü olarak isimlendirilmektedir (Doğan, 2005). Başarıya yaklaşma güdüsü, başarı durumlarında gurur yaşama ya da doyum için kapasitel başarısızlıktan kaçınma güdüsü ise, başarısızlığın bir sonucu olarak utanç yaşama ya da küçük düşme kapasitesil olarak ifade edilmektedir (Çetinkanat, 2000).

Başarıya yaklaşma güdüsünün, sporcunun yarışma durumuna yaklaşımadaki içsel motivasyonunu ifade ettiği düşünülmektedir. Bu da yaklaşık olarak kendine güven, yetkinlik ya da güçlülük, kişisel kompetanlık terimleri ile eş anlama gelmektedir. Bu özellikleri yüksek olan kişilerin, düşük olan kişilere göre başarı elde edebilecekleri ortamlara katılımı daha yüksektir (Cox, 1990). Başarıya yaklaşma güdüsü ve

başarısızlıktan kaçınma güdüsü farklı yapılarıdır. Bu sebeple bireylerin başarıya yaklaşma güduları ile başarısızlıktan kaçınma güduları birbirinden bağımsız olarak yüksek ya da düşük olabilirler. Bireyin başarısızlıktan kaçınma güduları bireyi yarışmadan uzaklaştırırken başarıya yaklaşma güduları ise bireyi yarışmaya çekmektedir. Thomassen ve Halvari'nin (1996), başarı güdülenmesi üzerine yaptıkları çalışmada da başarısızlıktan kaçınma güdüsü ile spora katılım arasında negatif ilişki, buna karşın spor ortamlarında yarışmaya katılma miktarı ile başarıya yaklaşma güdüsü puanları arasında pozitif ilişki olduğunu belirlemişlerdir (Hayashi, 1996).

Atkinson'un kuramına göre kişilik faktörü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü arasındaki farktır (başarıya yaklaşma güdüsü başarısızlıktan kaçınma güdüsü) (Çetinkanat, 2000). Sporcuların yüksek yoğunluktaki antrenmanlara katılmalarını ve bunu uzun süre devam ettirmelerini sağlayan gücü açıklamak için birçok teori öne sürülmüştür. Bu teorilerden birisi de başarı motivasyonu teorisi. Başarı motivasyonu teorisi kişilerin fiziksel bir aktiviteye neden katıldığını, zor olanı başarmak için neden bu kadar çaba harcadığını ve bunu neden uzun süre devam ettirdiğini açıklamaktadır (Hayashi, 1996). Bu durumda başarı motivasyonu, sporcunun yarışmasal durumlara yaklaşma ya da kaçınma eğilimleri olarak tanımlanabilir.

Başarı motivasyonunu, bir işi ustaca yapma, mükemmel olarak başarma, engellerin üstesinden gelme, diğerlerinden daha iyi yapma olarak tanımlamıştır (Lawrence, 1996). Diğer bir anlamda başarı motivasyonu başarısızlığa direnme, bir görevi başarmak için uğraşma olarak tanımlanabilir (Cox, 1990). Her birey, kendini tatmin eden ve huzur verici durumları arama, rahatsız edici durumlardan kaçınma eğilimi gösterir (Tiryaki, 1997). Başarı motivasyonunun iç motivasyonu temsil ettiği düşünülmektedir, ancak başarı motivasyonu dışsal faktörlerden de etkilenmektedir. Bu dışsal faktörlerin başında ise hedef uygunluğu, aktiviteye katılım sebebi ve ödüller gelmektedir (Konter, 1995). Sonuç olarak başarı motivasyonu, kişinin bir konuda başarılı olmak için çabası, yenilgi ile yüz yüze gelmesine rağmen ısrar etmesi ve başarıdan elde edeceği gurura doğru yönelmesidir (Weinberg, 1995).

1.3.4. Başarı Gereksinmesi Kuramı

Bu kuramı savunan kuramcılarına göre, başarı gereksinmesi öğrenilmiş ve kararlı bir özelliktir. Bir insanda başarı gereksinmesi iki kişilik özelliğiyle belirlenir: başarılı olma güdüsü ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü. Başarı gereksinmesinin niceliği, başarılı olma güdüsünden başarısızlıktan kaçınma güdüsünün çıkarılmasıyla hesaplanır. Başarılı olma güdüsü başarısızlıktan kaçınma güdüsünden daha yüksekse kişi yarışmalara katılacak, aksi durumda kişi yarışmalardan uzaklaşacaktır. Başarı Gereksinmesi= Başarılı Olma - Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü. Başarı gereksinmesinde iki durumsal faktörün önemi üzerinde durulur: başarı olasılığı ve başarının özendirici değeri. Başarının özendirici değeri, 1 puandan başarı olasılığının çıkarılmasıyla hesaplanır. Bu denklemden bulunan değer l'e ne kadar yakınsa, ya da yüksekse, sporcunun yarışmaya hazırlanması ve güdülenmesi o kadar iyi olacaktır. Bir yarışmada bir sporcunun başarı olasılığı %100 ise, o sporcu için yarışmanın özendirici değeridir. Böyle bir sporcunun ya da takımın güdülenmesini sağlamak güçtür. Oysa başarı olasılığı düşük olan sporcularda kazanmanın sağlayacağı maddi ve manevi olanaklar güdülenmeyi kolaylaştırır.

Başarı gereksinmesi yüksek olan sporcular, başarı için güçlük düzeyi yüksek olan durumları seçerler. Başarı gereksinmesi düşük olan sporcular ise, başarı/başarısızlık oranının bir olduğu durumlardan kaçarlar. Bu sporcular ya çok kolay veyahutta çok zor görevleri seçmek ister. Başarı olasılığının yüksek olduğu durumlarda başarısızlık olasılığı düşüktür, dolayısıyla kaybetme olasılığı düşük olacak ve kaybetmeye bağlı olumsuz duygular yaşanmayacaktır. Sporcuların başarı olasılığının düşük olduğu zor durumları seçmelerinin nedeni ise, kaybettiklerinde bunun gerekçelerinin hazır olmasıdır. Kaybettiklerinde kendileri suçlanmayacak ya da ayıplanmayacaktır.

1.3.5. Hedefi Gerçekleştirme Kuramı

Bu kuram, sporcunun başarısını değerlendirme yolunda bireyin temel başarı hedeflerinin belirlenmesini netleştirme olanak sağlamayı ifade etmektedir. Bunun yansımaları birincilik kazanan, fakat bu duruma farklı tepkiler gösteren iki sporcu örneğinde görebiliriz. Birinci örnekteki sporcu, birinci olmasına karşın yaptığı

dereceden hoşnut olmayabilir. İkinci örnekteki sporcu ise iyi bir performans göstermeyip rakiplerinin derecelerini bekler. Rakipleri kendi derecesini geçemeyip birinci olunca aşırı sevinç gösterir. Bu iki örnekte farklı davranış sergilenmesinin nedeni, sporcuların başarı hedeflerinin farklı olmasıdır. Başarı hedefi, benlik yönelimli ve görev yönelimli başarı hedefi olmak üzere ikiye ayrılır.

Benlik yönelimli başarı hedefinde, sporcu yarışmayla ilgili olarak kendi yeteneğini rakiplerinin yeteneğiyle karşılaştırır. Başarı durumunda kendini "yetenekli", başarısızlık durumunda kendini "yeteneksiz" olarak değerlendirir. Ancak kazanmanın doğrudan ve salt yetenekle mi yoksa çok çalışmayla mı ilgili olduğu açık değildir. Görev yönelimli başarı hedefinde, sporcu hedeflerini kendi performansına göre belirler. Bu yönelimdeki bir sporcu kendisini başka sporcularla karşılaştırmaz. Önemli olan kendi performans düzeyidir, sporcu daha önceki yarışmalardaki performansı ile şimdiki performans düzeyini karşılaştırır. Şimdiki performansı daha iyiye bunu başarı olarak nitelendirir. Rakibin kim olduğu ya da rakibin derecesi önemli değildir.

1.3.6. Yüklenme Kuramı

Bu kurama göre, sporcular başarılarını ya da başarısızlıklarını çeşitli nedenlere bağlarlar. Bu nedenler kazanan ve kaybeden sporculara göre farklılık gösterebilir. Kazanan bir sporcu kazanma nedenlerini çok çalışmasına, ya da şansının olmasına; kaybeden bir sporcu kaybetme nedenlerini daha çok şansının olmamasına bağlama eğilimindedir. Yüklenme kuramına göre, ortaya konan nedenlerin içsel, dışsal ve kontrol edilebilirlik boyutları vardır. Yukarıdaki nedenlere bakarsak, kazanma şansa açıklandığında şans dışsal bir nedendir ve kontrol edilemez. Kazanma çok çalışmayla açıklandığında çok çalışma içsel bir nedendir ve kontrol edilebilir. Çok çalışmak ya da çalışmamak sporcunun kendisine bağlıdır. Kaybetme şansa bağlandığında şans dışsal bir nedendir ve kontrol edilemez. Kazanan sporcular kazanma nedenlerini daha çok kontrol edilebilir içsel nedenlere (çok çalışma, çaba gösterme gibi), kaybeden sporcular ise kaybetme nedenlerini daha çok kontrol edilemez dışsal nedenlere (şans gibi) bağlamaktadır. Kaybetme nedeni olarak salt şans etkenini gören bir sporcunun bu yargısını değiştirmek antrenörlerin önemli görevleri arasındadır. Başarı salt kazanmak

olarak değerlendirilmemeli, sporcunun o yarışma boyunca ortaya koyduğu performans da değerlendirilmelidir (Doğan, 2005).

1.3.7. Sporda Başarı Motivasyonu

Sporcular, antrenörler, antrenman bilimcileri, spor psikologları ve sporla yakından ilgisi olan diğer kişi ve kuruluşlar sporda hep başarılı olmak için çaba harcamaktadırlar. Sık sık sporcuların yüksek performanslarının ortaya koyduğu yarışmalar, karşılaşmalar organize edilmektedir. Sporun uluslararası propaganda aracı olarak görülmeye başlanmasından dolayı sportif rekabet artmıştır (Çam, 1990; Er, 2003). Bu rekabet sonucunda, sporcular motivasyon düzeylerini yüksek tutarak başarılı olmak için daha çok çaba göstermeye başlamışlardır. Motivasyon gücü ve başarı arasındaki ilişkinin özellikle sporda çok önemli olduğu gayet açıktır. Motive edici etkisi düşük olan bir durumun düşük bir başarı ile sonuçlanması muhakkaktır. Her insan kendini tatmin eden ve huzur verici durumları arama, rahatsız edici durumlardan ise kaçınma eğilimi gösterir. Arama ve kaçınma eğilimleri, motivlerin yapısında da mevcuttur. Hangi eğilim daha ağır basarsa ona yönelik motivler gözüktür. Buna göre başarı motivi başarıya yaklaşma veya başarısızlıktan kaçınma; arkadaşlık motivi ise itibar arama ve reddedilmekten kaçınma şeklinde ortaya çıkar (İkizler ve Karagözoğlu, 1997).

Başarılı olmak isteyen bir sporcu davranışını bazı prensip ve kurallara göre ayarlar. Başarı motivasyonunu açığa çıkaran bu davranışın iki önemli özelliği, davranışın mümkün olduğu kadar toplumun değer yargılarına uygun olması ve başkalarının gözünde itibarı yükseltmesidir. Sporcu sadece bir hedefe ulaşmaktan değil, aynı zamanda hedefe varılması yolunda bir ilerleme kaydettiğinin bilincine varmaktan tatmin olur. Çünkü başarı bir diğer başarıya temel oluşturur. Böyle bir duyguda olan sporcu, davranışını mümkün olduğu kadar kendisi için uygun bulduğu başarı seviyesinin icaplarına yaklaştırmaya ve uydurmaya çalışır. Her sporcunun kendisi için başarıya ulaşmada uygun bulduğu bir yeterlilik ölçeği vardır. Bu ölçek her sporcu için farklı bir seviye gösterir (Mungan, 1995). Sporcular da kendi başarı veya başarısızlıklarını bu ölçeğe göre değerlendirir.

Başarılı olmak isteyen her sporcu kendisi için bir yeterlilik ölçeği geliştirmektedir. Sporcu kendisine koyduğu üstün başarı sınırlarını aştığında ya da bu sınırlara ulaştığında, artık başarmak için fazla gayret sarf etmeyebilir. Alt sınırlarda kaldığında ise başarı arzusu anlamını kaybedebilir. Sporcu, başarı umudu ile başarısızlık korkusu arasında kendine göre bir denge kurar. Herhangi bir spor branşında veya bir karşılaşmada düşük başarı sporcu için yeterli olduğu halde, başka bir alanda, başka bir karşılaşmada normal bir başarı onun için başarısızlık manasına gelebilir. Yani sporcu duruma göre kendi başarı sınırlarını kendisi tayin etmektedir (Mungan, 1995). Sporda başarı motivasyonu, sporcunun ileriye, geleceğe dönük beklentilerinin artışı sonucu ortaya çıkar. Bir işi başarmaktan dolayı duyulan zevk ve tatmin, gelecekteki başarılar için sporcuda yeni istekler ve yeni beklentiler doğurur. Bu motiveye, sporda başarı motivi veya başarı motivasyonu denir. Ancak başarı motivasyonunun gelişme sürecinin sınırları da vardır. Her sporcu yüksek bir başarı motivasyonu geliştiremez. Aynı zeka seviyesine sahip, aynı çevrede yetişen sporcuların başarı motivasyonları aynı seviyede değildir. Sporcunun beklentileri ile yaşadığı olaylar arasında çok büyük farklılıkların, zıtlıkların görülmesi, hissedilmesi başarı motivasyonunu olumsuz yönde etkiler. Mesela bir sporcu bazı hareketleri kolayca yaptığı için benzer hareketleri de aynı şekilde başarıyla yapabileceğine dair beklentiler geliştirebilir. Fakat bu beklentilerini gerçekleştiremez, doğrulayamaz ya da çok az doğrulayabilir ise ümitsizliğe düşebilir. Bu sebeple antrenörlere düşen görev, sporculara tam olarak yapabilecekleri görevler vermektir. Sporculara yaptırılacak görevlerin ne çok kolay ne de çok zor olması gerekir. Çünkü kolay görevler bıkkınlık yaratır ve çekiciliğini kaybeder. Biraz terlemeden, zorlanmadan yapılan, kazanılan her şey sporcuya başarı duygusunu tattırmaz. Aynı şekilde sporcudan yapması istenilen hareketler onun bilgi, beceri, tecrübe ve kapasitesinin çok üstünde ise o zaman da başaramamaktan dolayı hüsrana uğrar, gözü korkar. Başarısızlık sık sık tekrarlandığında öğrenilmiş çaresizlik dediğimiz yılgınlık durumu ortaya çıkar (Mungan, 1995).

Sporda başarı motivasyonu, başkaları ile yarışmayı içerebilir. Sporcunun kendi belirlediği performans standardı ve ileriye dönük umut ve beklenti seviyesi ile bunlara ulaşmak isterken önüne çıkması muhtemel engelleri kendi gayretleri ile aşmayı düşünebilir. Böyle bir durumda başarı motivasyonu, sporcunun ihtirasları ile ilişkilidir. Ancak belirlenen standartlar bir dereceye kadar başkalarının elde ettiği başarılarla da

bağlı olabilir. Bunlar sporcuya sosyo-kültürel çevre tarafından empoze edilmiş de olabilir. Genellikle sporcunun yakın çevresi onun beklenti seviyesine belirleyici bir rol oynamaktadır. Kendisine örnek veya rakip gösterilen sporcuların önüne geçebilen sporcu, başarısı için standartlarını kendisi seçmemiş ve koymamış ise bundan memnun olmaz, zevk almaz. Çevresi istediği için yapmış olmaktan öte bir duygu geliştirmez (Mungan, 1995).

Başarı motivasyonun günümüzdeki sosyo-zihinsel teorisi (Ames 1984; Dweek 1986; Elliott and Dweek 1988; Nicholls, 1984) başarıyı açıklayan iki ana perspektifin olduğunu göstermektedir. Bunlar göreve bağlılık ve iradeye bağlılıktır. Göreve bağlılık söz konusu olunca dikkat aktivitesinin öğrenilmesini ve geliştirilmesini kapsar. İradeye bağlılık söz konusu olduğunda ise ilk amaç diğerlerinin arasında en iyi olmaktır (Duda, 1994).

1.3.8. Başarısızlık Korkusu

Başarısızlık korkusu içsel olarak ilginç bir fenomendir. Pek çok sporcu başarısızlık korkularının, onları yüksek performans düzeylerine nasıl getirdiğini anlatır. Başarısızlık korkuları yüzünden paralize olarak tüm potansiyellerini yansıtamayanlar da olduğu gibi, tam tersi durumlar çok daha az bilinenlerdir. Başarısızlık korkusu kavramı ya da başarısızlıktan kaçınma güdüsü “başarısızlık veya başarısızlığın sonucu olarak utanç deneyimleme kapasitesi ve eğilimi olarak ilk defa Atkinson tarafından tanımlanmıştır. Başarısızlıktan kaçınma güdüsü tanımında, “utanç” çok belirgin bir biçimde belirtilmiş olsa da başarısızlık korkusu literatürü çalışmalarında performans kaygısının bir türü olarak işlenmiştir. Başarısızlık korkusunun utanç ve kaygı tanımları merkezinde duygu bulunmaktadır. (Conroy, 2001: 431-452).

McClelland-Atkinson modeline göre (Gereksinim Başarı Kuramı), bir meydan okuma ile karşılaşıldığında iki zihin yapımızın olduğunu öngören “savaş ya da kaç” erken dönem güdysel yaklaşma-kaçınma modelleri üzerine kurulmuştur. Modele göre, meydan okuma veya başarıma ihtiyacımız iki bağımsız psikolojik yapının göreceli ilişkisine dayanmaktadır: başarıyı gerçekleştirme güdümüz ve başarısızlıktan kaçınma veya başarısızlık korkusu (Lavalley, Kremer, Moran and Williams 2004). Başarısızlık korkusu yaşamımızın kaçınılmaz, doğuştan gelen ve bizim için önemli konular üzerinde

ağırlığımızı koyma çabamızın bir parçasını oluşturmaktadır (Vealey, 2008). Lazarus'a göre duygu, kişilerin bir veya daha fazla hedefi başarma yeteneklerini etkileyeceğine inandıkları çevre koşullarıyla ilişkilerinde algılanan değişimlerde deneyimlenir. Algılanan değişimler gerçek yada hayali olabilir ancak bireyler bilinçli yada bilinçsizce bu değişimlerin hedeflerini nasıl etkileyeceğini değerlendirmek zorundadır. Korku ve kaygıya ilişkin değerlendirmeler algılanan değişimin hedefle ile ilgisi, algılanan değişimin hedefin başarılmasına fayda ya da zarar vereceğin ilişkin değerlendirme ve spesifik hedefin içeriğinin tanımlanmasını içermektedir (Lazarus, 1991).

Schmalt (2005), çalışmasında iki başarısızlık korkusu kavramı tanımlamıştır. Elliot'un başarı güdülenmesi kuramı, güdü-hedef etkileşimi üzerinde aktifleşmektedir ve değişik formlarda kaçınma güdülerini tanımlamaktadır. Bu kaçınma güdülerinin ilk formu başarısızlık korkusunun engelleyici bir güç olarak Atkinson'un belirttiği klasik pozisyonu ile tutarlılık göstermektedir. Yüksek başarısızlık korkusuna sahip bireyler, kendilerini fiziksel ve zihinsel olarak değerlendirmeleri başarı durumlarından (pasif başarısızlık korkusu) mahrum bırakılmaktadırlar. İkincisi ise, tehdit edici başarısızlığa dönük düzenleyici bir odakla karakterize olmaktadır ancak başarısızlıktan kaçınma güçlü bir biçimde katılımı sağlama alınmaktadır (aktif başarısızlık korkusu) (Schmalt, 2005). Başarı hedefi kuramına göre başarısızlık korkusu belirli tipte başarı hedefleri edinmeleri için insanları düzenlemektedir. Başarma ihtiyacı gibi başarısızlıktan kaçınma içinde güdülenecekler ve başarısızlık yaşama ihtimalini azaltan bir şekilde davranmaya başlayacaklardır. Bununla birlikte başarısızlık korkusunun düzen olarak mantıksal biçimde başarı hedeflerinden önce mi yoksa sonra mı gerçekleşeceği önemli bir tartışmadır. Bu bilmece Conroy ve Elliot tarafından yumurta ve tavuk ilişkisine benzetilmektedir. Yani "Tavuk mu yumurtadan çıkar, yumurta mı tavuktan?" (Cashmore, 2008).

Başarısızlık korkusu fiziksel aktivite alanının içinde ve dışındaki bir dizi olumsuz sonuçlarla ilişkili olan başarıya ilişkin bir yapı oluşturmaktadır. Bu korkunun gelişimi üç kişilerarası yol ile gerçekleşmektedir: aile yapısı, bağımsızlık ve yeterlik için ebeveyn beklentileri ve ebeveyn-çocuk iletişimi (Conroy, 2001). Elde edilme ihtimali olmayan bir başarı standardı korku üretebilir. Elde edememenin neden caydırıcı olduğunu anlamak istiyorsak bunun sonuçlarını da anlamalıyız (Conroy, Poczwardowski and Henschen 2001). Başarısızlık korkusu daha çok başarı, zihinsel

sağlık, ahlaki gelişim ve fiziki sağlık ile ilgili olduğu için sonuçları ciddi olabilir (Conroy, Willow and Metzler, 2002). Sadece sportif açıdan değil, aynı zamanda günlük pek çok görevde bireylerin benzer durumlarla karşı karşıya geldiği bir gerçektir. Akademik başarı yaşantılarına göz attığımızda, ertelemelerin başarısızlık korkusundan kaynaklandığı açık bir biçimde belirtilmiştir (Schouwenburg, 1992). Bununla birlikte yapılan araştırmalarda olumsuz mükemmeliyetçiliğin başarısızlık korkusu ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Olumlu mükemmeliyetçilik için aynı şey söylenemese de öz yönelimli mükemmeliyetçilik için olayların daha karmaşık olduğu belirlenmiştir. Sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçiliğin başarısızlık korkusu ve başarısızlığa müsamaha göstermeme ile ilişkili olduğu çeşitli çalışmalarla ortaya konmuştur (Flett and Hewitt, 2006).

Başarısızlık korkusunu sporcunun müsabaka esnasında odaklanmış kalabilme yeteneklerine müdahale eden baş psikolojik suçlu olduğu ifade edilmiştir. Yuri Hanin'in olumlu ve olumsuz duygu çalışmaları ve Robin Vealey'in Optimal Enerji Profilleri, sporcuların kendilerini en iyi performans düzeylerine götüren, kendilerine özel bireysel duygu ve biliş reçetesi hazırladıklarında en mükemmel performanslarını gösterebilmektedirler (Vealey, 2008). Fox, başarısızlık korkusunun çoğu sporcunun başa çıkamadığı yüksek yoğunlukta, hoş olmayan stresler yarattığını belirtmektedir. Bununla birlikte sporcular gergin ve sinirli olma durumunun performansları için korkusuzluktan daha yapıcı olduğunu belirtmektedirler (Hanin, 2000). 1988-2000 yılları arasında yapılan çalışmalarda başarısızlık korkusunun önemli bir stresör olduğu bulgusuna rastlanmaktadır (Thatcher, 2005). Bunlarla birlikte kaygılı sporcuların gösterdikleri semptomlar içerisinde olumsuz performans beklentileri, başarısızlık korkusu ve konsantre olamamadan da bahsedilmektedir (Hagger and Chatzisarantis, 2005). Sporcuların sportif ortamda yaşadıklarının temel sebeplerine bakıldığında ise antrenörlerin mükemmeliyet talep etmelerinin de bulunduğu söylenebilir. Tam tersini ifade edebilmemiz de mümkündür. Bazı sporcuların ise müsabaka içerisinde sayı kaçırmaları gibi başarısızlık yaratan durumlarda başarısızlık korkusu olmaksızın oynamalarının etkisi olduğunu vurgulamaktadır (Silva, 2006).

1.3.9. Sporcularda Başarısızlık Korkusu

Sorunun bir "başarı korkusu" ile ilgili olduğunu varsayabilirsiniz. Başarı korkusu olabilir, ancak bu değildir.

Başarının korkusu sporcuların kendilerini yok etmelerine neden olur. Fakat başarının korkusu, sporcuların başarısızlık korkusu ile karşılaştırıldığında çok nadirdir.

Başarısızlık korkusu ve başarı korkusu arasındaki fark nedir?

Her ikisi de sporcuların "kendi yollarına girmelerine" neden olur; korku, endişe, gerginlik, puanlama ve sonuç alma endişelerini tecrübe ederler. Ama yine de, bu korkular farklı kaynaklardan gelir.

Sporcular, istediklerini elde etmemekten endişe duyduklarında, şampiyonluk kazanmak gibi, elde etmek için çok uğraştıklarında, başarısızlık korkusunu geliştirirler.

Günümüzde sporcuların çoğu başarı korkusundan daha ziyade başarısızlıktan korkuyor.

1.3.10. Neler Sporcuları Korkutur

1-) Bir maç, oyun ya da yarış kaybetme korkusu. Oyuncular fena şekilde kazanmak istiyor ve kazanamayacaklarından korkuyorlar.

2-) Olumsuz sosyal değerlendirmeden korkma. Sporcular diğerlerinin onları sporda başarısız olarak görecekerinden korkuyorlar.

3-) Utanç korkusu. İyi performans göstermezlerse kendilerini başkalarının önünde utandırmaktan korkarlar.

4-) Başkalarını hayal kırıklığına uğratma korkuları. Başkalarını (antrenörlerini, ebeveynlerini veya takım arkadaşlarını) hayal kırıklığına uğratmak istemiyorlar.

5-) Başkalarının beklentilerini karşılamama korkusu, Genç sporcular başkalarının beklentilerini karşılamamaktan endişe ediyorlar.

6-) Reddedilme, saygıyı kaybetme veya onay almama korkusu.

7-) Hata yapma ve o kadar çok çalıştıktan sonra kusursuz bir performans göstermeme korkusu.

1.3.11. Başarısızlık Korkusunu Yenmek için Nasıl Yardımcı Olunabilir

1-) Oyunculara bu konuda yardım etmek istiyorsanız sorunun kaynağını çok iyi bulmanız gerekiyor. Mesela oyuncular başkalarının kendileri hakkında ne düşündüklerini çok fazla önemsiyorlarsa, başkalarının ne düşündüğü konusunda endişelenmek yerine kendileri için oynamaları gerekir.

2-) Çocukların başarısızlığa uğramak yerine başarıya odaklanmasına yardımcı olmak. Başarısızlık korkusu olan birçok sporcu hep yanlış şeylere odaklanır. Zihin veya jimnastik rutini tamamlamaktan çok hata yapmama konusunda daha fazla düşünürler. Bu sporcular, başarıya odaklanmalarına yardımcı olacak küçük hedefler belirlemelidir.

3-) Başarısızlık korkusu olan sporcular mükemmel çalışma yerine verimli bir şekilde nasıl çalışacaklarını öğrenmelidirler. Buradaki ana fikir, sporcularınızın ellerinden gelenin en iyisini yapmak için mükemmel olması gerekmez. Çoğu zaman performanslarını kontrol etmek isterler (hatalar konusundaki endişelerinden dolayı). Hataların sporun doğal bir parçası olduğunu anlamaları gerekir. Amaç, sporcuların daha özgürce oynayabilecekleri ve daha az sıkı hissettiklerini veya kontrol edebildiklerini öğrenmek için yeteneklerine güvenmektir.

Başarısızlık korkusu ve başarısızlığı, sizin veya ekibinizin performansını sabote eden sürekli bir stres veya endişe kaynağıdır.

2. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMA MODELİ

Araştırma, ilişkisel tarama modelinde olup, betimsel bir nitelik arz etmektedir. Tarama modeli, geçmişte ya da günümüzde var olan bir durumu olduğu sekliyle betimlemeyi amaçlamaktadır (Karasar, 2012). Araştırma kapsamında elit sporcuların hedef yönelimi, temel psikolojik ihtiyaçlar ile başarısızlık korkusu üzerine etkisinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi.

3.2. ARAŞTIRMA GRUBU

Araştırma grubunu hazırlanırken 2016-2017 müsabaka sezonunda aktif spor müsabakalarına katılan, tesadüfi örneklem yöntemi ile Türkiye genelinde turnuvalara katılan elit düzeydeki sporculardan oluşan 521 (Güreş (53), Halter (46), Boks (40), Tekvando (39), Karate (37), Judo (34), Atletizm (47), Muay-Tai (33), Yüzme (27), Kickboks (38), Bilek Güreşi (27), Wushu (39), Jimnastik (25), Eskrim (20), Oryantring (16)) sporcu çalışmamızın örneklemini oluşturmaktadır. Örneklemi oluşturan sporcular aktif spor hayatı devam eden sporcu kitlesinden seçilmiştir.

3.3. VERİ TOPLAMA ARACI

3.3.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği: Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilen Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Kesici, Üre, Bozgeyikli ve Sünbül (2003) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Bireyin temel olan psikolojik ihtiyaçlarını saptamak amacıyla Türkçeye uyarlanan bu ölçeğin orijinal formunda 21 ifade bulunmaktadır.

Bireylerin çeşitli alanlara yönelik gereksinimleri nasıl sunulmakta ve bireylerin bu durumu ne sıklıkla arzuladıklarını ölçek üzerinde belirtmeleri istenmektedir. Orijinalinde yedili dereceleme tipi kullanılan ölçek Türkçeye uyarlanırken beşli

dereceleme tipi tercih edilmiştir. Olumlu yöndeki ifadeleri içeren ölçek maddeleri: Çok doğru: 5, Doğru: 4, Biraz Doğru: 3, Doğru Değil: 2, Hiç Doğru Değil: 1 seklinde puanlanmaktadır. Ölçek üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bireyin bir boyuta giren maddelerden aldığı puanlar toplanarak, her bir birey için 3 alt boyutta ölçek puanı elde edilmektedir. Bu üç boyut sırasıyla: Özerklik İhtiyacı (1, 4, 17, 20, 8, 11, 14. Maddeler), Yeterlik İhtiyacı (3, 5, 10, 19,13, 15 Maddeler), İlişki İhtiyaçları (2, 12, 16, 18, 21, 6, 7, 9. Maddeler).

Kuramsal olarak her bir madde için puanlama 1 ile 5 arasında değiştiği için ölçeğin özerklik alt boyutundan toplam puan en yüksek 35, en düşük 7' dir. Puan arttıkça birey daha fazla psikolojik ihtiyacının karşılandığını hissetmekte, düştükçe psikolojik ihtiyaç hissetmektedir. Yeterlik ihtiyacı alt boyutunda toplam puan en yüksek 30, en düşük 6' dır. İlişki ihtiyacı alt boyutunda toplam puan en yüksek 40, en düşük 8' dir. Örneğin yeterlik boyutunda kişinin puanının yüksek olması, kişinin kendini yeterli hissettiği anlamına gelmektedir. Boyutlara ilişkin güvenirlik değerleri sıra ise 0.82; 0.86 ve 0.84'tür. Bu çalışmadan elde edilen veriler üzerinde yapılan analiz sonucunda ise ölçeğin boyutlarına yönelik güvenirlik değeri sırasıyla 0.79; .85 ve .83 olarak ortaya bulunmuştur.

3.3.2. Performans Başarısızlık Değerlendirme Envanteri: Conroy (2001) tarafından geliştirilip, Conroy, Willow ve Metzler (2002) tarafından güncellenen ve Kahraman ve Sungur (2016) tarafından Türkçe' ye uyarlanan 25 maddelik bir ölçektir. 5'li Likert yapıya sahiptir. Fazla sayıda tersten puanlanan madde içermesi ve uzunluğu sebebiyle Conroy, Willow ve Metzler (2002) ölçeği tekrar gözden geçirmiş ve bazı maddeleri çıkartarak güncellemişlerdir. Bu haliyle ölçek 25 maddeden ve beş boyuttan oluşmaktadır. Boyutlar: Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu (1, 4, 7, 16. Maddeler); Belirsiz Gelecek Korkusu (2, 5, 8, 12.) Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu (3, 6, 9, 14, 19) Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu (10, 15, 18, 24, 20, 22, 2) Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu (11,17,13,21,23. Maddeler). Güncellenen ölçeğin geçerlilik çalışmaları 438 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Boyutların Cronbach alfa değerleri ise; utanç ve mahcubiyet deneyimleme korkusu için .80, birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkusu için 0.74, belirsiz gelecek korkusu için .80, önemli kişilerin ilgisini yitirme korkusu boyutu için .78, önemli kişileri hayal kırıklığına uğratmak boyutu için ise .78 olarak hesaplanmıştır.

DFA sonuçlarına göre de model iyi uyum indekslerine sahiptir. Sonuç olarak, ölçek başarısızlık korkusunu ölçmek için geçerli ve güvenilirdir. Bu çalışmadan elde edilen veriler üzerinde yapılan analiz sonucunda ise ölçeğin boyutlarına yönelik Cronbach alfa güvenilirlik değeri sırasıyla .81; .78, .79, .81 ve .80 olarak ortaya bulunmuştur.

3.3.3. Sporda Görev Yönelimi ve Ego Yönelimi Ölçeği: Duda (1989; 1992) tarafından geliştirilen ve Toros (2004) tarafından Türkçe' ye uyarlanan Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği (SGEYO) ölçeği, başarı hedef kuramına dayanmaktadır. Ölçek, “kesinlikle katılmıyorum, katılmıyorum, kararsızım, katılıyorum, kesinlikle katılıyorum” biçiminde ifade edilen 5’ li likert tipinden oluşmaktadır. Ölçek, yargıların beş değerlendirme basamağına göre 13 maddeden oluşmakta ve iki alt ölçeği içermektedir. Birincisi Görev Yönelimi (2, 5, 7, 8, 10, 12, 13), ikincisi Ego Yönelimi (1, 3, 4, 6, 9, 11)’ ni ifade etmektedir ve toplam 13 maddeden oluşmaktadır. Boyutların Cronbach alfa değerleri ise; Görev Yönelimi 0.65, Ego Yönelimi ise 0.72 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmadan elde edilen veriler dikkate alındığında yapılan analiz sonuçlarında ise ölçeğin boyutlarına yönelik güvenilirlik değeri sırasıyla 0.76 ve 0.81 olarak ortaya bulunmuştur.

3.4. VERİLERİN TOPLANMASI VE ANALİZİ

Bu araştırmanın verileri okul öncesi öğretmenliğinde öğrenim gören öğretmen adaylarına ölçeklerin dağıtılarak doldurulması yoluyla toplanmıştır. Araştırmada elde edilen veriler, SPSS 20.0 paket programından yararlanılarak çözümlenmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini test etmek için Kolmogorov-Smirnow testi yapılmış, verilerin normal dağılmadığı saptandığından non-parametrik testler kullanılmıştır. Alt problemlere bağlı olarak verilerin çözümlenmesinde yüzde, frekans, standart sapma, aritmetik ortalama, Mann-Whitney, Kruskal-Wallis testi, korelasyon analizi uygulanmıştır. Farklılıkların anlamlılığının test edilmesinde anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

Ayrıca, maddeler, “1”- Yetersiz (1.00–1.80), “2”-Çok Az Yeterli (1.81–2.60), “3”-Biraz Yeterli (2.61–3.40), “4”-Oldukça Yeterli (3.41–4.20), “5”-Çok Yeterli (4.21–5.00) şeklinde derecelendirilmiştir.

3. BULGULAR

Bu bölümde; araştırmaya katılan sporcuların Temel Psikolojik İhtiyaçlar, Performans Başarısızlık Değerlendirme Envanteri, Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formuna verdikleri cevaplardan elde edilen bilgilerin istatistiksel olarak değerlendirmesini kapsamaktadır.

Tablo 1. Araştırmada yer alan sporcuların cinsiyet türüne ilişkin frekans dağılımı.

Cinsiyet	N	%
Erkek	378	68,6
Kadın	173	31,4
Toplam	551	100,0

Tabloya göre; Araştırmaya katılan sporcuların % 68,6' sının erkek, %31,4' ünün ise kadın sporcu olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Araştırmada yer alan sporcuların yaşlarına ilişkin frekans dağılımı.

Yaş	N	%
10-18 yaş	130	23,6
19-22 yaş	252	45,7
23 ve üzeri	169	30,7
Toplam	551	100,0

Tabloya göre; Araştırmaya katılan sporcuların % 23'6 sının 10-18 yaş aralığında % 45,7' sinin 1-22 yaş aralığında ve % 30,7' sinin ise 23 yaş ve üzerinde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Araştırmada yer alan sporcuların millilik sayılarına ilişkin frekans dağılımı.

Millilik Sayısı	N	%
1	192	34,8
2	103	18,7
3	60	10,9
4	44	8,0
5 ve üzeri	152	27,6
Toplam	551	100,0

Tabloya göre; Araştırmaya katılan sporcuların % 34,8' inin 1 defa milli oldukları, %18,7' sinin 2 defa milli oldukları, %10,9' unun 3 defa milli oldukları, %8' inin 4 defa milli oldukları ve %27,6' sının da 5 ve üzerinde milli oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 4. Araştırmada yer alan sporcuların branş türüne ilişkin frekans dağılımı.

Branş	N	%
Temaslı	344	62,4
Temassız	207	37,6
Toplam	551	100,0

Tabloya göre; Araştırmaya katılan sporcuların % 62,4' ünün temaslı, % 37,6' sının ise temassız branşa sahip sporcu olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Araştırmada yer alan sporcuların eğitim durumlarına ilişkin frekans dağılımı.

Eğitim	N	%
İlköğretim	39	7,1
Lise	122	22,1
nlisans	90	16,3
Lisans	300	54,4
Toplam	551	100,0

Tabloya göre; Araştırmaya katılan sporcuların % 7,1' inin ilköğretim mezunu, % 22,1' inin lise mezunu, % 16,3' ünün önlisans mezunu ve % 54,4' ünün ise lisans mezunu oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 6. Araştırmada yer alan sporcuların branşlarındaki derecelerine ilişkin frekans dağılımı.

Derece	N	%
Uluslararası1.	86	15,6
Uluslararası 2.	149	27,0
Ulusal	316	57,4
Toplam	551	100,0

Tabloya göre; Araştırmaya katılan sporcuların % 15,6' sının uluslararası birinciliğe sahip oldukları, % 27' sinin uluslararası ikinciliğe sahip oldukları ve % 57,4' ünün ise ulusal düzeyde dereceye sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 7. Araştırmada yer alan sporcuların gelir düzeylerine ilişkin frekans dağılımı.

Gelir	N	%
Alt Düzey	57	10,3
Orta düzey	443	80,4
Üst Düzey	51	9,3
Toplam	551	100,0

Tabloya göre; Araştırmaya katılan sporcuların % 10,3' ünün gelirlerinin alt düzeyde oldukları, % 80,4' ünün gelirlerinin orta düzeyde oldukları ve % 9,3' ünün gelirlerinin üst düzeyde oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 8. Araştırmada yer alan sporcuların spor performanslarına ilişkin frekans dağılımı.

Performans	N	%
Yetersiz	61	11,1
Orta Düzey	317	57,5
İleri Düzey	173	31,4
Toplam	551	100,0

Tabloya göre; Araştırmaya katılan sporcuların % 11,1' inin kendilerini spor performansında yetersiz gördükleri, % 57,5' inin kendilerini spor performansında orta düzeyde gördükleri ve % 31,4' ünün ise kendilerini spor performansında ileri düzeyde gördükleri tespit edilmiştir.

Tablo 9. Araştırmada yer alan sporcuların branşlarında çalıştıkları yıllara ilişkin frekans dağılımı.

Çalışma yılı	N	%
1-5 yıl	200	36,3
6-10 yıl	224	40,7
11 yıl ve üzeri	127	23,0
Toplam	551	100,0

Tabloya göre; Araştırmaya katılan sporcuların % 36,3' ünün branşlarında 1-5 yıl aralığında çalışanlardan oluştuğu, % 40,7' sinin branşlarında 6-10 yıl aralığında çalışanlardan oluştuğu ve % 23' ünün ise branşlarında 11 yıl ve üstü çalışanlardan oluştuğu tespit edilmiştir.

3.1. BİRİNCİ ALT PROBLEM

Çalışmanın birinci alt problem cümlesi “*Katılımcuların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelimleri ne düzeydedir?*” şeklindedir.

Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları ölçeğinden, performans başarısızlık değerlendirme envanteri ve sporda görev ve ego yönelimi ölçeklerinden aldıkları puanların ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 10’ da verilmiştir.

Tablo 10. Katılımcıların uygulanan ölçeklerden aldıkları puanlara ait ortalama ve standart sapma değerleri.

Ölçekler	Alt Boyutlar	N	\bar{X}	Ss
Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	Özerklik İhtiyacı	551	3,32	,61
	Yeterlik İhtiyacı	551	3,45	,62
	İlişki İhtiyaçları	551	3,54	,60
Performans Başarısızlık Değerlendirme Envanteri	Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	551	1,86	,50
	Belirsiz Gelecek Korkusu	551	2,53	,62
	Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	551	2,80	,57
	Utanc ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	551	2,26	,50
	Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	551	2,10	,62
Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği	Görev Yönelimi	551	2,76	,64
	Ego Yönelimi	551	3,71	,88

Yetersiz (1.00–1.80), Çok Az Yeterli (1.81–2.60), Biraz Yeterli (2.61–3.40), Oldukça Yeterli (3.41–4.20), Çok Yeterli (4.21–5.00) şeklinde derecelendirilmiştir.

Temel Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin “Özerklik İhtiyacı” alt boyut ortalaması $\bar{X} = 3.32$ (biraz yeterli), “Yeterlik İhtiyacı” alt boyut ortalaması $\bar{X} = 3.45$ (oldukça yeterli) ve “İlişki İhtiyaçları” alt boyut ortalaması $\bar{X} = 3.54$ (oldukça yeterli) olarak bulunmuştur.

Performans Başarısızlık Değerlendirme Envanterinin “Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu” alt boyut ortalaması $\bar{X} = 1.86$ (çok az yeterli), “Belirsiz Gelecek Korkusu” alt boyut ortalaması $\bar{X} = 2.53$ (çok az yeterli), “Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu” alt boyut ortalaması $\bar{X} = 2.80$ (biraz az yeterli),

“Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu” alt boyut ortalaması $\bar{X} = 2.26$ (çok az yeterli) ve “Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu” alt boyut ortalaması $\bar{X} = 2.10$ (çok az yeterli) olarak bulunmuştur.

Sporda Görev ve Ego Yönelim ölçeğinin “Görev Yönelimi” alt boyut ortalaması $\bar{X} = 2.76$ (biraz yeterli) ve “Ego Yönelimi” alt boyut ortalaması $\bar{X} = 3.71$ (oldukça yeterli) olarak bulunmuştur.

3.2. İKİNCİ ALT PROBLEM

Çalışmanın ikinci alt problem cümlesi “*Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?*” şeklindedir.

Tablo 11. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasındaki korelasyon (r) değerleri.

	Özerklik İhtiyacı	Yeterlik İhtiyacı	İlişki İhtiyaçları	Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	Belirsiz Gelecek Korkusu	Önemli Kişileri Hayal Korkusu	Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	Görev Yönelimi	Ego yönelimi
Özerklik İht.	1									
Yeterlik İht.	,669*	1								
İlişki İht.	,690*	,652*	1							
Öz-Yargı Değ.	,047	-,027	,007	1						
Belirs. Gelecek	,232*	,204*	,325*	,232*	1					
Hayal Korkusu	,201*	,157*	,232*	,199*	,263*	1				
Utanç ve Mahc.	,231*	,148*	,258*	,332*	,418*	,338*	1			
İlgi Yitirme Kor.	,017	-,081	,058	,335*	,298*	,184*	,463*	1		
Görev Yönelimi	,396*	,441*	,477*	-,007	,139*	,153*	,093*	-,073	1	
Ego Yönelimi	,407*	,394*	,479*	,084*	,192*	,193*	,152*	,005	,782*	1

* p<,01

Tablo 11' e bakıldığında katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasındaki korelasyon (r) değerlerinin ,479 ile ,084 arasında değiştiği görülmektedir (p<,01). Temel psikolojik ihtiyaçları ölçeği alt boyutları, performans başarısızlık değerlendirme ölçeği alt boyutları ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyon değerleri incelendiğinde en yüksek ilişkinin katılımcıların *ilişki ihtiyaçları* ile *ego yönelimi* alt boyutları arasında, en düşük ilişkinin ise *birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkusu* ile *ego yönelimi* arasında olduğu bulunmuştur.

Bu bağlamda Tablo 11' teki bulgular incelendiğinde, katılımcıların performans başarısızlık değerlendirme ölçeğinin bir alt boyutu olan *birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkusu* ile sporda görev ve ego yönelim düzeyleri ölçeğinin alt boyutu olan *ego yönelimi* arasında düşük düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır (r = ,084; p<,01). Buna göre katılımcıların ego yönelim düzeyleri arttıkça birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkusu düzeylerinin de arttığı söylenebilir. Ayrıca determinasyon katsayısı (r² = ,007) dikkate alındığında, katılımcıların birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkusu düzeylerinin toplam değişkenliğinin % 0,7' sinin katılımcıların ego yönelim düzeylerinden kaynaklandığı söylenebilir. Katılımcıların Temel psikolojik ihtiyaçları ölçeğinin bir alt boyutu olan *ilişki ihtiyacı* ile sporda görev ve ego yönelim düzeyleri ölçeğinin alt boyutu olan *ego yönelimi* arasında orta düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır (r = ,479; p<,01). Buna göre katılımcıların ego yönelim düzeyleri arttıkça ilişki ihtiyacı düzeylerinin de arttığı söylenebilir. Ayrıca determinasyon katsayısı (r² = ,229) dikkate alındığında, katılımcıların ilişki ihtiyacı düzeylerinin toplam değişkenliğinin yaklaşık % 30' unun katılımcıların ego yönelim düzeylerinden kaynaklandığı söylenebilir.

3.3. ÜÇÜNCÜ ALT PROBLEM

Çalışmanın üçüncü alt problem cümlesi, “*Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim algılarının, bağımsız değişkenlere (cinsiyet, yaş, millilik sayısı, branş, eğitim durumu, branş derecesi, gelir durumu, spor performansı, branştaki deneyim ve branшта sıralama değerlendirmesi) göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?*” şeklindedir.

Bu alt problem doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

- “*Cinsiyetleri bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?*” şeklindedir.

Kadın ve erkek katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testinin sonuçları Tablo 12’ de verilmiştir.

Tablo 12. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılığını gösteren Mann Whitney U Testi Tablosu.

Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	p
Özerklik İhtiyacı	Erkek	378	20,12	284,13	107400,50	29624,500	,075
	Kadın	173	19,65	258,24	44675,50		
Yeterlik İhtiyacı	Erkek	378	20,91	285,98	108100,50	28924,500	,059
	Kadın	173	20,26	254,19	43975,50		
İlişki İhtiyaçları	Erkek	378	28,62	284,67	107603,50	29421,500	,058
	Kadın	173	27,82	257,07	44472,50		
Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	Erkek	378	7,51	281,66	106468,00	30557,000	,212
	Kadın	173	7,36	263,63	45608,00		
Belirsiz Gelecek Korkusu	Erkek	378	10,47	296,91	112231,50	24793,500	,000*
	Kadın	173	9,45	230,32	39844,50		
Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	Erkek	378	14,13	283,23	107059,50	29965,500	,113
	Kadın	173	13,72	260,21	45016,50		
Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	Erkek	378	18,44	287,24	108577,50	28447,500	,014**
	Kadın	173	17,45	251,44	43498,50		
Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	Erkek	378	10,69	283,30	107088,00	29937,000	,110
	Kadın	173	10,16	260,05	44988,00		
Görev Yönelimi	Erkek	378	19,20	273,51	103387,00	31756,000	,586

	Kadın	173	19,62	281,44	48689,00		
Ego Yönelimi	Erkek	378	22,24	274,68	103830,50	32199,500	,774
	Kadın	173	22,41	278,88	48245,50		

*p < ,01; ** p < ,05

Tablo 12' ye göre, Mann Whitney U testi sonucunda katılımcıların sadece performans başarısızlık değerlendirmeleri ölçeğinin “Belirsiz Gelecek Korkusu” ve “Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu” alt boyutlarında cinsiyet değişkeni açısından kadınların lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur (*p < ,01; ** p < ,05). Bu sonuca göre, kadınların “belirsiz gelecek” ve “utanç ve mahcubiyet deneyimleme” korkularının erkeklerle göre daha düşüktür denebilir.

- “Yaş değişkeni bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?” şeklindedir.

Farklı yaş gruplarındaki katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçları Tablo 13' te verilmiştir.

Tablo 13. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının yaş değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.

	Yaş	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Özerklik İhtiyacı	10-18 yaş	130	20,25	288,47	2	1,181	,554	
	19-22 yaş	252	19,80	269,86				
	23 ve üzeri	169	20,02	275,57				
Yeterlik İhtiyacı	10-18 yaş	130	20,69	281,72	2	,779	,677	
	19-22 yaş	252	20,59	269,50				
	23 ve üzeri	169	20,89	281,29				
İlişki İhtiyaçları	10-18 yaş	130	27,68	252,25	2	7,559	,023**	1-3 2-3
	19-22 yaş	252	28,22	271,05				
	23 ve üzeri	169	29,13	301,65				
Birisinin Öz-Yargısını Değerini	10-18 yaş	130	7,46	277,12	2	1,644	,440	
	19-22 yaş	252	7,59	283,69				

Azaltma Korkusu	23 ve üzeri	169	7,27	263,68				
Belirsiz Gelecek Korkusu	10-18 yaş	130	9,07	203,13	2	39,688	,000*	1-2 1-3 2-3
	19-22 yaş	252	10,27	286,63				
	23 ve üzeri	169	10,80	316,20				
Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	10-18 yaş	130	13,66	255,91	2	5,256	,072	
	19-22 yaş	252	13,92	272,19				
	23 ve üzeri	169	14,39	297,14				
Utanc ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	10-18 yaş	130	17,43	249,05	2	6,277	,043**	1-3
	19-22 yaş	252	18,18	276,89				
	23 ve üzeri	169	18,60	295,40				
Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	10-18 yaş	130	9,93	247,24	2	5,608	,061	
	19-22 yaş	252	10,68	284,87				
	23 ve üzeri	169	10,73	284,90				
Görev Yönelimi	10-18 yaş	130	18,66	249,14	2	10,492	,005*	1-3 2-3
	19-22 yaş	252	19,28	269,30				
	23 ve üzeri	169	19,93	306,64				
Ego Yönelimi	10-18 yaş	130	21,46	251,98	2	5,129	,077	
	19-22 yaş	252	22,39	276,37				
	23 ve üzeri	169	22,78	293,93				

*p < ,01; ** p < ,05 1: 10-18 yaş, 2: 19-22 yaş, 3: 23 ve üzeri

Tablo 13’ teki Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları ölçeğinin “İlişki İhtiyaçları” alt boyutunda, performans başarısızlık değerlendirmeleri ölçeğinin “Belirsiz Gelecek Korkusu” ve “Utanc ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu” alt boyutlarında ve sporda görev ve ego yönelim ölçeğinin “Görev Yönelimi” alt boyutunda yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık bulunmuştur (*p < ,01; ** p < ,05). Oluşan bu farklılaşmanın hangi yaş grupları arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre katılımcıların yaşları arttıkça ilişki ihtiyaçlarının, belirsiz gelecek korkularının, utanc ve mahcubiyet deneyimleme korkularının ve görev yönelimlerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

- “Elde edilen millilik sayıları bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?” şeklindedir.

Elde edilen millilik sayılarına göre katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri

arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçları Tablo 14' te verilmiştir.

Tablo 14. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının elde edilen millilik sayılarına göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.

	Millilik sayısı	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sd	χ^2	p
Özerklik İhtiyacı	1	192	20,23	286,72	4	3,985	,408
	2	103	19,78	269,11			
	3	60	19,80	266,63			
	4	44	19,06	238,16			
	5 ve üzeri	152	20,11	281,78			
Yeterlik İhtiyacı	1	192	21,02	288,11	4	7,286	,122
	2	103	20,52	270,48			
	3	60	21,01	290,22			
	4	44	19,34	219,61			
	5 ve üzeri	152	20,71	275,16			
İlişki İhtiyaçları	1	192	27,94	262,58	4	9,921	,062
	2	103	27,75	253,06			
	3	60	29,20	303,66			
	4	44	27,77	260,05			
	5 ve üzeri	152	29,19	302,20			
Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	1	192	7,41	271,60	4	1,997	,736
	2	103	7,33	265,61			
	3	60	7,35	269,03			
	4	44	7,59	279,61			
	5 ve üzeri	152	7,62	290,31			
Belirsiz Gelecek Korkusu	1	192	9,52	237,87	4	22,522	,058
	2	103	10,19	277,87			
	3	60	10,35	286,83			
	4	44	10,13	275,97			
	5 ve üzeri	152	10,85	318,63			

Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	1	192	13,61	256,27	4	12,152	,066
	2	103	13,83	261,27			
	3	60	13,83	270,47			
	4	44	14,09	277,15			
	5 ve üzeri	152	14,67	312,76			
Utañ ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	1	192	17,40	247,95	4	22,242	,056
	2	103	18,00	265,17			
	3	60	18,40	291,21			
	4	44	17,22	241,66			
	5 ve üzeri	152	19,30	322,71			
Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	1	192	10,28	264,82	4	9,136	,058
	2	103	10,21	261,00			
	3	60	10,61	283,13			
	4	44	9,95	245,78			
	5 ve üzeri	152	11,16	306,22			
Görev Yönelimi	1	192	18,78	259,76	4	5,250	,263
	2	103	19,50	272,67			
	3	60	19,73	289,28			
	4	44	18,86	265,32			
	5 ve üzeri	152	19,91	296,62			
Ego Yönelimi	1	192	21,75	258,58	4	6,061	,195
	2	103	22,83	292,04			
	3	60	22,53	284,33			
	4	44	20,81	250,45			
	5 ve üzeri	152	22,94	291,24			

*p < ,01; ** p < ,05

Tablo 14' teki Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında elde edilen millilik sayısına göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (p > ,05). Bu sonuca göre, katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları,

performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeylerinin elde edilen millilik sayılarına göre değişmediği söylenebilir.

- “*Branş değişkeni bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?*” şeklindedir.

Farklı branşlardaki katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testinin sonuçları Tablo 15’ te verilmiştir.

Tablo 15. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının branş değişkenine göre farklılığını gösteren Mann Whitney U Testi Tablosu.

Boyutlar	Branş	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	p
Özerklik İhtiyacı	Temaslı	344	20,18	283,51	97526,50	33021,50	,152
	Temassız	207	19,65	263,52	54549,50		
Yeterlik İhtiyacı	Temaslı	344	20,92	283,74	97605,50	32942,50	,140
	Temassız	207	20,36	263,14	54470,50		
İlişki İhtiyaçları	Temaslı	344	28,77	288,01	99076,00	31472,00	,022**
	Temassız	207	27,71	256,04	53000,00		
Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	Temaslı	344	7,50	278,05	95647,50	34900,50	,694
	Temassız	207	7,41	272,60	56428,50		
Belirsiz Gelecek Korkusu	Temaslı	344	10,38	291,53	100285,00	30263,00	,003*
	Temassız	207	9,78	250,20	51791,00		
Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	Temaslı	344	13,98	274,63	94473,50	35133,50	,794
	Temassız	207	14,06	278,27	57602,50		
Utanc ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	Temaslı	344	18,10	274,61	94466,50	35126,50	,791
	Temassız	207	18,20	278,31	57609,50		
Önemli Kişilerin	Temaslı	344	10,34	266,89	91809,50	32469,50	,082

İlgisini Yitirme Korkusu	Temassız	207	10,84	291,14	60266,50		
Görev Yönelimi	Temaslı	344	19,62	283,99	97691,50	32856,50	,127
	Temassız	207	18,88	262,73	54384,50		
Ego Yönelimi	Temaslı	344	22,53	283,44	97502,50	33045,50	,157
	Temassız	207	21,91	263,64	54573,50		

*p < ,01; ** p < ,05

Tablo 15' e göre, Mann Whitney U testi sonucunda katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları ölçeğinin "İlişki İhtiyaçları" alt boyutunda ve performans başarısızlık değerlendirmeleri ölçeğinin "Belirsiz Gelecek Korkusu" alt boyutunda branş değişkeni açısından branşı temaslı sporlar olan katılımcıların lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur (*p < ,01; ** p < ,05). Bu sonuca göre, branşı temaslı spor olan katılımcıların "ilişki ihtiyaçları" ve "belirsiz gelecek korku" düzeyleri branşı temassız spor olan katılımcılara göre daha yüksektir denebilir.

- *"Eğitim durumu değişkeni bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?"* şeklindedir.

Farklı eğitim seviyesindeki katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçları Tablo 16' da verilmiştir.

Tablo 16. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının eğitim seviyesi değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.

	Eğitim	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Özerklik İhtiyacı	İlköğretim	39	19,56	249,81	3	5,119	,163	
	Lise	122	19,77	265,81				
	Önlisans	90	19,38	256,27				
	Lisans	300	20,30	289,47				
Yeterlik İhtiyacı	İlköğretim	39	19,38	226,19	3	12,131	,007*	1-4
	Lise	122	20,28	261,02				
	Önlisans	90	20,14	250,49				
	Lisans	300	21,22	296,22				
İlişki İhtiyaçları	İlköğretim	39	27,18	229,23	3	6,682	,083	
	Lise	122	28,03	266,57				
	Önlisans	90	27,88	263,01				
	Lisans	300	28,82	289,81				
Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	İlköğretim	39	7,28	259,37	3	,504	,918	
	Lise	122	7,51	279,52				
	Önlisans	90	7,47	277,36				
	Lisans	300	7,47	276,32				
Belirsiz Gelecek Korkusu	İlköğretim	551	7,46	254,28	3	18,209	,000*	2-3 2-4
	Lise	39	9,87	232,08				
	Önlisans	122	9,47	321,53				
	Lisans	90	10,82	283,03				
Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	İlköğretim	300	10,27	281,44	3	1,370	,713	
	Lise	39	14,08	284,60				
	Önlisans	122	14,18	285,87				
	Lisans	90	14,10	268,84				
Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	İlköğretim	300	13,90	284,10	3	3,099	,377	
	Lise	39	18,41	254,43				
	Önlisans	122	17,53	275,38				
	Lisans	90	18,17	283,91				

Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	İlköğretim	300	18,34	299,05	3	1,574	,665	
	Lise	39	10,97	275,16				
	Önlisans	122	10,51	261,88				
	Lisans	90	10,30	277,58				
Görev Yönelimi	İlköğretim	300	10,54	239,56	3	3,169	,366	
	Lise	39	18,10	271,79				
	Önlisans	122	19,20	269,22				
	Lisans	90	19,03	284,48				
Ego Yönelimi	İlköğretim	300	19,65	229,62	3	4,872	,181	
	Lise	39	20,15	266,40				
	Önlisans	122	22,07	277,11				
	Lisans	90	22,20	285,60				

*p < ,01; ** p < ,05

Tablo 16’ daki Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları ölçeğinin “Yeterlik İhtiyacı” alt boyutunda ve performans başarısızlık değerlendirmeleri ölçeğinin “Belirsiz Gelecek Korkusu” alt boyutunda katılımcıların eğitim seviyesine göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p< ,01). Oluşan bu farklılaşmanın hangi eğitim seviyeleri arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre; eğitim seviyesi “lise” olan katılımcıların yeterlik ihtiyacı düzeyleri, eğitim durumları “lisans” olan katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür. Ayrıca eğitim seviyesi “lise” olan katılımcıların belirsiz gelecek korkuları, eğitim durumları “önlisans” olan katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüşken, eğitim durumları “lisans” olan katılımcılara göre ise istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür.

- “*Branş derecesi değişkeni bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?*” şeklindedir.

Farklı branş derecesine sahip katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri

arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçları Tablo 17’ de verilmiştir.

Tablo 17. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının branş dereceleri değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.

	Branş derece	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sd	χ^2	p
Özerklik İhtiyacı	Uluslararası 1	86	20,26	289,34	2	1,218	,544
	Uluslararası 2	149	19,74	265,97			
	Ulusal	316	20,02	277,10			
Yeterlik İhtiyacı	Uluslararası 1	86	20,71	277,48	2	,494	,781
	Uluslararası 2	149	20,57	268,27			
	Ulusal	316	20,77	279,25			
İlişki İhtiyaçları	Uluslararası 1	86	28,26	270,03	2	,333	,846
	Uluslararası 2	149	28,23	272,43			
	Ulusal	316	28,47	279,31			
Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	Uluslararası 1	86	7,31	268,56	2	,298	,862
	Uluslararası 2	149	7,52	280,19			
	Ulusal	316	7,48	276,05			
Belirsiz Gelecek Korkusu	Uluslararası 1	86	10,38	288,80	2	,668	,716
	Uluslararası 2	149	10,14	273,55			
	Ulusal	316	10,10	273,67			
Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	Uluslararası 1	86	13,91	265,73	2	,954	,621
	Uluslararası 2	149	14,18	285,64			
	Ulusal	316	13,96	274,25			
Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	Uluslararası 1	86	18,71	291,40	2	1,788	,409
	Uluslararası 2	149	18,29	282,92			
	Ulusal	316	17,91	268,55			
Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	Uluslararası 1	86	10,70	287,74	2	3,736	,154
	Uluslararası 2	149	10,87	292,90			
	Ulusal	316	10,32	264,84			
Görev Yönelimi	Uluslararası 1	86	19,85	290,22	2	1,554	,460
	Uluslararası 2	149	18,95	264,19			
	Ulusal	316	19,38	277,70			
Ego Yönelimi	Uluslararası 1	86	22,86	292,09	2	2,422	,298
	Uluslararası 2	149	21,85	260,44			
	Ulusal	316	22,35	278,96			

*p < ,01; ** p < ,05

Tablo 17’deki Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında elde edilen en iyi branş derecelerine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p >,05$). Bu sonuca göre, katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeylerinin elde edilen en iyi branş derecelerine göre değişmediği söylenebilir.

“Gelir düzeyi değişkeni bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?” şeklindedir.

Farklı gelir düzeylerine sahip katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçları Tablo 18’de verilmiştir.

Tablo 18. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının gelir düzeyleri değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.

	Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Özerklik İhtiyacı	Alt Düzey	57	20,23	283,82	2	1,546	,462	
	Orta Düzey	443	19,89	272,24				
	Üst Düzey	51	20,49	299,91				
Yeterlik İhtiyacı	Alt Düzey	57	20,77	276,52	2	7,818	,020**	2-3
	Orta Düzey	443	20,54	269,17				
	Üst Düzey	51	22,08	334,76				
İlişki İhtiyaçları	Alt Düzey	57	28,75	278,61	2	7,243	,027**	2-3
	Orta Düzey	443	28,12	269,18				
	Üst Düzey	51	30,20	332,31				
Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	Alt Düzey	57	7,21	256,84	2	2,819	,244	
	Orta Düzey	443	7,53	281,50				
	Üst Düzey	51	7,22	249,63				
Belirsiz Gelecek Korkusu	Alt Düzey	57	10,19	278,27	2	,914	,633	
	Orta Düzey	443	10,12	273,45				
	Üst Düzey	51	10,39	295,64				
Önemli Kişileri Hayal	Alt Düzey	57	13,70	261,69	2	1,387	,500	

Kırıklığına Uğratma Korkusu	Orta Düzey	443	14,00	275,40				
	Üst Düzey	51	14,43	297,20				
Utañ ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	Alt Düzey	57	18,09	279,25	2	2,571	,277	
	Orta Düzey	443	18,02	271,76				
	Üst Düzey	51	19,16	309,21				
Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	Alt Düzey	57	10,75	286,57	2	1,113	,573	
	Orta Düzey	443	10,44	272,58				
	Üst Düzey	51	11,00	293,92				
Görev Yönelimi	Alt Düzey	57	19,74	289,43	2	,922	,631	
	Orta Düzey	443	19,27	272,80				
	Üst Düzey	51	19,53	288,80				
Ego Yönelimi	Alt Düzey	57	23,63	311,52	2	4,419	,110	
	Orta Düzey	443	22,06	269,20				
	Üst Düzey	51	22,84	295,35				

*p < ,01; ** p < ,05 1: Alt Düzey, 2: Orta Düzey, 3: Üst Düzey

Tablo 18’deki Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları ölçeğinin “Yeterlik İhtiyacı” ve “İlişki İhtiyaçları” alt boyutlarında katılımcıların gelir düzeylerine göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p < ,01). Oluşan bu farklılaşmanın hangi gelir durumları arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre; gelir düzeyi “orta düzey” olan katılımcıların yeterlik ihtiyacı düzeyleri, gelir düzeyleri “üst düzey” olan katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür. Benzer şekilde gelir düzeyi “orta düzey” olan katılımcıların ilişki ihtiyaçları düzeyleri de, gelir düzeyleri “üst düzey” olan katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür. Başka bir ifadeyle gelir durumları orta düzey olan katılımcıların gelirleri daha da arttıkça yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının da arttığı söylenebilir.

“Spor yaşantılarında performansını değerlendirme değişkeni bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?” şeklindedir.

Spor yaşantılarında performansını farklı değerlendiren katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego

yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçları Tablo 19’ da verilmiştir.

Tablo 19. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının spor yaşantılarındaki performansını değerlendirme değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.

	Spor Performansı	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Özerklik İhtiyacı	Yetersiz	61	19,30	253,36	2	5,527	,063	
	Orta Düzey	317	19,83	268,06				
	İleri Düzey	173	20,50	298,54				
Yeterlik İhtiyacı	Yetersiz	61	20,18	253,68	2	7,570	,023**	1-2
	Orta Düzey	317	20,52	265,58				1-3
	İleri Düzey	173	21,24	302,96				2-3
İlişki İhtiyaçları	Yetersiz	61	27,44	245,85	2	6,760	,034**	1-2
	Orta Düzey	317	28,09	268,78				1-3
	İleri Düzey	173	29,22	299,87				2-3
Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	Yetersiz	61	7,87	301,57	2	3,019	,221	
	Orta Düzey	317	7,48	278,59				
	İleri Düzey	173	7,29	262,24				
Belirsiz Gelecek Korkusu	Yetersiz	61	10,44	297,53	2	2,378	,305	
	Orta Düzey	317	10,03	267,77				
	İleri Düzey	173	10,29	283,48				
Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	Yetersiz	61	13,61	263,71	2	,758	,685	
	Orta Düzey	317	13,97	274,43				
	İleri Düzey	173	14,21	283,21				
Utanc ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	Yetersiz	61	18,13	279,98	2	,366	,833	
	Orta Düzey	317	18,04	272,49				
	İleri Düzey	173	18,32	281,02				
Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	Yetersiz	61	11,15	302,46	2	4,595	,100	
	Orta Düzey	317	10,29	264,05				
	İleri Düzey	173	10,73	288,57				
Görev Yönelimi	Yetersiz	61	18,10	231,56	2	11,393	,003*	1-2
	Orta Düzey	317	19,19	268,57				1-3
	İleri Düzey	173	20,05	305,29				2-3
Ego Yönelimi	Yetersiz	61	21,36	245,94	2	6,230	,044**	1-2
	Orta Düzey	317	22,13	269,44				1-3
	İleri Düzey	173	22,92	298,61				2-3

*p < ,01; ** p < ,05 1: Yetersiz, 2: Orta Düzey, 3: İleri Düzey

Tablo 19’ daki Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları ölçeğinin “Yeterlik İhtiyacı” ve “İlişki İhtiyaçları” alt boyutlarında katılımcıların kendilerini spor yaşantılarındaki performans değerlendirmelerine göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < ,05$). Oluşan bu farklılaşmanın hangi değerlendirme düzeyleri arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre; kendi spor performansını olumlu yönde gördükçe katılımcıların yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının da arttığı söylenebilir.

Benzer şekilde Tablo 19’ a bakıldığında, katılımcıların sporda görev ve ego yönelim ölçeğinin “Görev Yönelimi” ve “Ego Yönelimi” alt boyutlarında katılımcıların kendilerini spor yaşantılarındaki performans değerlendirmelerine göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < ,01$; $p < ,05$). Oluşan bu farklılaşmanın hangi değerlendirme düzeyleri arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre; kendi spor performansını olumlu yönde gördükçe katılımcıların görev ve ego yönelimlerinin de arttığı söylenebilir.

- ***“İlgili branşı kaç yıldır yapıyor olma değişkeni bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?”*** şeklindedir.

İlgili branşı farklı yıllarda yapma durumlarına göre katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçları Tablo 20’ de verilmiştir.

Tablo 20. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının ilgili branşı kaç yıldır yapıyor olma değişkenine göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.

	Branşla İlgilenme Yılı	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Özerklik İhtiyacı	1-5 yıl	200	20,02	277,82	2	,277	,871	
	6-10yıl	224	20,03	278,06				
	11 yıl ve üzeri	127	19,83	269,50				
Yeterlik İhtiyacı	1-5 yıl	200	20,78	282,76	2	,589	,745	
	6-10yıl	224	20,63	271,26				
	11 yıl ve üzeri	127	20,75	273,72				
İlişki İhtiyaçları	1-5 yıl	200	28,11	266,49	2	2,151	,341	
	6-10yıl	224	28,32	274,96				
	11 yıl ve üzeri	127	28,89	292,82				
Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	1-5 yıl	200	7,48	278,37	2	,547	,761	
	6-10yıl	224	7,41	270,29				
	11 yıl ve üzeri	127	7,54	282,35				
Belirsiz Gelecek Korkusu	1-5 yıl	200	9,84	256,79	2	7,167	,028**	1-3
	6-10yıl	224	10,19	276,84				
	11 yıl ve üzeri	127	10,60	304,78				
Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	1-5 yıl	200	13,58	252,84	2	7,330	,026**	1-3
	6-10yıl	224	14,17	284,25				
	11 yıl ve üzeri	127	14,40	297,93				
Utanç ve Mahcupiyet Deneyimleme Korkusu	1-5 yıl	200	17,75	259,10	2	4,595	,101	
	6-10yıl	224	18,15	279,14				
	11 yıl ve üzeri	127	18,72	297,09				
Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	1-5 yıl	200	10,04	252,17	2	8,443	,015**	1-3
	6-10yıl	224	10,61	282,23				
	11 yıl ve üzeri	127	11,14	302,56				
Görev Yönelimi	1-5 yıl	200	19,30	273,52	2	,146	,929	
	6-10yıl	224	19,31	275,74				
	11 yıl ve üzeri	127	19,46	280,37				

Ego Yönelimi	1-5 yıl	200	22,41	279,33	2	,155	,926	
	6-10yıl	224	22,26	274,92				
	11 yıl ve üzeri	127	22,17	272,65				

*p < ,01; ** p < ,05 1: 1-5 yıl, 2: 6-10yıl, 3: 11 yıl ve üzeri

Tablo 20’deki Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların performans başarısızlık değerlendirmeleri ölçeğinin “Belirsiz Gelecek Korkusu”, “Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu” ve “Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu” alt boyutlarında katılımcıların ilgili branşı farklı yıllarda yapma durumlarına göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < ,05$). Oluşan bu farklılaşmanın hangi yıllar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre; ilgili branşta geçen süre arttıkça katılımcıların da belirsiz gelecek, önemli kişileri hayal kırıklığına uğratma ve önemli kişilerin ilgisini yitirme korkularının da arttığı söylenebilir.

- **“Diğer sporculara göre branşındaki performansını değerlendirme değişkeni bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?”** şeklindedir.

Diğer sporculara göre branşındaki performansını değerlendirme durumlarına göre katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçları Tablo 21’de verilmiştir.

Tablo 21. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının diğer sporculara göre branşındaki performansını değerlendirme durumlarına göre farklılıgını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.

	Değerlendirme	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Özerklik İhtiyacı	Daha iyi	230	20,43	296,82	2	6,808	,033**	1-2
	Eşit derecede	285	19,65	261,36				
	Daha düşük	36	19,63	258,83				
Yeterlik İhtiyacı	Daha iyi	230	21,11	296,43	2	7,611	,022**	1-2
	Eşit derecede	285	20,48	264,61				
	Daha düşük	36	19,86	235,67				
İlişki İhtiyaçları	Daha iyi	230	29,00	295,77	2	6,849	,033**	1-2
	Eşit derecede	285	28,00	264,54				
	Daha düşük	36	27,27	240,46				
Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	Daha iyi	230	7,19	255,08	2	6,990	,030**	1-2
	Eşit derecede	285	7,65	290,59				
	Daha düşük	36	7,72	294,15				
Belirsiz Gelecek Korkusu	Daha iyi	230	10,03	268,53	2	,946	,623	
	Eşit derecede	285	10,23	280,57				
	Daha düşük	36	10,33	287,60				
Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	Daha iyi	230	13,91	269,90	2	1,688	,430	
	Eşit derecede	285	14,03	277,08				
	Daha düşük	36	14,41	306,46				
Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	Daha iyi	230	18,03	273,43	2	,618	,734	
	Eşit derecede	285	18,16	275,58				
	Daha düşük	36	18,52	295,72				
Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	Daha iyi	230	10,31	266,80	2	1,780	,411	
	Eşit derecede	285	10,63	280,49				
	Daha düşük	36	11,00	299,25				
Görev Yönelimi	Daha iyi	230	19,35	282,97	2	1,785	,410	
	Eşit derecede	285	19,40	274,18				
	Daha düşük	36	18,77	245,83				

Ego Yönelimi	Daha iyi	230	22,34	285,12	2	2,237	,327
	Eşit derecede	285	22,34	272,51			
	Daha düşük	36	21,52	296,82			

*p < ,01; ** p < ,05 1: Daha iyi, 2: Eşit derecede, 3: 11 yıl ve üzeri

Tablo 21’deki Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları ölçeğinin “Özerklik İhtiyacı”, “Yeterlik İhtiyacı” ve “İlişki İhtiyaçları” alt boyutlarında, performans başarısızlık değerlendirmeleri ölçeğinin ise sadece “Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu” alt boyutunda katılımcıların diğer sporculara göre branşındaki performansını değerlendirme durumlarına göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < ,05$). Oluşan bu farklılaşmanın hangi değerlendirme düzeyleri arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre; diğer sporculara göre branşındaki performansını “daha iyi” olarak değerlendiren katılımcıların özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının, branşındaki performansını “eşit derecede” olarak değerlendirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 21’ e bakıldığında, diğer sporculara göre branşındaki performansını “daha iyi” olarak değerlendiren katılımcıların birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkularının, branşındaki performansını “eşit derecede” olarak değerlendirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür.

- “*Türkiye genelinde branştaki durumunu değerlendirme değişkeni bakımından katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?*” şeklindedir.

Türkiye genelinde branştaki durumunu değerlendirme durumlarına göre katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis testinin sonuçları Tablo 22’de verilmiştir.

Tablo 22. Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim puanlarının Türkiye genelinde branştaki durumunu değerlendirme durumlarına göre farklılığını gösteren Kruskal Wallis Testi Tablosu.

	Değerlendirme	N	\bar{X}	Sıra Ort.	Sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Özerklik İhtiyacı	En iyilerdenim	190	20,78	310,93	2	14,593	,001*	1-2
	Orta	312	19,50	255,20				
	Başarısız	49	19,92	273,00				
Yeterlik İhtiyacı	En iyilerdenim	190	21,38	304,43	2	11,646	,003*	1-2
	Orta	312	20,25	255,98				
	Başarısız	49	21,02	293,21				
İlişki İhtiyaçları	En iyilerdenim	190	29,60	317,04	2	19,555	,000*	1-2 1-3
	Orta	312	27,74	252,95				
	Başarısız	49	27,69	263,64				
Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu	En iyilerdenim	190	7,44	275,04	2	,858	,651	
	Orta	312	7,45	273,48				
	Başarısız	49	7,69	295,74				
Belirsiz Gelecek Korkusu	En iyilerdenim	190	10,43	293,94	2	4,297	,117	
	Orta	312	9,98	264,09				
	Başarısız	49	10,24	282,28				
Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu	En iyilerdenim	190	14,01	273,67	2	,293	,864	
	Orta	312	13,97	275,64				
	Başarısız	49	14,22	287,31				
Utañ ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu	En iyilerdenim	190	18,36	285,50	2	1,038	,595	
	Orta	312	18,02	271,00				
	Başarısız	49	17,98	271,03				

Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu	En iyilerdenim	190	10,69	284,99	2	1,706	,426	
	Orta	312	10,41	268,37				
	Başarısız	49	10,63	289,77				
Görev Yönelimi	En iyilerdenim	190	20,01	299,43	2	6,722	,035**	1-2
	Orta	312	18,96	261,60				
	Başarısız	49	19,14	276,84				
Ego Yönelimi	En iyilerdenim	190	23,03	299,50	2	6,348	,042**	1-2
	Orta	312	21,92	263,63				
	Başarısız	49	21,82	263,61				

*p < ,01; ** p < ,05 1: En iyilerdenim, 2: Orta düzeydeyim, 3: Başarısız düzeydeyim

Tablo 22’deki Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde, katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları ölçeğinin “Özerklik İhtiyacı”, “Yeterlik İhtiyacı” ve “İlişki İhtiyaçları” alt boyutlarında, sporda görev ve ego yönelim ölçeğinin “Görev Yönelimi” ve “Ego Yönelimi” alt boyutlarında katılımcıların diğer sporculara göre branşındaki performansını değerlendirme durumlarına göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p < ,01; p < ,05). Oluşan bu farklılaşmanın hangi değerlendirme düzeyleri arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre; Türkiye genelinde branştaki durumunu “En iyilerdenim” olarak değerlendiren katılımcıların özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının, branşındaki durumunu “Orta düzeydeyim” olarak değerlendirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca, Türkiye genelinde branştaki durumunu “En iyilerdenim” olarak değerlendiren katılımcıların ilişki ihtiyaçlarının, branşındaki durumunu “Başarısız düzeydeyim” olarak değerlendirenlere göre de istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 22’e bakıldığında, Türkiye genelinde branştaki durumunu “En iyilerdenim” olarak değerlendiren katılımcıların görev ve ego yönelim düzeylerinin, branşındaki durumunu “Orta düzeydeyim” olarak değerlendirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

4. TARTIŞMA

Elit sporcularda hedef yöneliminin, temel psikolojik ihtiyaçlar ile başarısızlık korkusu üzerine etkisinin incelendiği bu çalışmada sporculara ilişkin demografik değerlerden elde edilen verilerin sonucunda ortaya çıkan istaistiği sonuçlar bu bölümde tartışılmak istenmiştir. Demografik değerler ölçeklerin alt boyutlarına göre değerlendirilmiş olup elde edilen sonuçlar üzerinde tartışma sonuç bölümü oluşturulmuştur. Elde edilen sonuçlara bakıldığında ise;

Araştırmaya katılan sporcuların % 68,6' sının erkek, %31,4' ünün ise kadın sporcu olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan sporcuların % 23,6' sının 10-18 yaş aralığında, % 45,7' sinin 1-22 yaş aralığında ve % 30,7' sinin ise 23 yaş ve üzerinde olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan sporcuların % 34,8' inin 1 defa milli oldukları, %18,7' sinin 2 defa milli oldukları, %10,9' unun 3 defa milli oldukları, %8' inin 4 defa milli oldukları ve %27,6' sının da 5 ve üzerinde milli oldukları tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan sporcuların % 15'6 sının uluslararası birinciliğe sahip oldukları, % 27' sinin uluslararası ikinciliğe sahip oldukları ve % 57,4' ünün ise ulusal düzeyde dereceye sahip oldukları tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan sporcuların % 11,1' inin kendilerini spor performansında yetersiz gördükleri, % 57,5' inin kendilerini spor performansında orta düzeyde gördükleri ve % 31,4' ünün ise kendilerini spor performansında ileri düzeyde gördükleri tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan sporcular; Temel Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin “Özerklik İhtiyacı” alt boyutunda “biraz yeterli” “Yeterlik İhtiyacı” alt boyutunda “oldukça yeterli” ve “İlişki İhtiyaçları” alt boyutunda ise “oldukça yeterli” olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara bakıldığında elit sporcuların özerklik ihtiyaçlarının düşük düzeyde olmasının başlıca sebeplerinden birisinin bireysel spor branşlarını yapıyor olabilmelerinden kaynaklanıyor olabileceği düşünülebilir. Vallerand (1997) göre bireylerin performansları ve davranışları ile psikolojik ihtiyaçları arasında ilişkiler vardır. Özerklik kuramına dayalı olarak geliştirdiği modelde Vallerand bu üç temel

psikolojik ihtiyacın kişiler arası farklılık gösteren, farklı kültürlerde farklı şekillerde yer alan, bir dizi davranışa eşlik ederek ortaya çıkabilen yeterlikler olduğunu ifade etmiştir. Mehdi (2014) sporcuların psikolojik yardım arama tutumları, psikolojik ihtiyaçları ve psikolojik uyumlarının spor dallarına göre istatistiksel olarak karşılaştırılması şeklinde yapmış olduğu çalışmada, takım sporları ve dövüş sporları ile uğraşmakta olan öğrencilerin Özerklik ve Yeterlilik ihtiyaç doyumlarının takım sporu yapan sporcularda daha fazla olduğu şeklindedir. Ryan ve Deci (2000) bireyin davranışlarında özerk olmasının içinde bulunduğu çevreden bağımsız bir şekilde olamayacağını, bunun hem mantık hem de toplum içindeki uygulamaları bakımından mümkün olmadığını belirtmektedirler. Fakat Duyan (2014) Dövüş sporcularının kendilerini takım sporcularına kıyasla daha özerk ve yeterli bulmakta olduğu sonucu ulaşmıştır. Ayriyeten Kuru (2003) yaptığı çalışmasında Polis Futbol Milli takımındaki sporcu polislerle, sporcu olmayan polislerin özerklik ihtiyaçlarını incelemiş fakat anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna varmıştır. Bilge (1990), değişik branşlardaki sporcuların psikolojik ihtiyaçlarını tespit etmek amacıyla çalışma yapmış, sonuç olarak; Milli sporcularla milli olmayan sporcuların özerklik ihtiyaçları bakımından farkının olmadığını tespit etmiştir.

Elit sporcuların Yeterlik İhtiyacı ve İlişki İhtiyaçları alt boyutunda ise oldukça yeterli düzeyde olduğu bulgulanmıştır. Bireylerin doğuştan getirilen özerklik, yeterlik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının doyumuyla kişiler her alanda verilen görevlere karşı kendilerini yeterli hissederek özgürce seçimler yapıp çevreyle sağlıklı bir iletişim kurabileceklerdir (Deci ve Ryan, 2000). Reis, Sheldon, Gable, Roscoe ve Ryan, 2000'nin yaptığı araştırmada ise temel psikolojik ihtiyaçlardan özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma ihtiyacının güçlü olan ve tatmini yüksek bireyler kendisiyle barışık, çevresiyle uyum içersin de hayatını sürdürebileceğini belirtmiştir. Çalışmamızda elde edilen bulgulara bakıldığında elit düzeydeki sporcuların özerklik düzeyleri dışında yeterlilik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının yüksek çıkması sporcuların bireysel spor branşları ile iç içe olmasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülebilir.

Performans Başarısızlık Değerlendirme Envanterinin “Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu” alt boyutunda “çok az yeterli”, “Belirsiz Gelecek Korkusu” alt boyutunda “çok az yeterli”, “Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu”

alt boyutunda “biraz az yeterli”, “Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu” alt boyutunda “çok az yeterli” ve “Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu” alt boyutunda ise “çok az yeterli” olarak bulunmuştur. Örneklemimizi oluşturan sporcuların başarısızlık korkusu alt boyutlarına ilişkin toplam puanlara bakıldığından sporcuların kendilerini başarısızlık alt boyutları açısından yeterli görmedikleri sonucuna ulaşılmıştır. Bunun başlı nedenlerinden biriside takım sporu yapan sporculara göre daha çok bireysel yalnızlık nedeniyle yaşıyor olabilecekleri düşünülebilir. Çünkü takım sporu yapan sporcuların başarısızlıkları durumunda takım halinde sonuca katlandıkları için takım oyuncularının motivasyon düzeyleri ve başarısızlıktan korkma durumları daha düşük seviyeler olabileceği düşünülebilir. Elde edilen sonuçların negatif yönlü çıkması bireysel spor branşlarından oluşan sporcu kitlesinden oluşuyor olabileceği düşünülebilir. Yani yapılan bireysel spor branşları bakımından müsabakalarda katılan sporcuların kendileri dışında sadece kendilerinden başka kimsenin olmayışı sporcular açısından başarısızlık korkusuna daha eğilimli olma yolu açıyor olabileceği düşünülebilir. Engür (2011) takım sporlarından görev yapan sporcuların başarısızlık korkunun daha yüksek olduğunu sonucuna ulaşması çalışmamızın sonuçlarına ilişkin ışık tutmaktadır. Engür (2002) yapmış olduğu çalışmada takım sporları yapan sporcuların bireysel spor yapan sporculara oranla başarısızlıktan kaçınma güdüsünün daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Sporda Görev ve Ego Yönelim ölçeğinin “Görev Yönelimi” alt boyutunda “biraz yeterli” ve “Ego Yönelimi” alt boyutunda ise “oldukça yeterli” olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara bakıldığında sonuçların tam ters yönlü çıkması beklenmektedir. Yani elit sporcuların görevi yöneliminin ego yöneliminden daha yüksek olması beklenmektedir. Görev yönelimi yüksek sporcuların başarı odaklı çalışma düzeyleride yüksektir. Duda ve ark. (1995), görev ile ilişkili hedef yöneliminin doyum, hoşlanma, sporla içsel olarak ilgilenme ile pozitif olarak ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Genelde elit sporcularda ego yönelimi ile ilişkili hedef yönelimlerinin yüksek olduğu fakat elit olmayanlar ile amatör sporcularda görev yönelimi ile hedef yöneliminin yüksek düzeyde olmadığını belirtmişlerdir (Duda, 1989; Meece, 1991; Duda and White, 1992). Walling, Duda ve Chi (1993) yaptığı araştırmaya göre, ego yönelimi yüksek olan sporcular, daha başarısız görünmek olasılığı ile görevlere teşebbüste isteksiz olurlar. Bu tür sporcular, kazanmayı veya üstünlüğün sağlanmasını, büyüklük olarak görürler ve kurallara

uymamak pahasına olsa bile kazanmak için yapılması gereken herşeyi yapmak isterler. Elde edilen sonuçlara ilişkin literatürde başarı performansı ile görev ve ego yönelimi açısından irdelenen araştırmalara bakıldığında; uluslararası, ulusal yerel ve okul düzeyinde yarışma odaklı spor yapan sporcuların katıldığı araştırmada görev ve ego yönelimli sporcuların başarı ve başarısızlık anındaki reaksiyonlarının, görev yönelimli sporcuların başarı ve başarısızlık durumlarında etkili olduğunu kanatine varılmıştır (Potgieter and Steyn, 2010). Kocaekşi, görev yönelimi ile performans arasında pozitif bir ilişki olduğu ifade etmiştir (Kocaekşi, 2010: 54). Görev yönelimli davranışa sahip bireylerin, ego yönelimli davranışa sahip bireylere göre daha iyi performans gösterdiği saptanmıştır (Locke and Latham, 1990).

Katılımcıların ego yönelim düzeyleri artıkça “birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkusu” düzeylerinin de arttığı söylenebilir. Ayrıca katılımcıların birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkusu düzeylerinin toplam değişkenliğinin % 0,7’ sinin katılımcıların ego yönelim düzeylerinden kaynaklandığı bulunmuştur. Örnekleme oluşturan elit sporcuların ego yönelimleri artıkça sporcuların kendilerine yönelik kendi öz yargısının değerlendirilmesinden korktukları sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların ego yönelim düzeyleri artıkça ilişki ihtiyacı düzeylerinin de arttığı söylenebilir. Ayrıca katılımcıların ilişki ihtiyacı düzeylerinin toplam değişkenliğinin yaklaşık % 30’ unun katılımcıların ego yönelim düzeylerinden kaynaklandığı bulunmuştur. Ego yönelimi yüksek olan sporcuların kendinlik duygularının yüksek olması, temel psikolojik ihtiyaçlardan olan ilişki kurma ihtiyaçlarında tetiklediği söylenebilir. Bulgularımıza bakıldığında ego yönelimi yüksek olan bireylerinin ilişki kurma ihtiyacı da elde edilen sonuçlara göre yükseldiği görülmektedir. Böyle bir ihtiyacın ortaya çıkmasının başlıca sebeplerinden birisi, sporcuların kendine olan benlik duygusunun yükselmesiyle insanlardan beklentilerinin yüksek olmasından olabileceği düşünülebilir. Çünkü beklenti içinde olan insanlar başkaları ile bağlantılı olma, koruma, sevilme, korunma ve sevme arzusu içindedirler (Sheldon and Eliot, 1999). Bilge (1990), yaptığı araştırmada farklı spor branşlarındaki erkek sporcuların psikolojik ihtiyaçları ölçülmeye çalışılmıştır. Milli sporcular ile Milli olmayan sporcular, takım sporcularıyla uğraşanla ile bireysel sporcuların, psikolojik ihtiyaçlarını araştırılmıştır. Sonuçlara bakıldığında; Milli sporcuların ilişki kurma düzeylerinin sporcu olmayanlardan, daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bayraktar (2007) yapmış olduğu çalışmada yine aynı

sonuçlara ulaşarak milli sporcuların milli olmayanlara göre ilişki ihtiyaçlarının yüksek olduğunu göstermektedir.

Kadınların “belirsiz gelecek” ve “utanç ve mahcubiyet deneyimleme” korkularının erkeklere göre daha düşük olduğu bulunmuştur. Kadınların başarısızlık korkusu ölçeğinin alt boyutlarından belirsiz gelecek kaygıları ve utanç ve mahcubiyet deneyimleme düzeyleri erkeklere oranla ciddi düzeyde düşük görülmektedir. Başarısızlık Korkusunun, Başarı Hedefleri, Utanç ve mahcubiyet ile belirsiz gelecek gibi alt boyutların cinsiyet çalışmalarının başarısızlık korkusu, görev seçimi, görev ve performans gösterme gibi davranışlar üzerinde dolaylı etkilere sahip olduğunu söylenebilir. Bir anlamda, bu korkunun domino etkisi vardır; direkt olarak başarı hedeflerinin uyarlanmasını etkiler ve başarı hedefleri başarı davranışını doğrudan etkiler (Elliot, Henry, Shell and Maier, 2005; Elliot and Church, 1997; Elliot and Sheldon, 1997; Conroy and Elliot, 2005; Elliot and McGregor, 1999). Engür (2011) yapmış olduğu çalışmada Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu alt ölçeği ile cinsiyetler arasında herhangi bir anlamlı ilişki olmamasına karşın erkeklerin daha yüksek ortalama puanlarına sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Elison, Pulos ve Lennon (2006), erkeklerin utanç durumunda daha çok kaçınma davranı gösterdiğini ve kadınların ise daha çok utancı içselleştirme yoluna gittiğini belirtmektedir. Kahraman ve Sungur (2016) ortaokul öğrencilerine yapmış olduğu çalışmada kızlarla erkekler arasından başarısızlık korkusu alt boyutlarından utanç ve mahcubiyet açısından anlamlı fark elde etmiştir. Engür (2011) yapmış olduğu çalışmaya bakıldığında Belirsiz Gelecek Korkusu alt ölçeğinde cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık olmadığını sonucuna ulaşmasına karşın, erkeklerin ortalama puanlarının kadınlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlara bakıldığında elde edilen sonuçlar ile çalışmamızın sonuçlarının örtüştüğü görülmektedir.

Katılımcıların yaşları arttıkça ilişki ihtiyaçlarının, belirsiz gelecek korkularının, utanç ve mahcubiyet deneyimleme korkularının ve görev yönelimlerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bu sonuçlara baktığımızda aynı sonuçların cinsiyet farklılığında da yaşandığını görmekteyiz. Elde edilen sonuçlara göre elit sporcuların yaş değişkeninin önce temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutlarından ilişki ihtiyacı sonrada başarısızlık korkusu alt boyutlarından belirsiz gelecek korkusu, utanç ve mahcubiyet deneyimleme korkuları ile görev yönelimleri tartışılmak istenmiştir. Elit sporcuların

yaşları artkça ilişki ihtiyaçları artma olduğu gör÷lmektedir. Bayraktar (2007) Güreşçilere yönelik yapmış olduğu çalışmaya baktığımızda sporcuların yaşları ilerledikçe ilişki ihtiyacında arttığı sonucuna ulaşmıştır. Atalay (1994) in yaptığı çalışmaya bakıldığında 18-27 yaş aralığında olan bireylerin ilişki ihtiyaçlarının yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sarı, Yenigün, Altıncı ve Öztürk (2011) yılında spor bilimleri öğrencilerine yönelik yapmış oldukları çalışmada ise yaş değişkenin ilişki ihtiyacı açısından önemli bir değişken olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Başarısızlık alt boyutlarındna belirsiz gelecek korkusu ile utanç ve mahcubiyet deneyimleme korkusuna iliikin ise; Yakın zaman da Justin Kim'e (2017) APA yayınlarından Emotion'da yayımlanan bir çalışmada, potansiyel geleceğin belirsizliği ve anlamsal bulanıklığı ile baş eden (bu durum ile başa çıkmak zorunda hissedeni) ve bu gelecek belirsizliğini bir anlamda tehdit gibi gören insanların alışılmadık derecede büyük striatum bölgesine sahip oldukları tespit edildi. Striatum adı ile bilinen bu beyin bölgesi, daha önceki araştırma ve verilere göre hali hazırda genel anksiyete ve anksiyete bozukluğu ile yakından ilişkili olarak tanınmaktadır. American Psychological Association'ın yayımlanan çalışmada Kim'e (2017) göre, bireyin gelecekteki belirsizlik ile başa çıkabilmesi ve bunu bir sorun olarak görmemesi ile beynin belirli bir bölgesindeki gri madde yoğunluğu arasında bir bağıntı bulunmuştur. Başarısızlık korkusu yaşamımızın kaçınılmaz, doğuştan gelen ve bizim için önemli konuları üzerinde ağırlığımızı koyma çabamızın bir parçasını oluşturmaktadır (Vealey, 2008: 2). Weiner'in (1979) belirtildiği gibi istikrarlılığın gelecekteki performansın öncellenebilirliğini, istikrarsızlık ise gelecekteki performansa ilişkin belirsizlik algısını arttırdığı söylemiştir. Weiner, Frieze, Kukla, Reed, Rest ve Rosenbaum (1972) bireylerin başarı ve başarısızlıklarını yetenek, işin güçlüğü, çaba ve şans olmak üzere dört kategoride anlamlandırmış ve bu dört nedensel açıklamayı denetim odağı, istikrarlılık ve kontrol edilebilirlik olarak 3 nedensel boyutta ifade etmiştir. Weiner'a göre bu boyutların; öfke, kendini suçlama, ümitsizlik, acıma, utanç duyma ve gurur gibi duygularla ilişkili olduğunu belirtmiştir. Freud'in (1936) dediği üzere Utanç ve mahcubiyet korkusunun başlıca sebebinin kaygıdan dolayı olduğu ifade etmesi sporcuların kaygı oranlarının yüksek olmasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülebilir. Treasure, Carpenter ve Power'ın (2000) yapmış olduğu çalışmada yaş değişkeninin futbolcular açısından görev yönelimine etkisinin olduğu sonucunu ulaşmışlardır. Sporcuların görev yönelimlerine ilişkin;

Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri öğrencilere yönelik yapılan çalışmada görev ve ego yönelimli hedefler ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Fakat yaş ilerledikçe görev yöneli puanlarının arttığı gözlemlenmiştir (Kaygusuz, Körmükçü ve Adalı, 2016). Üngür ise (2009) profesyonel ve amatör futbolcuların hedef yönelimi ile sporcuların motivasyonel iklim algılarına ilişkin yapmış olduğu çalışmada yaş ile görev yönelimi arasında herhangi bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeylerinin elde edilen millilik sayılarına göre değişmediği bulunmuştur. Elde edilen temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutları sonuçlarına göre; Bilge (1990), değişik branşlar da ki sporcuların psikolojik ihtiyaçlarını ortaya koymak için yaptığı araştırmasında şu sonuçlar ortaya çıkmıştır: Milli sporcularla sporcu olmayanlar arasında psikolojik ihtiyaçlar yönünden önemli fark ortaya çıkmamıştır. Bayraktar (2007) de yapmış olduğu çalışmada milli olan ve olmayan güreş sporcularının psikolojik ihtiyaçlar ile atılganlık düzeylerinin bireysel başarılarına etkisinin olup olmadığına ilişkin yapmış olduğu çalışmada millilik düzeyinin ve milli olmanın temel psikolojik ihtiyaçlar açısından önemli bir değişken olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yine Bayraktar ve Kuru (2007)'nin yapmış ulusal ve uluslararası milli güreş hakemlerine yönelik yapmış oldukları çalışmada katılımcıların yaş değişkeninin temel psikolojik ihtiyaçları arasında bir ilişki olduğu sonucuna varmışlardır. Mevcut çalışmalar ile çalışmamızın sonuçlarının örtüştüğü görülmektedir. Elde edilen başarısızlık korkusu alt boyutları sonuçlarına göre; Dirme'in (2014) farklı liglerde futbol oynayan kadın oyuncularının başarı motivasyonuna ilişkin yapmış olduğu çalışmasından millilik durumunun başarıya yaklaşma ile başarısızlık kaçma güdüsü üzerine herhangi bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Engür (2002) elit sporcuların başarı motivasyonu ile sporcuların durumluk kaygı düzeylerine ilişkin yapmış olduğu çalışmada Dirmen'nin (2014) çalışmasıyla aynı sonuçlara ulaşılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre sporcuların ego ve görev yönelimlerine bakıldığında; Kaygusuz, Körmükçü ve Adalı (2016) yapmış olduğu çalışmaya katılan öğrencilerin görev ve ego yönelimli hedefler ile milli sporculuk durumu değişkeni arasında anlamlı farklı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Toy (2015) tarafından yapılan "Serbest ve Grekoromen Stil Güreşçilerin Hedef Yönelimi ve Yaşam Doyumu İlişkisi" adlı çalışmada serbet stil ve grekoromen alanından milli olan sporcuların millilik durumu ve

millilik sayısının görev ve ego yönelimi üzerinden herhangi bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Elde edilen bu sonuçlar ile çalışmamızın örtüştüğü görülmektedir.

Branşı temassız spor olan katılımcıların “ilişki ihtiyaçları” ve “belirsiz gelecek korku” düzeyleri branşı temassız spor olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara bakıldığında temassız olan spor branşlarının temassız branşlara oranla temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutundan ilişki ihtiyacı ve başarısızlık korkusu alt boyutlarından belirsiz gelecek korkusunun daha yüksek düzeyde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ünlü (2009) beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarına yapmış olduğu çalışmaya bakıldığında branş değişkenine göre psikolojik ihtiyaçları bakımından anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşmıştır. Takım sporları yapan sporcuların bireysel spor branşı yapanlara göre ilişki ihtiyacının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bilge (1990), Milli sporcularla sporcu olmayanlar arasında psikolojik ihtiyaçlar yönünden önemli fark ortaya çıkmamıştır. Takım sporcularıyla bireysel sporcular arasında psikolojik ihtiyaçlar yönünden önemli farklar ortaya çıkmamıştır. Çalışmamızın tersine sonuç elde edildiği görülmektedir.

Eğitim seviyesi “lise” olan katılımcıların yeterlik ihtiyacı düzeyleri, eğitim durumları “lisans” olan katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca eğitim seviyesi “lise” olan katılımcıların belirsiz gelecek korkuları, eğitim durumları “önlisans” olan katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu bulunurken, eğitim durumları “lisans” olan katılımcılara göre ise istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara bakıldığında lise eğitimi alan elit sporcuların lisans eğitimi alan elit sporculara oranla temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutundan yeterlilik ihtiyacının düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yine lise eğitimi alan elit sporcuların lisans eğitimi alan elit sporculara oranla başarısızlık korkusu alt boyutundan belirsiz korkusu bakımından düşük ön lisans eğitimi alan elit sporcular açısından ise yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatür taramalarına baktığımızda eğitimi değişkeninin temel psikolojik ihtiyaçlar açısından çokda önemli olmadığı sonucu ulaşıldığı görülmektedir. Duyan (2014) “Sporcuların Psikolojik Yardım Arama Tutumları, Psikolojik İhtiyaçları ve Psikolojik Uyumlarının Spor Dallarına Göre Karşılaştırılması” adlı çalışmada sporcuların almış olduğu eğitim değişkeninin temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutları bakımından anlamlılık arz etmediği sonucuna ulaşmıştır. Arslanoğlu, Tekin, Arslanoğlu

ve Özmütlu (2010) voleybol hakemlerine yönelik yapmış oldukları çalışmada çeşitli değişkenlere bakımından hakemlerin kaygı ve temel psikolojik durumlarını adlı çalışmalarına bakıldığında Duyan (2004) ile aynı sonuca ulaştığı görülmektedir. Bu sonuçlara baktığımızda çalışmamızla uyuşmadığını da görmekteyiz.

Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeylerinin elde edilen en iyi branş derecelerine göre değişmediği bulunmuştur. Elit sporcuların elde etmiş oldukları sportif başarılarıdaki en iyi dereceler dikkatte alındığından, en iyi sportif dereceyi elde etmenin elit sporcular açısından başarısızlık korkusu ve alt boyutları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve alt boyutları ve bunların dışın sporda görev yönelimi ve ego yönelimi bakımından da herhangi bir anlamlı farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Gelir durumları orta düzey olan katılımcıların gelirler düzeyi yüksek olanlara göre yeterlik ve ilişki ihtiyaçların da düşme olduğu bulunmuştur. Elit sporcuların gelir düzeyi orta veya yüksek düzeyde olduğundan psikolojik açıdan yeterlilik ve ilişki ihtiyacı duydukları söylenebilir. Duyan (2014) “Sporcuların Psikolojik Yardım Arama Tutumları, Psikolojik İhtiyaçları ve Psikolojik Uyumlarının Spor Dallarına Göre Karşılaştırılması” adlı çalışmasında sporcuların gelir değişkeninin temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutları bakımından anlamlılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmamızla paralellik gösterdiği görülmektedir. Fakat Bayraktar’ın (2007) yapmış olduğu çalışmada milli olan ve olmayan “Güreşçilerin Psikolojik İhtiyaçları ile Atılganlık Düzeylerinin Bireysel Başarılarına Etkisi” adlı çalışmasında gelir durumunun temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutları açısından anlamlı farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Kendi spor performansını olumlu yönde gördükçe katılımcıların yeterlik ihtiyaçlarının, ilişki ihtiyaçlarının, görev ve ego yönelimlerinin de arttığı söylenebilir. Takımda elde edilen başarılarında pay sahibi olma duygusu ve bu başarılarında daha fazla söz sahibi olma duygusu sporcuların ego ve görev yönelimli olarak davranmalarına neden olabilir (Kocaekşi, 2010: 103). Kocaekşi’nin de belirttiği gibi sporcunun hem görev hem de ego yöneliminde olması; spor ortamındaki istenen hedefi gerçekleştirme duygusu ve yapılan sporun doğası gereği sonuca birlikte gitme zorunluluğu, sporcuyu aynı anda ego ve görev yönelimli davranmaya da ittiği düşünülmektedir. Görev ve ego yönelimli iki bağımsız boyutun sporcuda; görev yüksek - ego yüksek, görev yüksek -

ego düşük, görev düşük - ego yüksek, görev düşük - ego düşük olması gerektiği ifade edilmiştir. Bu doğrultuda sporcuların görev ve ego yönelimlerine sahip olma derecesi, belli bir yaşantı yoluyla elde edilebileceği düşünülebilir (Toros, 2002: 24-36).

İlgili branşta geçen süre arttıkça katılımcıların da belirsiz gelecek, önemli kişileri hayal kırıklığına uğratma ve önemli kişilerin ilgisini yitirme korkularının da arttığı bulunmuştur. Spor deneyimi artan elit sporcuların belirsiz gelecek, önemli kişileri hayal kırıklığına uğratma ve önemli kişilerin ilgisini yitirme korkusunun arttığı görülmektedir. Performans Başarısızlık Değerlendirme Envanteri'nin alt ölçekleri ile yaş ve deneyim arasındaki ilişki incelendiğinde sadece Önemli Kişilerin ilgisini Yitirme Korkusu alt ölçeğinin, spor deneyimi ile pozitif ve anlamlı bir ilişkisi olduğu belirlenmiştir. Kısaca söylersek deneyim arttıkça Belirsiz gelecek Korkusu'na ait puanlar yükselmektedir. Conroy, Poczwadowski ve Henschen (2001) çalışmasında Başarısızlık Korkusu ile deneyim arasındaki ilişkiye elit deneyim düzeyinde Engür (2011) ise Beden eğitimi spor yüksekokulu öğrencilerine yönelik yapmış olduğu çalışmada daha az deneyimli bireylerin daha farklı yada çeşitli kaynaklar kullanarak başarısızlığı değerlendirebilecekleri öngörüsünde bulunmuş ve bu öngörü çalışmamız sonuçları ile paralellik göstermektedir. Conroy, Dunlap, Clarke ve Alter (2005) rekreasyonel erkek ve kız çocuklarıyla yaptıkları başka bir çalışmada ise bulgularımızın aksine deneyimin artmasıyla Başarısızlık Korkusu'nun azaldığı belirlenmiştir. Sagar, Lavalley ve Spray (2007) genç sporcularda yaptıkları çalışmada ise ergenlerde başarısızlık korkusunun hakemler, antrenörler, aileler, akranlar ve toplum tarafından performanslarının sürekli biçimde değerlendirilmesi sayesinde ortaya çıktığı belirtilmektedir.

Elit sporcuların branşlarına özgü kendilerini nasıl gördüklerine ilişkin yapmış oldukları değerlendirmeye bakıldığında kendini iyi olarak gören elit sporcuların kendinin eşit düzeyde gören sporculara ego, görev yönelimi ile özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde bu demografik değişkene ilişkin herhangi bir sonuç olmaması alana yeni bir değişken sürecinin eklenmesine katkı sunmak olarak görebiliriz.

Diğer sporculara göre branşındaki performansını “daha iyi” olarak değerlendiren katılımcıların özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının, branşındaki performansını “eşit derecede” olarak değerlendirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek

olduğu bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara bakıldığından branşlardaki iyi dereceler sonucunda kendini iyi gören elit sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutlarından özerklik ihtiyacı, yeterlilik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı açısından yüksek olduğu görülmektedir.

Diğer sporculara göre branşındaki performansını “daha iyi” olarak değerlendiren katılımcıların birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkularının, branşındaki performansını “eşit derecede” olarak değerlendirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu bulunmuştur. Yani kısaca kendinin iyi olarak gören elit sporcuların kendi öz-yargı değerinin azaltma korkusundan çokda etkilemediği görülmektedir

Türkiye genelinde branştaki durumunu “En iyilerdenim” olarak değerlendiren katılımcıların özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının, branşındaki durumunu “Orta düzeydeyim” olarak değerlendirenlere göre anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara bakıldığından kişinin kendisini branşında en iyilerden görmesi elit sporcuların temel psikolojik ihtiyaçlar alt boyutlarından özerklik ihtiyacı, yeterlilik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı açısından yüksek olduğu görülmektedir.

Türkiye genelinde branştaki durumunu “En iyilerdenim” olarak değerlendiren katılımcıların ilişki ihtiyaçlarının, branşındaki durumunu “Başarısız düzeydeyim” olarak değerlendirenlere göre de istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Böyle bir sonucun ortaya çıkması beklendik bir durumdur. Çünkü ego yönelimi açısından kişi kendini yeterli görmesi toplumda ilişki kurma becerisinin de gelişmesine neden olacağı bilindiğinden dolayı böyle bir sonucun çıkması genel literatür açısından da normal karşılanmaktadır.

Türkiye genelinde branştaki durumunu “En iyilerdenim” olarak değerlendiren katılımcıların görev ve ego yönelim düzeylerinin, branşındaki durumunu “Orta düzeydeyim” olarak değerlendirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Kendinin branşında en iyilerden gören elit sporcularının kendini branşda orta düzeyde görenlere göre ego ve görev yönelimlerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aslından böyle bir sonucunda bu yönde olması beklenen bir durum olarak görülmektedir. Çünkü kendini en iyilerden gören benliğin görev yönelimi ve özelliklede ego yöneliminin yüksek olması beklenen bir sonuçtur.

5. SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

- Araştırmaya katılan sporcuların % 68,6' sının erkek, %31,4' ünün ise kadın sporcu olduğu tespit edilmiştir.
- Araştırmaya katılan sporcuların % 23'6' sının 10-18 yaş aralığında, % 45,7' sinin 1-22 yaş aralığında ve % 30,7' sinin ise 23 yaş ve üzerinde olduğu tespit edilmiştir.
- Araştırmaya katılan sporcuların % 34,8' inin 1 defa milli oldukları, %18,7' sinin 2 defa milli oldukları, %10,9' unun 3 defa milli oldukları, %8' inin 4 defa milli oldukları ve %27,6' sının da 5 ve üzerinde milli oldukları tespit edilmiştir.
- Araştırmaya katılan sporcuların % 15'6' sının uluslararası birinciliğe sahip oldukları, % 27' sinin uluslararası ikinciliğe sahip oldukları ve % 57,4' ünün ise ulusal düzeyde dereceye sahip oldukları tespit edilmiştir.
- Araştırmaya katılan sporcuların % 11,1' inin kendilerini spor performansında yetersiz gördükleri, % 57,5' inin kendilerini spor performansında orta düzeyde gördükleri ve % 31,4' ünün ise kendilerini spor performansında ileri düzeyde gördükleri tespit edilmiştir.
- Araştırmaya katılan sporcular; Temel Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin “Özerklik İhtiyacı” alt boyutunda “biraz yeterli”, “Yeterlik İhtiyacı” alt boyutunda “oldukça yeterli” ve “İlişki İhtiyaçları” alt boyutunda ise “oldukça yeterli” olarak bulunmuştur.

Performans Başarısızlık Değerlendirme Envanterinin “Birisinin Öz-Yargısını Değerini Azaltma Korkusu” alt boyutunda “çok az yeterli”, “Belirsiz Gelecek Korkusu” alt boyutunda “çok az yeterli”, “Önemli Kişileri Hayal Kırıklığına Uğratma Korkusu” alt boyutunda “biraz az yeterli”, “Utanç ve Mahcubiyet Deneyimleme Korkusu” alt boyutunda “çok az yeterli” ve “Önemli Kişilerin İlgisini Yitirme Korkusu” alt boyutunda ise “çok az yeterli” olarak bulunmuştur.

- Sporda Görev ve Ego Yönelim ölçeğinin “Görev Yönelimi” alt boyutunda “biraz yeterli” ve “Ego Yönelimi” alt boyutunda ise “oldukça yeterli” olarak bulunmuştur.
- Katılımcıların ego yönelim düzeyleri artıkça birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkusu düzeylerinin de arttığı söylenebilir. Ayrıca katılımcıların birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkusu düzeylerinin toplam değişkenliğinin % 0,7’ sinin katılımcıların ego yönelim düzeylerinden kaynaklandığı bulunmuştur.
- Katılımcıların ego yönelim düzeyleri artıkça ilişki ihtiyacı düzeylerinin de arttığı söylenebilir. Ayrıca katılımcıların ilişki ihtiyacı düzeylerinin toplam değişkenliğinin yaklaşık % 30’ unun katılımcıların ego yönelim düzeylerinden kaynaklandığı bulunmuştur.
- Kadınların “belirsiz gelecek” ve “utanç ve mahcubiyet deneyimleme” korkularının erkeklere göre daha düşük olduğu bulunmuştur.
- Katılımcıların yaşları artıkça ilişki ihtiyaçlarının, belirsiz gelecek korkularının, utanç ve mahcubiyet deneyimleme korkularının ve görev yönelimlerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır.
- Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeylerinin elde edilen millilik sayılarına göre değişmediği bulunmuştur.
- Branşı temassız spor olan katılımcıların “ilişki ihtiyaçları” ve “belirsiz gelecek korku” düzeyleri branşı temassız spor olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- Eğitim seviyesi “lise” olan katılımcıların yeterlik ihtiyacı düzeyleri, eğitim durumları “lisans” olan katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu bulunmuştur. Ayrıca eğitim seviyesi “lise” olan katılımcıların belirsiz gelecek korkuları, eğitim durumları “önlisans” olan katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu bulunurken, eğitim durumları “lisans” olan katılımcılara göre ise istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu bulunmuştur.

- Katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçları, performans başarısızlık değerlendirmeleri ve sporda görev ve ego yönelim düzeylerinin elde edilen en iyi branş derecelerine göre değişmediği bulunmuştur.
- Gelir durumları orta düzey olan katılımcıların gelirleri daha da arttıkça yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının da arttığı bulunmuştur.
- Kendi spor performansını olumlu yönde gördükçe katılımcıların yeterlik ihtiyaçlarının, ilişki ihtiyaçlarının, görev ve ego yönelimlerinin de arttığı söylenebilir.
- İlgili branşta geçen süre arttıkça katılımcıların da belirsiz gelecek, önemli kişileri hayal kırıklığına uğratma ve önemli kişilerin ilgisini yitirme korkularının da arttığı bulunmuştur.
- Diğer sporculara göre branşındaki performansını “daha iyi” olarak değerlendiren katılımcıların özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının, branşındaki performansını “eşit derecede” olarak değerlendirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.
- Diğer sporculara göre branşındaki performansını “daha iyi” olarak değerlendiren katılımcıların birisinin öz-yargısını değerini azaltma korkularının, branşındaki performansını “eşit derecede” olarak değerlendirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşük olduğu bulunmuştur.
- Türkiye genelinde branştaki durumunu “En iyilerdenim” olarak değerlendiren katılımcıların özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının, branşındaki durumunu “Orta düzeydeyim” olarak değerlendirenlere göre anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.
- Türkiye genelinde branştaki durumunu “En iyilerdenim” olarak değerlendiren katılımcıların ilişki ihtiyaçlarının, branşındaki durumunu “Başarısız düzeydeyim” olarak değerlendirenlere göre de istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.
- Türkiye genelinde branştaki durumunu “En iyilerdenim” olarak değerlendiren katılımcıların görev ve ego yönelim düzeylerinin, branşındaki durumunu “Orta

düzyeyim” olarak değerlendirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.



6. ÖNERİLER

1- Çalışmamızın elit düzeydeki bireysel sporculara yapılması sonucunda elde edilen sonuçlar bakıldığında farklı sonuçlar ortaya çıktığı görülmektedir. Fakat elit düzeydeki takım sporcuları da dikkate alınarak yapılacak yeni çalışmalar literatüre farklı bir boyut kazandıracığı düşünülebilir.

2- Sporcuların branş farklılıkları dikkate alınarak yapılacak yeni çalışmalar branşlar arasındaki farkın ortaya koyması açısından önemli olacağı düşünülebilir.

3- Amatör sporcular ile profesyonel düzeydeki sporcuların başarısızlık korkusu ego yönelimi ve temel psikolojik ihtiyaçlarının bir arada olduğu yeni bir çalışmanın yapılması literatür açısından önemli olacağı düşünülebilir.

4- Sporda başarısızlık korkusu çalışması özellikle sporcularda nitel çalışma boyutu ile ele alınması çok ciddi verilerin ortaya çıkmasına katkı sunacağı düşünülebilir.

7. KAYNAKÇA

Abele AE, Alfermann D. 2001, **Sport and exercise psychology: Overview. In N. J. Smelser & P. B. Baltes (Editors-in Chief).** International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences, Amsterdam: Elsevier, pp. 14909-14913.

Acer N, Bayar B, Başaloğlu H, Öner E, Bayar K, Sankur S. 2008, **Unbiased estimation of the calcaneus volume using the Cavalieri principle on computed tomography images.** Ann Anat; S. 190, ss. 452-460.

Acer N, Sahin B, Usanmaz M, Tatolu H, Irmak Z. 2008, **Comparison of point counting and planimetry methods for the assessment of cerebellar volume in human using magnetic resonance imaging: A stereological study.** Surg Radiol Anat. S. 30, pp. 335–339.

Ames C, Archer J. 1988, **Achievement goals in the classroom: Students' learning strategies and motivation processes.** Journal of Educational Psychology, 80: pp. 260-267.

Ames, C. 1984, **Competitive, cooperative, and individualistic goal structures: A cognitive-motivational analysis.** Research on motivation in education, 1, pp. 177-207.

Ames, C. 1992, **Achievement goals motivational climate, and motivational processes.** In Roberts, G. C. (Ed.), Motivation in Sport and Exercise pp. 161-176. Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Arıburun B, ve Aşçı FH. 2005, **Amerikan futbolu oyuncularında hedef yönelimi ve algılanan güdüsel iklim.** Spormetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3: s. 111- 114.

Arık, İA. 1996, **Motivasyon ve heyecana giriş.** 1. Baskı, Çantay Kitabevi, İstanbul.

Arslanoğlu E, Tekin M, Arslanoğlu C ve Özmütlu İ. 2010, **Voleybol hakemlerinin çeşitli değişkenlere göre kaygı ve temel psikolojik ihtiyaç düzeylerinin incelenmesi**. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 7(2), 985-995.

Atalay, F. 1994, **Yuva öğretmenlerinin psikolojik ihtiyaç örüntüleri**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Bayraktar G, ve Kuru E. 2007, **Güreş hakemlerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi**. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(1).

Bayraktar, G. 2007, **Güreşçilerin psikolojik ihtiyaçları ile atılganlık düzeylerinin bireysel başarılarına etkisi**. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi. Sağlık Bilimleri.

Berscheid E, and Peplau LA. 1983, **The emerging science of relationships**. In H. H. Kelley, et al., Close relationships (pp. 1-19). New York: Freeman.

Bilge, F, (1990). **'Sporcuların Psikolojik İhtiyaçları'**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Brun AP De, Bakker FC, Oudejans R R D. 2009, **Achievement goal theory and disordered eating: Relationships between female gymnasts' goal orientations, perceived motivational climate and disordered eating correlates**. Psychology of Sport and Exercise, 10: pp. 72-79.

Burton, D, and Naylor S. 2002, **The jekly / hyde nature of goals: revisiting and updating goal-setting in sport**. In. T.S. Horn (Ed.) Advances in Sport Psychology. Champaign, IL: Human Kinetics Books.

Canel, AN. 2007, **Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması**. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi.

Cashmore, E. 2008, **Sport and exercise psychology: key concepts**. Second Edition, Routledge, Abington, Oxon, 175.

Cervello EM, Murcia J A M Coll D G C. 2007, **Young athletes' motivational profiles**. Journal of Sport Science And Medicine, 6(2) pp.172-179.

Chie-Der D, Chen S, Hung-Yu C, Li-Kang C. 2003, **Male and female basketball players' goal orientation, perceived motivational climate, perceived ability and the sources of sport confidence.** The Sport Journal, 6(3), pp. 52-57.

Cihangir Çankayya, Z. 2005, **Öz-Belirleme Modeli: özerklik desteği, ihtiyaç doyumu ve iyi olma.** Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.

Conroy D, Coatsworth DJ, & Fifer AM. 2005, **Testing dynamic relations between perceived competence and fear of failure in young athletes.** Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology, 55(2), pp. 99-110.

Conroy DE, Kaye MP. & Fifer AM. 2007, **Cognitive links between fear of failure and perfectionism.** Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 25(4), pp. 237-253.

Conroy DE, Poczwardowski A, Henschen KP. 2001, **Evaluative criteria and consequences associated with failure and success for elite athletes and performing artists.** Journal of Applied Sport Psychology, 13, pp. 300-322.

Conroy DE, Willow JP, & Metzler JN. 2002, **Multidimensional measurement of fear of failure: the performance failure appraisal inventory.** Journal of Applied Sport Psychology, 14, pp.76-90.

Conroy MA, Dunlap G, Clarke S, & Alter PJ. 2005, **A descriptive analysis of positive behavioral intervention research with young children with challenging behavior.** Topics in Early Childhood Special Education, 25(3), 157-166.

Conroy, DE. 2001a, **Fear of Failure: an exemplar for social development research in sport.** Quest, 53(2).

Conroy, DE. 2001b, **Progress in the Development of a Multidimensional Measure of Fear of Failure: The Performance Failure Appraisal Inventory.** Anxiety, Stress and Coping, 14, pp. 431-452.

Cox, RH. 1995, **Sport psychology: concepts and applications.** Third Edition. Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown.

Craigh, F. 1982, **Coach- athlete interactions and team climate**. Journal of Sport Psychology, 4, 338.

Çam, İ. 1990, **Sporda bir olgu olarak motivasyon ve motivasyonun sportif performans üzerindeki etkileri**. Dokuz Eylül Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir.

Çetinkanat, C. 2000, **Örgütlerde güdülenme ve iş doyumunu**. Ankara: Anı Yayınları.

Deci EL, Ryan RM. 2002, **Handbook of self-determination research**. (Eds.), Rochester, NY: University of Rochester Press.

Deci E, Ryan RM. 1987, **The support of autonomy and the control of behavior**. Journal Of Personality And Social Psychology, 53(6), pp. 1024-1037.

Deci E, Connell J, Ryan R. 1989, **Self determination in a work organization**. Journal of Applied Psychology, 74 (4):580-590.

Deci EL, & Ryan RM. 2000a, **Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being**. American Psychologist, 55(1), pp. 68–78.

Deci EL, & Ryan RM. 2000b, **The “What” and “Why” of goal pursuits**. Human Needs and the Self-Determination of Behavior. Psychological Inquiry, 11.

Deci EL, Ryan R. 1985a, **The general causality orientations scale: self determination in personality**. Journal Of Research On Personality, 19, pp. 109- 134.

Deci EL, Vallerand RJ, Pelletier LG, and Ryan RM. 1991, **Motivation And Education: The Self-Determination Perspective**. Educational Psychologist, 26(3) pp. 4.

Deci EL, ve Ryan R. 1985a, **The general causality orientations scale: self determination in personality**. Journal Of Research On Personality, 19, pp. 109- 134.

Diener, E. 1984, **Subjective well-being**. Psychological Bulletin, 95(3), pp. 542-575.

Diener E, Suh E, & Oishi S. 1997, **Recent findings on subjective well-being**. Journal of Clinical Psychology, 24, pp. 25-41.

Diener E, Suh EM, Lucas RE, ve Smith HL. 1999, **Subjective wellbeing: Three decades of progress.** Psychological Bulletin, 125, pp. 276-302.

Diener, E. 1984, **Subjective well-being.** Psychological Bulletin, 95(3), pp. 42-575.

Dirmen, A. 2014, **Farklı liglerde oynayan kadın futbol takımı oyuncularının başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması.** Yüksek Lisans Tezi. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi.

Doğan, O. 2005, **Spor psikolojisi.** Nobel Kitabevi, Adana; s. 162.

Duda JL, Nicholls JG. 1992, **Dimension of achievement motivation in scholl work and sport.** Journal of Educational Psychology. 3, pp. 290–299.

Duda JL, & Chi L. 1989, **The effect of task and ego involving conditions on perceived competence and causal attributions in basketball.** Makale Uygulamalı Spor Psikoloji Birliği, University of Washington, Seattle, WA.

Duda JL, & White SA. 1992, **Goal orientations and beliefs about the cause of sport success among elite skiers.** The Sport Psychologist, 6, pp. 334-343.

Duda JL, 1994, **White S.: the relationship of gender, level of sport involvoment and participation motivation on task and ego orientation.** International Journal of Sport Psychology.

Duda JL, Chi L, Newton ML, Walling MD, and Catley D. 1995, **Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport.** International Journal of Sport Psychology, 26, pp. 40-63.

Duda JL, Olson L, Templin TJ. 1991, **The relationship of task and ego orientation to sportsmanship attitudes and the perceived legitimacy of injurious acts.** Research Quarterly for Exercise and Sport, 51, pp. 79-87.

Duda JL, White SA. 1992, **Goal orientations and beliefs about the cause of sport success among elite skiers.** The Sport Psychologist, 6, pp. 334-343.

Duda JL. 1989, **Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes.** Journal of Sport and Exercise Psychology, 11(3), pp.318- 335.

Duda JL. 1992, **Motivation in sport setting: A goal perspective approach.** In Roberts, G. C. (Ed.). *Motivation in Sport and Exercise*, Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Duda, J. L. 1998, **Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement: Sport Motivation and Perceived Competence.** Morgantown: Fitness International Technology.

Duda, JL. (1989)b. **Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes.** *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, pp. 318-335.

Duda, JL. 1987, **Toward a developmental theory of children's motivation in sport.** *Journal of Sport Psychology*, 9, pp. 130–145.

Duda, JL. 1989a, **Goal perspectives, participation and persistence in sport.** *International Journal of Sport Psychology*, 20, pp. 42–56.

Duda, JL. 1993, **Goals: A social-cognitive approach to the study of achievement motivation in sport.** In R.N. Singer, M. Murphey & L. K. Tennant (Ed.), *Handbook on Research on Sport Psychology*, New York: Macmillan, pp. 421-436.

Dweck CS, Elliot E. 1983, **Achievement motivation.** In M. Hetherington (Ed.), **Handbook of child psychology: Socialization, Personality and Social Development.** New York: Wiley, pp. 643-691.

Dweck, CS. 1986, **Motivational processes affecting learning.** *American psychologist*, 41(10), pp. 1040.

Elison J, Pulos S, & Lennon R. 2006, **Shame-focused coping: An empirical study of the compass of shame.** *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 34(2), pp. 161-168.

Elliot AJ, Conroy DE. 2005, **Beyond the dichotomous model of achievement goals in sport and exercise psychology.** *Sport and Exercise Psychology Review*, 1: 17-25.

Elliot AJ, McGregor HA. 1999, **Test anxiety and the hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation.** Journal of Personality and Social Psychology, 76, pp. 628– 644.

Elliot AJ, Sheldon KM, & Church MA. 1997, **Avoidance personal goals and subjective well-being.** Personality and Social Psychology Bulletin, 23(9), pp. 915-927.

Elliot AJ, Shell MM, Henry KB, & Maier MA. 2005, **Achievement goals, performance contingencies, and performance attainment: An experimental test.** Journal of Educational Psychology, 97(4), pp. 630.

Elliot ES, Dweck CS. 1988, **Goals: An approach to motivation and achievement.** Journal of Personality and Soscial Psychology, 54 pp. 5-12.

Engür, M. 2002, **Elit sporcularda başarı motivasyonun, durumluk kaygı düzeyleri üzerine etkisi.** Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Engür, M. 2011. **Performans başarısızlığı değerlendirme envanteri ve kendinle konuşma anketi'nin türk sporcu popülasyonu'na uyarlanması ve uygulanması.** Doktora Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psikososyal Alanlar Anabilim Dalı, Ege Üniversitesi

Er N, Çobanoğlu G, Er G, Zekioğlu A, Yazıcılar İ. 2003, **Sporda Başarı Motivasyonunun Cinsiyetler Açısından Analizi.** Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresinde sunulmuş Poster Bildiri, Ankara, 10-11 Ekim 2003.

Eryılmaz, A. 2004, **Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Döneminde Romantik Yakınlığı Başlatmada Algılanan Kontrol.** Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Figueiredo A., Goncalve CE, Silva M J C E, Malina RM. 2009, **Youth soccer players, 11-14 years: Maturity, size, function, skill and goal orientation.** Annals of Human Biology, 36: 1, 60-73.

Flett GL, & Hewitt PL. 2006, **Positive versus negative perfectionism in psychopathology: A comment on Slade and Owens's dual process model.** Behavior modification, 30(4), pp. 472-495.

Flores J, Salguero A, Marquez S. 2008, **Goal orientations and perceptions of the motivational climate in physical education classes among Colombian students.** Teaching and Teacher Education, 24, pp. 1441–1449.

Fox K, Goudas M, Biddle S, Duda JL, Armstrong N. 1994, **Children's task and ego profiles in sport.** British Journal of Educational Psychology, 64, pp. 253-261.

Freud, S. 1936, **The Problem of Anxiety.** New York: Norton.

Gershgoren L, Tenenbaum G, Gershgoren A, Eklund RC. 2011, **The effect of parental feedback on young athletes' perceived motivational climate, goal involvement, goal orientation, and performance.** Psychology of Sport and Exercise, 12, pp. 481-489.

Grolnick WS, Deci EL, Ryan RM. 1997, **Internalization within the family: the self-determination theory perspective.** In J. E. Grusec & L. Kuczynski Eds., Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory 135-161. New York: Wiley.

Guardia J, Patrick H. 2008, **Self- Determination theory as a fundamental theory of close relationships.** Canadian Psychology. 3, pp. 201-209.

Gürsel, F, 2003, **Ortopedik engelli çocuklar ile engelli olmayan çocuklarda farklı hedef belirleme türlerinin dart performansına etkisi ve aynı dönemdeki psişik süreçlerin karşılaştırılması.** Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara.

Hagger M, Chatzisarantis N. 2005, **The social psychology of exercise and sport.** Open University Press. Two Penn Plaza, New York, pp.133.

Hagger MS, Chatzisarantis N L D. 2007, **Intrinsic motivation and self determination in exercise and sport.** Human Kinetics.

Hanin, YL. 2000, **Emotions in sport.** Human Kinetics, Champaign, Il, pp. 157-187.

Hanrahan S, Cerin E. 2009, **Gender level of participation and type of sport: Differences in achievement goal orientation and attributional style.** Journal of Science and Medicine in Sport, 12(1), pp. 508-512.

Hayashi CT, Weiss MR. 1994 **A Cross-cultural analysis of achievement motivation in anglo-american and japanese marathon runners.** International Journal of Sport Psychology, pp. 187.

Hayashi, CT. 1996, **Achievement motivation among anglo-american and hawaiian physical participants: individual differences and social contextual factors.** Journal of Sport and Exercise Psychology. 18, pp.194-215.

İkizler C, Karagözoğlu C. 1997, **Sporda başarının psikolojisi.** Alfa Basımevi, İstanbul: ss. 41-50.

Jackson S, Thomas P, Marsh H, Smethurst C. 2001, **Relationships Between Flow, Self-Concept Psychological Skills, and Performance.** Journal of Applied Sport Psychology, 13, pp. 129-153.

Jagacinski CM, Nicholls JG. 1984, **Conceptions of ability and related affects intask involvement and ego involvement.** Journal of Educational Psychology, 5, pp. 909-919.

Jöesaar H, Hein V, Hagger MS. 2012, **Youth athletes' perception of autonomy support from the coach, peer motivational climate and intrinsic motivation in sport setting: One-year effects.** Psychology of Sport and Exercise, 13. pp. 257-262.

Justin Kim M, Shin J, Taylor J, Mattek A, Samantha C, and Whalen P. 2017, **Intolerance of Uncertainty Predicts Increased Striatal Volume.** Emotion, DOI: 10.1037/emo0000331.

Kahraman N, & Sungur S. 2016, **Adaptation of the performance failure appraisal inventory (PFAI) into Turkish.** Journal of Kirsehir Education Faculty, 17(3).

Kavussanu M, Roberts, GC. 1996, **Motivation and physical activity contexts: the relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and self-efficacy.** Journal of Sport and Exercise Psychology, 18, pp. 264-280.

Kaygusuz Ş, Körmükçü Y, & Adalı H. 2016, **Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin yaşam doyum durumları ile sporda görev ve ego yönelimi durumlarının bazı değişkenler tarafından incelenmesi.** International Journal of Science Culture and Sport, 4 (3).

Keller J, Bless H. 2008, **Flow and regulatory compatibility: An experimental approach to the flow model of intrinsic motivation**. Society for Personality and Social Psychology, 34, pp. 196-209.

Kesici Ş, Üre Ö, Bozgeyikli H, Sünbül A M. 2003, **Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliliği**". VII. Ulusal PDR Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, İnönü Üniversitesi, Malatya.

Kimble, CE. 1990, **Social psychology: studying human interaction**. Dubuque, IA: Wm C Brown.

Kingston KM, and Hardy L. 1997, **Effects of different types of goals on processes that sport performance**. Sport Psychologist. 11. pp. 277–293.

Kocaeşki, S. 2010, **Hentbol bayan milli takımında zaman değişimi ve performansın grup sargınlığı, sportif kendine güven, öz-yeterlik, hedef yönelimi ve yarışma kaygısı üzerine etkisi**, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi.

Konter, E. 1995, **Sporda motivasyon**. Saray Tıp Kitabevi, İzmir.

Kuohsiung C, & Jinghorng L, 2005, **Chinese version of the performance failure appraisal inventory: an exploratory and confirmatory factor analysis** 7(2), pp. 111-23.

Kuru, E. 2003, **Polis Milli Futbol takımında oynayan üst düzey elit sporcu polislerle, spor yapmayan polislerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılaştırılması**, Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 23 (2), pp. 195-220.

La Guardia J, Ryan RM, Couchman C, Deci EL. 2000, **Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being**. Journal of Personality and Social Psychology, 79, pp. 367–384.

Lavallee D, Kremer J, Moran AP, and Williams M. 2004, **Sport psychology: contemporary themes**. Palgrave Macmillan, 119.

Lawrence Ap. The Science of Personality, NewYork: John Willey & Sons: 1996, **Cox rh. sport psychology, concepts and applications**. Second Edition.

Lazarus, RS. 1991, **Emotion and adaptation**. New York: Oxford University Press.

Leak GK, & Cooney RR. 2001, **Self-Determination, attachment styles and well-being in adult romantic relationships**. Representative Research in Social Psychology, 25, pp. 55-62.

Lleras, C. 2005, **Path analysis. encyclopedia of social measurement**. Elsevier Inc., (3) pp. 25-30.

Lochbaum MR, Roberts GC. 1993, **Goal orientations and perceptions of the sport experience**. Journal of Sport and Exercise Psychology, 15, pp. 160-171.

Locke Edwin A, Latham Gary P. 1990, **A theory of goal setting and task performance**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

M. Justin K, Jin S, James Ta, Alison M., Samantha C, and Paul W, 2017, **Intolerance of Uncertainty Predicts Increased Striatal Volume**. Emotion. DOI: 10.1037/emo0000331.

Maehr ML, Braskamp LA. 1986, **The motivation factor: A theory of personal invesment**. Lexington, MA: Lexington Boks.

Mcmanus, SP. 2004, **Relationship between collegiate track runners' achievement goal orientations and perceptions of motivational climate**. Thesis presented to the graduate school of the University of Florida in partial fulfillment of the requirements for the degree of master of science in exercise and sport sciences.

Meece, JL. (1991). **The classroom contest and students' motivational goals**. Advances in Motivational and Achievement, 7, pp. 261-258.

Mehdi, D. 2014, **Sporcuların psikolojik yardım arama tutumları, psikolojik ihtiyaçları ve psikolojik uyumlarının spor dallarına göre karşılaştırılması**. Yüksek Lisans Tezi. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi

Mohanan, SA. 2012, **Cross-Cultural validation of the performance failure appraisal inventory-short form: a malaysian adaptation**. Malaysian Journal of Sport Science and Recreation, Volume 8, 2012, 51-62.

Moran, A. 2004, **Sport and exercise psychology**. A Critical Introduction. New York: Roudledge.

Mungan, S. 1995, **Sporda motivasyon faktörü olarak ödül ve ceza**. Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Murcia JAM, & Marin LC. 2011, **Prediction of fear to err in basketball players through the peer motivational climate and intrinsic motivation**. Revista Mexicana de Psicología, 28(1), pp. 43-52.

Murray, HA. 1938, **Explorations in personality**. New York: Oxford University.

Nicholas, W. (2005). **Elementary school teachers: Job satisfaction and class size**. Unpublished Dissertation. Capelle University

Nicholls JG, Cheung PC, Lauer J, Pastashnick M. 1989, **Individual differences in academic motivation: Perceived ability, goals, beliefs, and values**. Learning and Individual Differences, 1, pp. 63-84.

Nicholls JG, Cobb PC, Yacke E, Wood T, Wheatley G. 1990, **Students' theories about mathematics and their mathematical knowledge: Multipledimensions of assessment**. In G. Kulm (Ed.) Journal for Research in Mathematics Education, 21, pp. 109-122.

Nicholls JG, Patashnick M, Nolen SB. 1985, **Adolescents theories of education**. Journal of Educational Psychology, 77, pp. 683-692.

Nicholls J. G. 1984, **Achievement motivation: Concepts of ability, subjective experience, task choice and performance**. Psychological Review, 91: 329-346.

Nicholls JG. 1984, **Achievement motivation: Concepts of ability, subjective experience, task choice and performance**. Psychological Review, 91, pp. 329–346.

Özer, G. 2009, **Öz-belirleme kuramı çerçevesinde ihtiyaç doyumu, içsel güdülenme ve bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarına etkileri**. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.

Potgieter, Rhena. Delpont Andhendrik. Steyn, B. 2010, **Goal orientation, self-theories and reactions to success and failure in competitive sport**. AfricanJournal for Physical, Health Education, Recreation ve Dance, 16 (4), pp. 635.

Prager, K J.1995, **The Psychology of Intimacy**. New York: The Guilford Press.

Rask K, Astedt-Kurki P, Laippala P. 2002, **Adolescent subjective well-being and realized values**. J Adv Nurs, 38, pp. 254-263.

Reis HT, Sheldon KM, Gable SL, Roscoe J, and Ryan RM 2000, **Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness**. Personality and Social Psychology Bulletin, 26, pp. 419-435.

Roberts GC, Ommundsen Y. 1996, **Effect of goal orientation on achievement beliefs, cognition and strategies in team sport**. Scandinavian Journal of Medicine and Science on Sport, 6, pp. 46 – 56.

Roberts GC, Treasure DC, Conroy DE. 2007, **Understanding the Dynamics of motivation in sport and physical activity: An achievement goal interpretation**. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Ed.), Handbook of Sport Psychology, Third Edition, John Wiley & Sons, pp. 3-10.

Roberts, GC. 1984, **Achievement motivation in children's sport**. In: Nicholls J. Ed. Advances in Achievement Motivation, Greenwich, CT: JAI.

Ruangmanotam, L 2006, **Validation of performance failure appraisal inventory in young thai athletes**. Journal of Sports Science and Technology, 6(1) 77-92.

Ryan RM, & Deci EL. 2000, **Self-Determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being**. American Psychologist, 55, pp. 68-78.

Ryan RM, Brown KW. 2003, **Why we don't need self-esteem: Basic needs, mindfulness, and the authentic self**. Psychological Inquiry, 14, pp. 71- 76.

Ryan RM, Lynch JH. 1989, **Emotional autonomy versus detachment: revisiting the vicissitudes of adolescence and young adult hood**. Child Development, 60, pp. 340-356.

Ryan RM, Sheldon KM, Kasser T, and Deci EL. 1996, **All goals are not created equal: An organismic perspective on the nature of goals and their regulation.** In P. New York: Guilford Press.

Ryan RM. Deci EL. 2000, **Self-Determination Theory and The Facilitation Of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well- Being.** American Psychologist, 55, pp. 68-78.

Sagar SS, & Jowett S. 2010, **Validation of a multidimensional measure of fear of failure in a british sample: the performance failure appraisal inventory (PFAI)** International Journal of Coaching Science 4(1), pp. 49- 63.

Sagar SS, Lavalley D, & Spray CM. 2007, **Why Young Elite Athletes Fear Failure: Consequences of Failure.** Journal of Sports Sciences, 25(11), pp. 1171 – 1184.

Sarı İ, Yenigün Ö, Altıncı EE, & Öztürk A. 2011, **Temel psikolojik ihtiyaçların tatmininin genel öz yeterlik ve sürekli kaygı üzerine etkisi, Sakarya Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü örneği.** Spormetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 9(4), ss. 149-156.

Schmalt, HD. 2005, **Validity of a short form of the achievement-motive grid (amg-s): evidence for the three-factor structure emphasizing active and passive forms of fear of failure.** Journal of Personality Assessment, 84(2), pp. 172–184.

Schouwenburg, H.C.1992, **Procrastinator and fear of failure: an exploration of reasons for procrastination.** European Journal of Personality, 6, 225-236.

Sheldon KM, Elliot AJ, Kim Y, Kasser T. 2001, **What is satisfying about satisfying events? Testing 10 candidate psychological needs.** Journal of Personality and Social Psychology, 80, pp 325-339.

Sheldon KM, Elliot AJ. 1998, **Not all personal goals are personal: Comparing autonomous and controlled reasons as predictors of effort and attainment.** Personality and Social Psychology Bulletin, 24, pp. 546-557.

Sheldon KM, Ryan R, Reis HT. 1996, **What makes for a good day? competence and autonomy in the day and in the person.** Personality and Social Psychology Bulletin, 22(12), pp.1279-1279.

Silva, JM. 2006, **Psychological Characteristics beneficial to a team handball player**. In (Ed) J.Dosil, The Sport Psychologist's Handbook, John Wiley & Sons Ltd, West Sussex, England, pp. 219.

Spanier GB, & Lewis RA. 1980, **Marital quality: A review of the seventies**. Journal of Marriage and the Family, pp. 825-839.

Suls J. Wills, TA. 1991, **Social Comparison: contemporary theory and research**. Hillsdale, NJ: Lawrence-Erlbaum.

Thatcher, J. 2005, **Stress, challenge, and impression management among sports officials**. Sport & Exercise Psychology Review, 1(2).

Thomas, A M S. 2005, **Achievement-goal profiles among elite baseball players**. A Thesis Submitted to the Faculty of The Graduate School at The University of North Carolina at Greensboro in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Master of Science.

Thomassen TO, & Halvari H. 1996, **Achievement motivation and involvement in sport competitions**. Erişim tarihi: 20 Eylül 1999, adres: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov>.

Tiryaki G, Gödelek E. 1997, **Spora özgü başarı motivasyonu ölçeğinin Türk sporcuları için uyarlama çalışması**. 1. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu Bildirileri. 1. Baskı, Bağırhan Yayınevi, Ankara.

Tiryaki, Ş. 2000, **Spor psikolojisi: kavramlar, kuramlar ve uygulama**. Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi.

Toros T, Koruc Z. 2005, **Hedef yönelimleri ve algılanan motivasyonel iklim arasındaki ilişki**. Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 16(3) pp. 135-145.

Toros T, ve Yetim Ü. 2000, **Sporda görev ve ego yönelimi ölçeğinin Türk sporcuları için uyarlama ön çalışması**. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 11-13 Mayıs, İstanbul.

Toros, T. 2001, **Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel (motivasyonel) iklim ve yaşam doyumu**. H.Ü. Spor Bilimleri Dergisi, 13(3), pp. 24-36.

Toros, T. 2001, **Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda, hedef yönelimi ve güdüsel iklim ve hedeflerin özgünlük, güçlük derecesi özelliklerinin yaşam doyumuna etkisi.** Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Toros, T. 2004, **Sporda görev ve ego yönelim ölçeği SGEYÖ-‘nin Türk sporcuları için güvenilirlik ve geçerlik çalışması.** Hacettepe Üniversitesi SporBilimleri Dergisi, 15(3), ss.155–166.

Toros, T. 2005, **Genç basketbolcuların oyunda kalma süreleri ile hedef perspektif yaklaşımı, yaşam doyum ve algılanan motivasyonel iklim arasındaki ilişki.** Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 16(2), ss.50–63.

Toy, AB. 2015, **Serbest ve grekoromen stil güreşçilerin hedef yönelimi ve yaşam doyum ilişkisi.** Yüksek Lisans Tezi. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hitit Üniversitesi.

Treasure DC, Carpenter PJ, & Power KT. 2000, **Relationship between achievement goal orientations and the perceived purposes of playing rugby union for professional and amateur players.** Journal of sports sciences, 18(8), pp. 571-577.

Tuzgöl Dost, M. 2004, **Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri.** Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Türkdoğan, T. 2010, **Üniversite öğrencilerinde temel ihtiyaçlarının karşılanma düzeyinin öznel iyi oluş düzeyini yordamadaki rolü.** Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.

Ülgen, G. 1996, **Eğitim psikolojisi.** Ankara: Lazer Ofset.

Ülgen, G. 1997, **Eğitim psikolojisi, kavramlar, ilkeler, yöntemler, kuramlar ve uygulamalar.** (3. baskı). Ankara: Alkım Yayınevi.

Üngür, G. 2009, **Amatör ve profesyonel futbolcularda hedef yönelimi ve algılanan motivasyonel iklim arasındaki ilişki.** Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İzmir.

Vallerand, RJ. 1997, **Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation.** Advances in Experimental Social Psychology, 29, pp: 271-360.

Van De Pol P K C, Kavussanu M, Ring C. 2012, **Goal orientations, perceived motivational climate, and motivational outcomes in football: A comparison between training and competition contexts.** *Psychology of Sport and Exercise*, 13, pp. 491-499.

Vaughn MJ, & Baier ME. 1999, **Reliability and validity of relationship assesment scale.** *American Journal of Family Theraphy*, 27, pp. 137-148.

Vealey, RS. 2008, **Fear of failure in the context of competitive sport: a commentary.** *International Journal of Sports Science & Coaching*, 3(2).

Walling JL, Chi L, Newton M, Duda MD, Catley D. 1995, **Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport.** *International Journal of Sport Psychology*, 26 pp. 40-63.

Walling MD, Duda JL, & Chi L, 1993, **The perceived motivational climate in sport questionnaire: construct and predicative validity.** *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, pp. 172-183.

Weinberg RS, Gould D. 1995, **Foundations of sport and exercise psychology.** Cahampaing, IL: Human Kinetics, 59-72, pp. 137-160.

Weinberg RS, Gould D. 2014, **Foundationof Sport and Exercise Psychology.** Human pp. 27(4), pp. 203-218.

Weinberg RS, Gould D. 2003, **Foundations of sport and exercise psychology.** Third edition, USA,N.Carolina: Miami UP, pp. 64–66.

Weiner B, Frieze I, Kukla A, Reed L, Rest S, Rosenbaum R M. 1972, **Perceiving the causes of success and failure.** In: Jones E E, Kanouse D E, Kelley H H, Nisbett R R, Valling S, Weiner B Eds. *Attribution: Perceiving the Causes Of Behavior.* Morristown, NJ: General Learning Pres, pp. 95-120.

Weiner, B. 1979, **A theory of motivation for some classroom experiences.** *Journal of Educational Psychology*, 71, pp. 3-25.

Williams GC, Gagné M, Ryan RM, Deci EL. 2002, **Facilitating autonomous motivation for smoking cessation.** *Health Psychology*, 21, pp. 40-50.

Yeltepe, H. 2007, **Spor ve egzersiz psikolojisi.** Epsilon Yayıncılık.

Yetim, Ü. 2000, **Toplumdan bireye mutluluk resimleri**. Bağlam Yayınları.



7. EKLER

EK-1

ÇOK BOYUTLU BAŞARISIZLIK KORKUSU ÖLÇEĞİ: SPORDA BAŞARISIZLIĞI DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

*Bu anketler elit düzeydeki bireysel sporcularımıza uygulanmaktadır. Bu anketlerin değerlendirilmesi sadece bilimsel bir çalışma amacıyla yapılmaktadır. Lütfen anketin üzerine isimlerinizi yazmayınız. Sorulara, içinizden geldiği gibi doğrudan cevap verirsiniz sonuçların tam ve net çıkmasını sağlarsınız. Birinci sayfada kişisel bilgi formunda vereceğiniz cevaplar sizin birey olarak kişisel durumunuzu ve **sporda başarı ve başarısız durumunuzu algılamanızla ilgilidir** . İkinci sayfadaki anket soruları sizin **hedef yöneliminizi ve psikolojik ihtiyaçlarınızı algılama düzeyinizi tespit edecektir** . Samimi ve içten cevaplarınız için teşekkür ederim.*

M.K.Ü.Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu

Öğr.Gör.Ramazan ŞEKER

1. Cinsiyetiniz :

2. Yaşınız :

3. Millilik Sayınız :

4. Branşınız :

5. Eğitim Durumunuz : İlköğretim Lise Önlisans Lisans

6. Branşınızdaki en iyi dereceniz :

7. Gelir Durumunuz : Alt Düzey Orta Düzey Üst Düzey

8. Spor yaşantınızda performansınızı nasıl değerlendiriyorsunuz :

Yetersiz

Orta düzey

İleri Düzey

9. Branşınızı kaç yıldır yapıyorsunuz :

10. Kendi performansınızı branşınızda diğer sporculara göre nasıl buluyorsunuz :

Daha iyi buluyorum Eşit derecede buluyorum
buluyorum

Daha düşük derecede

11. Türkiye genelinde branşınızdaki durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz ?

En iyilerdenim

Orta düzeylerdeyim

Başarısız düzeydeyim

ÇOK BOYUTLU BAŞARISIZLIK KORKUSU ÖLÇEĞİ: SPORDA BAŞARISIZLIĞI DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ	HİÇ KATILMIYORUM	BİRAZ KATILYORUM	KARARSIZIM	GENELLİKLE KATILYORUM	HER ZAMAN KATILYORUM
<i>Bu anket sizin sporculuk yaşantınızdaki başarı ve başarısızlık durumunu algılamanızla ilgilidir. Lütfen ölçek üzerinde ki soruların tamamını sizi en iyi yansıtacak şekilde (Hangi düzeyde katıldığınızı) cevaplayınız.</i>					
1.Sık sık başarısız olduğumda, performans sergileyecek kadar akıllı olmadığımı düşünürüm.					
2.Başarısız olduğumda, geleceğimden kaygı duyarım.					
3.Başarısız olduğumda, başarısızlığım önem verdiğim insanları üzer.					
4.Başarısız olduğumda, yeteneksiz olduğumu düşünürüm.					
5.Başarısız olduğumda, gelecekteki planlarımla değişeceğine inanırım.					
6.Başarısız olduğumda, önem verdiğim insanlar tarafından eleştirilmeyi beklerim.					
7.Başarısız olduğumda, bir daha yeteneğimi yeterince gösteremeyeceğimden korkarım.					
8.Başarısız olduğumda, gelecek planlarım alt üst olur.					
9.Başarısız olduğumda, önem verdiğim insanların güvenini kaybederim.					
10.Başarısız olduğumda, kendimi değersiz hissedirim.					

11.Başarısız olduğumda, insanlar benimle daha az ilgilenir.					
12.Başarısız olduğumda, gelecekteki planlarımın aksamasından(bozulmasından) endişelenmem.					
13.Başarısız olduğumda, insanların bana daha az yardım ettiğini hissedirim.					
14.Başarısız olduğumda, önem verdiğim insanlar mutsuz olur.					
15.Başarısız olduğumda, kendimi kolayca suçlarım.					
16.Başarısız olduğumda, sonucu değiştirmeme geçeceğinden nefret ederim.					
17.Başarısız olduğumda, insanlar beni yalnız bırakma eğilimi gösterirler.					
18.Başarısızlığımı başkalarının görmesi, bana utanç verir.					
19.Başarısız olduğumda, önem verdiğim insanlar hayal kırıklığına uğrar.					
20.Başarısız olduğumda, başarısızlığımın herkes tarafından bilindiğine inanırım.					
21.Başarısız olduğumda, bazı insanlar artık benimle ilgilenmezler.					
22.Başarısız olduğumda, başaramayacağımdan şüphe edenlerin haklı olduğuna inanırım.					
23.Başarısız olduğumda, bazı insanların yanında değerim azalır.					
24.Başarısız olduğumda, başkalarının hakkımda ne düşündükleri beni rahatsız eder.					
25.Başarısız olduğumda, başkalarının gayret göstermediğimi düşünmeleri beni rahatsız eder.					
HEDEF YÖNELİMİ ÖLÇEĞİ					
<i>Bu anket sizin sporculuk yaşantınızdaki emel psikolojik ihtiyaçlarınızı algılamanızla ilgilidir. Lütfen ölçek üzerinde ki soruların tamamını sizi en iyi yansıtıacak şekilde cevaplayınız.</i>	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle
1- Oyun veya beceriyi yapabilen tek kişi ben olduğumda kendimi sporda çok başarılı hissedirim.					

2- Yeni bir beceri öğrendiğimde ve bu beceri bende daha çok uygulama isteği uyandırdığında kendimi sporda çok					
3- Arkadaşlarımdan daha iyi yapabildiğimde kendimi sporda çok başarılı hissederim.					
4- Diğerleri benim kadar iyi yapamadığında kendimi sporda çok başarılı hissederim.					
5- Uygulaması eğlenceli bir şey öğrendiğimde kendimi sporda çok başarılı hissederim.					
6- Benim başarılı, diğerlerinin başarısız olduğunda kendimi sporda çok başarılı hissederim.					
7- Çok deneyerek yeni bir beceriyi öğrendiğimde kendimi sporda çok başarılı hissederim.					
8- Sıkı çalıştığım da kendimi sporda çok başarılı hissederim.					
9- En fazla sayı/ gol/ puan / skor vs. ben yaptığımda kendimi sporda çok başarılı hissederim.					
10- Öğrendiğim bir şey bende daha fazla uygulama isteği uyandırdığında kendimi sporda çok başarılı					
11- En iyi ben olduğum da kendimi sporda çok başarılı hissederim.					
12- Öğrendiğim bir beceriyi gerçekten doğru yaptığıma inandığımda kendimi sporda çok başarılı					
13- Elimden gelenin en iyisini yaptığımda kendimi sporda çok başarılı hissederim.					
TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR ÖLÇEĞİ <i>Bu anket sizin sporculuk yaşantınızdaki temel psikolojik ihtiyaçlarınızı algılamanızla ilgilidir. Lütfen ölçek üzerinde ki soruların tamamını sizi en iyi yansıtacak şekilde cevaplayınız.</i>	Hiç Doğru değil	Doğru Değil	Biraz doğru	DOĞRU	Çok Doğru

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

21- İnsanlar genellikle bana karşı gayet arkadaş canlısıdır.					
--	--	--	--	--	--



8. ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

- **İsim:** Ramazan ŞEKER
- **Doğum Yeri:** Kadirli/Osmaniye
- **Doğum Tarihi:** 05.02.1976
- **Uyruğu:** T.C.
- **Medeni Durumu:** Evli
- **Askerlik Durumu:** Yaptım
- **İletişim:** Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu
SERİNYOL/ANTAKYA
Tel: 0505-640-4342 email: rseker@mku.edu.tr mkuramazanseker@gmail.com

ÖĞRENİM DURUMU

- **İlk Öğrenim**
- : Kadirli Atatürk İlkokulu (1987-1992)
- **Orta Öğrenim:** Kadirli Lisesi (1992-1995)
- **Lisans:** Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu (1999-2003)
- **Yüksek Lisans:** Lise ve üniversite düzeyinde öğrenim gören gençlerin, sporda şiddet ve istenmeyen davranışlara karşı görüşlerinin incelenmesi.(2008-2011)
- **Doktora:** Hitit Üniversitesi Sosyal Bil Enst. Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı
2014-Devam Ediyor.....

İŞ TECRÜBELERİ

- Niğde Valiliği Saruhan Eğitim Uygulama Okulu ve İş Eğitim Merkezi Müdürlüğü (2006-2008)
- Niğde Emniyet Müdürlüğünde Step-Aerobik ve Fitness hocalığı (2007-2009)
- KSU Sağlık Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi (2008-2011)
- MEB Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni (Düziçi ilköğretim okulu) (2011-2012)
- Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu (2012-----)

YABANCI DİL VE DÜZEYİ

- İngilizce (ÜDS:63.75)

KURS VE SERTİFİKALAR

- 1. Kademe Antrenör Belgesi (Atletizm)
- Yardımcı Antrenör Belgesi (Yüzme)
- 1. Kademe Yardımcı Antrenör Belgesi (Step-Aerobik)
- 1.Kademe Basketbol Yardımcı Antrenör Belgesi

BİLGİSAYAR BECERİLERİ

MS Office – Word, Excel, PowerPoint, Outlook, SPSS

