



Research article

The Effect of Imagination Power on Sports Satisfaction of Children Playing Swimming Sports

Erhan NARDEMİR¹, Hanife Banu ATAMAN YANCI²,

² İstanbul Üniversitesi- Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, İstanbul

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 10 December 2021

Received in revised form: 25 December 2021

Accepted: 27 December 2021

Available online: 31 December 2021

Keywords

Sport

Swim

Imagination

Sports Satisfaction

ABSTRACT

In the study, it was aimed to determine the imagination power of children who are in different clubs in Turkey and who are actively doing swimming, and to evaluate the effects on sports satisfaction. Personal Information Form, Hall et al. (2009) and “Athlete Satisfaction Questionnaire” developed by Chelladurai and Riemer (1997) were used. SPSS statistical program was used to analyze the data. The Kruskal Wallis Test was used to find the relationships between the variables, the arithmetic mean and percentage values to determine the demographic distribution, and the Mann Whitney U Test to find the relationship between the demographic data and the questionnaire and scales. In line with the data obtained, no significant difference was found between the age variable of the participants and the sub-dimensions of satisfaction from the athlete satisfaction level, personal performance, team performance, training and training, strategy, personal behavior, academic support services, but a statistically significant difference was found between the team integrity Sub-dimension ($P > 0.05$). When the Imagination sub-dimensions and the sub-dimensions of sports satisfaction are compared, the sub-dimension of the imagination scale, the special cognitive-motivation sub-dimension and the sub-dimensions of the sports satisfaction scale, which are personal performance, team performance, training and education, strategy, personal behavior, satisfaction in academic support services and team The relationship between the cohesiveness sub-dimensions was examined using the Spearman Correlation coefficient. According to the analysis, it was seen that there was a moderate relationship between the sub-dimensions. In this study, which was conducted for children aged between 8 and 12 who are engaged in swimming, it was concluded that dreaming did not change according to the gender, age, school of study, year of involvement in sports and athletic success of the children.

This study was produced from a master’s thesis.

Araştırma makalesi

Yüzme Sporunu Yapan Çocukların İmgeleme Gücünün Spor Tatminine Etkisi

Erhan NARDEMİR¹, Hanife Banu ATAMAN YANCI²,

² İstanbul Üniversitesi- Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, İstanbul

MAKALE BİLGİSİ

Makale geçmişi:

Gönderim: 10 Aralık 2021

Düzeltilme: 25 Aralık 2021

Kabul: 27 Aralık 2021

Online yayınlama: 31 Aralık 2021

Anahtar kelimeler

Spor

Yüzme

Hayal Etme

Spor Tatmini

ÖZET

Çalışmada, Türkiye’de farklı kulüplerde bulunan ve yüzme sporunu aktif şekilde yapmakta olan çocukların hayal etme güçlerini saptayarak, spor tatmini üzerindeki etkilerini değerlendirmek amaçlanmıştır. Çeşitli kulüplerde yüzme sporu ile ilgilenen, yaşları 8-12 arasında değişen 191 sporcu katıldığı çalışmada, Kişisel Bilgi Formu, Hall vd. (2009) tarafından geliştirilmiş olan “Çocuklar İçin Sporda Hayal Etme Ölçeği” (ÇİSHEÖ) ve Chelladurai ve Riemer (1997) tarafından geliştirilmiş olan “Sporcu Tatmin Anketi” kullanılmıştır. Verilerin analizini yapabilmek için SPSS istatistik programı kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkileri bulmak için Kruskal Wallis Testi, demografik dağılımı saptamak için aritmetik ortalama ve yüzde değerleri, demografik verilerle anket ve ölçeklerin aralarında ilişkiyi bulabilmek için de Mann-Whitney U Testi uygulanmıştır. Elde edilen veriler doğrultusunda, katılımcıların yaş değişkeni ile sporcu tatmin düzeyinden kişisel performans, takım performansı, antrenman ve eğitim, strateji, kişisel davranış, akademik destek hizmetlerinden tatmin altboyutları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır fakat takım bütünlüğü altboyutu arasında istatistiksel yönden anlamlı farklılık saptanmıştır ($P>0.05$). Hayal Etme Gücü alt boyutları ile spor tatmininin alt boyutları karşılaştırıldığında hayal etme ölçeği alt boyutu özel bilişsel-motivasyon alt boyutu ile spor tatmini ölçeği alt boyutları olan kişisel performans, takım performansı, antrenman ve eğitim, strateji, kişisel davranış, akademik destek hizmetlerinde tatmin ve takım bütünlüğü alt boyutları arasındaki ilişki Spearman Korelasyon katsayısı kullanılarak incelenmiştir. Yapılan analize göre alt boyutlar arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür. Yüzme sporu ile uğraşan ve yaşları 8-12 arasında değişen çocuklar için yapılan bu çalışmada, hayal etmenin çocukların cinsiyetine, yaşına, öğrenim gördüğü okula, sporla uğraşma yılına ve sportif başarısına göre değişmediği sonucuna varılmıştır.

Bu çalışma yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Giriş

Çağımızın son zamanlarında, uluslararası düzeyde spordaki rekabetin ve öneminin giderek artması, sporcuların performanslarını çok yönlü (psikolojik, fiziksel) bir biçimde geliştirmesi gerektiğinin önemini ön plana çıkarmıştır. Başta fiziksel yönden güçlü olan sporcuların, fiziksel yönden güçlü olmayan sporculardan başarı yönünden daha iyi olacağı görüşü hakimdi. Sonrasında devamlı gelişmekte olan sportif rekabet ortamıyla beraber yalnızca güçlü bir fiziksel yönün başarılı olmada etkili olmayacağını anlayan antrenör ve sporcular tarafından, spor psikolojisinin fiziksel performansa olan katkısının oldukça önemli olduğunu anlaşılmağa başlanmıştır (Karademir ve ark., 2018).

Hayal etme, asıl yaşamların taklit edildiği yaşantı olarak ifade edilmektedir. Kişi imgeleyen olguyu gördüğünü fark edebilmektedir. Gerçek yaşamlar olmadan da tat, koku ve sesleri hayal edebildiğimiz gibi hareketleri de hissedebilmekteyiz (Hall, 2001). Hayal etme genel anlamda güçlü, baskın ve etkin bir duygudur. Tüm duyuları içerebildiği gibi sadece bir veya birkaç duyumu da içerebilmektedir (Konter, 1999). Bu sebeple imgelemenin kişinin gerçek yaşantısına katkısı oldukça fazladır.

İmgeleme, bireyin zihinsel ve fiziksel becerilerinin gelişimine katkıda bulunmaktadır. İmgeleme ile özgüven gelişimi, odaklanma, duygu kontrolü gibi psikolojik düzenlemeler yapılabileceği gibi, yanlışların düzeltilmesi, öğrenilmiş olan becerilerin gelişimine katkıda bulunulması gibi birtakım fiziksel düzenlemeler de yapılabilmektedir. Sporcuların imgelemeden yeterli seviyede faydalanıp başarılı olabilmeleri için zihinlerinde pozitif imgeler oluşturmaları önem arz etmektedir. Çünkü sporcuların kurduğu pozitif imgelemeler, performanslarını da olumlu yönde etkilemektedir (Kızıldağ, 2007).

Psikologların birçoğu, hayal etmenin sporcunun psikolojik yöndeki performansını geliştirmesine katkıda bulunan oldukça önemli bir çalışma olduğunu düşünmektedirler. Literatür incelendiğinde; hayal etmenin hiç antrenman yapmamaktan daha etkin, fiziksel çalışma yapmaktan ise daha az etkin olduğu tespit edilmiştir (Özerkan, 2004).

Tatmin; sporcunun performansı için istediği ile aldığı arasındaki farktır. Aynı zamanda, sporculuk tecrübesi ile ilişkili yapı, süreç ve neticenin kompleks şekilde değerlendirilmesi ile meydana gelen pozitif etkiye de denilmektedir. Sporcu tatmini ise, sporcularla ilişkili olan çevresel, psikolojik, fiziksel etmenler neticesinde oluşmaktadır. Sporcunun tatmin düzeyi, içerisinde yer aldığı spor takımı ve o takımın çevresiyle ilgili düşünce ve hislerinin bir göstergesidir. Sporda tatmin konusu birçok değişkenle birlikte çalışma konusu olarak karşımıza çıkmaktadır. Spor psikolojisinde uzmanlaşan bilim insanları, sporcu tatminini sporcuların yapmış oldukları bir işe sonuç veya öncü olarak dahil etmişlerdir (İnce, 2006).

Ulusal ve uluslararası platformda popülerliği oldukça fazla olan, sağlıklı yaşam, performans, rekreasyon gibi farklı amaçlarla yapılabilen yüzme branşı, birçok kişinin tercih ettiği bir spor dalıdır. Yüzme sporuna erken yaşta başlanması kişinin fiziksel yönden gelişim göstermesi ve yüzme sporundaki yeteneklerinin keşfedilip, geliştirilebilmesi açısından oldukça önemli bir etmenddir. Yüzme sporu kondisyon ve performansın gelişimi açısından ele alındığında, yüzme sporuna katılım gösteren kişilerin teknik, taktik, fiziksel, fizyolojik ve biyomotorik özelliklerinin olumlu yönde gelişim gösterdiği tespit edilmiştir (Işıldak, 2013).

Bu bilgiler doğrultusunda, sporda imgelemenin çocuklara erken yaşlarda kazandırılması, eğitimci ve antrenörlerin bu konu hakkında eğitilmesi büyük önem teşkil etmektedir. Çünkü sporculara hayal etme gücünün erken yaşlarda kazandırılması beraberindeki

sporitif başarılarına pozitif yönde katkıda bulunmasının yanı sıra sporcunun ruhsal, psikolojik ve fiziksel yöndeki gelişimlerine olumlu yönde katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu sebeple çalışmada, Türkiye’de farklı kulüplerde bulunan ve yüzme sporunu aktif şekilde yapmakta olan çocukların imgelemelerinin, spor tatmini üzerindeki etkilerini değerlendirmek amaçlanmıştır.

Yöntem ve Araçlar

Çalışma Grubu

Bu çalışma ilişkisel tarama modelinde olup, çalışmanın örneklem grubunu farklı kulüplerde yüzme sporuyla uğraşan 191 sporcu oluşturmaktadır. Bu örneklem grubunun % 63,2’si “Erkek”, % 36,8’ü “Kadın” sporculardan oluşmaktadır. Deneklerin yaşları 8 ile 12 arasında değişmektedir. %14,7’si “8” yaşında, %22,1’i “9” yaşında, %24,7’si “10” yaşında, %14,2’si “11” yaşında, %24,2’sinin de “12” yaşında olduğu saptanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Çocuklar İçin Sporda Hayal Etme Ölçeği” (ÇİSHEÖ) ve Sporcu Tatmin Anketi’dir.

Sporcu Tatmin Anketi (Athlete’s Satisfaction Scale=ASQ)

Chelladurai & Riemer (1997) tarafından geliştirilen 20 maddelik Sporcu Tatmin Anketi, başta 15 alt ölçek, toplam 56 madde ve 7’li likert skalasından oluşmaktaydı. Daha sonra Chelladurai ve Riemer (1998) tarafından tekrar geliştirilen ölçeğin geçerlilik güvenilirlik çalışması yapılarak 20 maddeye indirilmiş ve 7 alt boyuttan oluşmaktadır. Çalışmada veriler 5’li likert ölçeğine göre hazırlanmış olup sayısal değerleri 1’den 5’e doğru sırasıyla “hiç tatmin etmedi”, “çok az derecede tatmin etti”, “orta derecede tatmin etti”, “tatmin etti”, “çok iyi derecede tatmin etti” şeklinde belirlenmiştir.

Çizelge 1.

Sporcu Tatmin Anketinin Alt Boyutları ve Soruları

Kişisel Performanstan	(1,6, 11, 18)
Takım Performansından	(3, 8, 10)
Antrenman ve Eğitimden	(4, 9)
Stratejiden	(13, 15, 16)
Kişisel Davranıştan	(2, 5, 12, 14, 17)
Akademik Destek Hizmetlerinden Tatmin	(7, 19)
Takım Bütünlüğü	(20)

Çocuklar İçin Sporda Hayal Etme Ölçeği (ÇİSHEÖ)

Çalışmada kullanılan Hall vd. (2009) tarafından geliştirilmiş olan ÇİSHEÖ toplamda beş alt boyut ve 21 maddeden meydana gelmektedir. Ölçek alt boyutları; a) Genel bilişsel boyut (GBB, $\alpha = .62$); katılımcıların yapmış oldukları spor aktivitelerinin genel olarak planlamasını ölçmekte olup 4 maddeden oluşmaktadır. b) Genel motivasyon-canlandırma boyutu (GMCB, $\alpha = .77$) katılımcıların uğraşmış olduğu spor faaliyetinde bir beceriyi gerçekleştirmeden önce yapacağı beceriyi öncesinde hayal etmesini ölçmekte olup 4 maddeden meydana gelmektedir. c) Özel motivasyon boyutu (ÖMB $\alpha = .70$); 4 maddeden meydana gelmektedir. Katılımcıların gerçekleştirdiği spor faaliyetlerinde kendini motive etmesi anlamına gelmektedir. d) Özel bilişsel boyut (ÖBB, $\alpha = .77$); 4 maddeden meydana gelmektedir. Katılımcıların

gerçekleştirdikleri branşın temel tekniklerini yapmadan evvel, yapılacak olan tekniğin hayal edilmesini ölçmektedir. e) Genel motivasyon-üstünlük boyutu (GMÜB, $\alpha = .70$) 5 maddeden meydana gelmektedir. Katılımcıların gerçekleştirdiği sportif faaliyeti yapmadan evvel, yapacağı faaliyeti en iyi biçimde hayal etmesini ölçmektedir.

ÇİSHEÖ' nin geçerliliğine, güvenilirliğine ve Türkçe' ye uyarlanmış analizlerine bakıldığında; ölçeğin uyarlaması sürecinde önemli bir seviye olarak görülen dilsel bütünlük çalışması için ÇİSHEÖ' nin Türkçe ve İngilizce formlarındaki puanları arasındaki ilişki bulunarak, iki formun da puanları arasında yüksek ölçüde tutarlı olduğu görülmüştür.

Tespit edilen bu sonuç ölçeğin Türkçe' ye başarılı bir biçimde çevrildiğini göstermektedir. AFA sonucunda total varyansın %52'sini belirten 3 alt boyutlu yapı bulunmuştur. Alt boyutların altında bulunan maddelerin tamamı asıl formdaki etmenlere uygun biçimde dağılım göstermemiştir. Bu sebeple, birden çok alt boyutun altında bulunan, faktör yük veya madde bırakmalı ilişki değeri .30'ün altında bulunan 6 madde ölçekten çıkarılarak kalan 15 maddeyi ile bir ölçek elde edilmiştir.

Çizelge 2.

Çocuklar İçin Sporda Hayal Etme Ölçeği Alt Boyutları ve Maddeleri

Özel bilişsel-motivasyonel	(1, 9, 2, 3, 10, 11, 4, 12)
Genel bilişsel	(5, 6, 7,)
Genel-motivasyon üstünlük	(18, 19, 20, 21)

Verilerin Analizi

Verileri analizi SPSS istatistik programı ile yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkileri bulmak için Kruskal Wallis Testi, demografik dağılımı saptamak için aritmetik ortalama ve yüzde değerleri, demografik verilerle anket ve ölçeklerin arasındaki ilişkiyi belirleyebilmek için de Mann-Whitney U Testi yapılmıştır. Anlamlılık derecesi $p>0,05$ ve $p>0,01$ olarak alınmıştır.

Bulgular

Tablo 1.

Katılımcıların Sosyo-Demografik Dağılımları

Cinsiyet	Frekans	%
Erkek	120	63,2
Kadın	70	36,8
Toplam	190	100
Yaş		
8	28	14,7
9	42	22,1
10	47	24,7
11	27	14,2
12	46	24,2
Toplam	190	100

<u>Yıl</u>		
1	38	20,0
2	54	28,4
3	39	20,5
4	30	15,8
5	17	8,9
6	12	6,3
Toplam	190	100
<u>Okul</u>		
Devlet	49	25,8
Özel	141	74,2
Toplam	190	100
<u>Sportif Başarı</u>		
Türkiye Derecesi	16	8,4
İl	75	39,5
İlçe	40	21,1
Yok	59	31,1
Toplam	190	100

Tablo 1’de araştırmamızda yer alan katılımcıların cinsiyetlerinin dağılımı bulunmaktadır. Analiz neticelerine göre ankete katılım gösterenlerin % 36,8’i kadın, % 63,2’si erkektir.

Katılımcıların yaşlarına göre dağılımına göre, ankete dahil olanların %14,7’si “8” yaşında, %22,1’i “9” yaşında, %24,7’si “10” yaşında, %14,2’si “11” yaşında, %24,2’sinin de “12” yaşında olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların sporcu olma yıllarına bakıldığında, 1 yıldır yüzen sporcuların %20 ’si, 2 yıldır yüzen sporcuların %28,4’ü, 3 yıldır yüzen sporcuların %20,5’i, 4 yıldır yüzen sporcuların %15,8’i, 5 yıldır yüzen sporcuların %8,9’u, 6 yıldır yüzen sporcuların %6,3’ü, aralığında olan bir dağılıma sahip olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların eğitim gördükleri okul dağılımlarına bakıldığında, ankete dahil olanların %25,8’i devlet okulunda, %74,2’si özel okulda öğrenim görmektedir.

Katılımcıların sportif başarılarına bakıldığında, ankete katılanların %8,4’ü Türkiye derecesine, %39,5’i İl derecesine, %21,1’i ilçe derecesine sahiptir. %31,1’inin hiç bir sportif başarısı bulunmamaktadır.

Tablo 2.

Hayal Etme Gücü Alt Boyutlarının Cinsiyet ve Eğitim Gördüğü Okul Değişkenine Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Altboyutlar	Cinsiyet	N	Sıra	Sıra	U	Z	P
			Ortalaması	Toplam			
Özel Bilişsel-Motivasyonel	Erkek	120	96,00	11520,00	4140,00	-,164	,870
	Kadın	70	94,64	6625,00			
Genel Bilişsel-Motivasyonel	Erkek	120	95,73	11488,00	4172,00	-,077	,939
	Kadın	70	95,10	6657,00			
Genel-Motivasyon üstünlük	Erkek	120	95,01	11401,00	4141,00	-,162	,871
	Kadın	70	96,34	6744,00			
Eğitim							
Özel Bilişsel-Motivasyonel	Devlet	49	90,28	4423,50	3198,50	-,773	,440
	Özel	141	97,32	13721,50			
Genel Bilişsel-Motivasyonel	Devlet	49	86,26	4226,50	3001,50	-1,376	,169
	Özel	141	98,71	13918,50			
Genel-Motivasyon üstünlük	Devlet	49	90,98	4458,00	3001,50	-,671	,502
	Özel	141	97,07	13687,00			

Katılımcıların Hayal Etme Gücü Altboyutlarının cinsiyet ve eğitim gördükleri okul değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık durumunu tespit edebilmek sebebiyle Mann-Whitney U Testi uygulanmıştır.

Test sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyet ve eğitim gördükleri okul değişkenleri ile hayal etme gücü alt boyutları arasında istatistiksel yönden anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. ($0.05 < p$).

Tablo 3.

Hayal Etme Gücü Alt Boyutlarının Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Özel Bilişsel-Motivasyonel Alt Boyutu						
Yaş	N	Sıra Ortalaması	SD	χ^2	P	
8	28	97,79				
9	42	94,33				
10	47	89,17	4	1,572	,814	
11	27	105,41				
12	46	95,83				
Toplam	190					
Genel Bilişsel-Motivasyonel Alt Boyutu						
Yaş	N	Sıra Ortalaması	SD	χ^2	P	
8	28	97,16				
9	42	102,05				
10	47	90,69	4	1,431	,833	
11	27	99,63				
12	46	91,00				
Toplam	190					
Genel-Motivasyon Üstünlük Alt Boyutu						
Yaş	N	Sıra Ortalaması	SD	χ^2	P	
8	28	99,02				
9	42	95,04				
10	47	96,29	4	2,121	,714	
11	27	105,54				
12	46	87,09				
Toplam	190					

Yaş değişkenine göre katılımcıların hayal etme gücü alt boyutlarında bir fark olup olmadığını tespit etmek için Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.

Test sonuçlarına göre katılımcıların yaş değişkeni ile hayal etme gücünün alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($0.05 < p$).

Tablo 4.

Yaş Değişkenine Göre Sporcu Tatmin Düzeyi Dört Alt Boyutunun Kruskal Wallis Testi Sonuçları Testi Sonuçları

Yaş	N	Sıra Ortalaması	SD	χ^2	P
Kişisel Davranış Alt Boyutu					
8	28	112,02			
9	42	86,73			
10	47	86,68	4	6,001	,199
11	27	92,98			
12	46	103,95			
Toplam	190				
Strateji Alt Boyutu					
8	28	105,02			
9	42	80,06			
10	47	92,29	4	5,998	,199
11	27	98,35			
12	46	105,41			
Toplam	190				
Antrenman ve Eğitim Alt Boyutu					
8	28	116,57			
9	42	85,48			
10	47	86,67	4	7,349	,119
11	27	101,07			
12	46	97,58			
Toplam	190				
Takım Bütünlüğü Alt Boyutu					
8	28	114,70			
9	42	76,73			
10	47	91,99	4	10,359	,035
11	27	102,19			
12	46	100,62			
Toplam	190				

Yaş değişkenine göre katılımcıların sporcu tatmin düzeyi kişisel davranış, strateji, antrenman ve eğitim, takım bütünlüğü altboyutlarında anlamlı bir farklılık durumunu belirleyebilmek için Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.

Test sonuçlarına göre katılımcıların yaş değişkeni ile sporcu tatmin düzeyi kişisel davranış, strateji, antrenman ve eğitim altboyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir fakat takım bütünlüğü altboyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. ($0.05 < p$).

Tablo 5.

Yüzme Yılı Değişkenine Göre Hayal Etme Gücü Alt Boyutlarının Kruskal Wallis Testi Sonuçları Testi Sonuçları

Yıl	N	Sıra Ortalaması	SD	χ^2	P
Genel Bilişsel-Motivasyonel					
1	38	101,78			
2	54	86,07			
3	39	97,45			
4	30	103,83	5	7,301	,199
5	17	75,71			
6	12	118,92			
Toplam	190				
Genel-Motivasyon Üstünlük					
1	38	95,37			
2	54	97,30			
3	39	96,17			
4	30	97,70	5	,769	,979
5	17	84,74			
6	12	95,42			
Toplam	190				
Özel Bilişsel-Motivasyonel					
1	38	92,05			
2	54	93,44			
3	39	95,47			
4	30	106,40	5	2,513	,775
5	17	83,94			
6	12	104,92			
Toplam	190				

Yüzme yılı değişkenine göre katılımcıların hayal etme gücünün genel bilişsel-motivasyonel, genel-motivasyon üstünlük ve özel bilişsel-motivasyonel alt boyutlarında anlamlı bir farklılık durumunu belirleyebilmek için Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.

Test sonuçlarına göre katılımcıların yüzme yılı değişkeni ile hayal etme gücünün genel bilişsel motivasyonel, genel-motivasyon üstünlük ve özel bilişsel-motivasyonel alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($0.05 < p$).

Tablo 6.

Yüzme Yılı Değişkenine Göre Sporcu Tatmin Düzeyi Üç Altboyutunun Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Yıl	N	Sıra Ortalaması	SD	χ^2	P
Kişisel Performans					
1	38	92,58			
2	54	92,81			
3	39	96,24			
4	30	93,57	5	1,504	,913
5	17	100,82			
6	12	111,75			
Toplam	190				
Takım Performansı					
1	38	99,53			
2	54	94,81			
3	39	84,64			
4	30	93,85	5	3,283	,656
5	17	108,50			
6	12	106,83			
Toplam	190				
Akademik Destek Hizmetlerinden Tatmin					
1	38	96,63			
2	54	96,92			
3	39	91,08			
4	30	90,78	5	1,028	,960
5	17	100,56			
6	12	104,54			
Toplam	190				

Yüzme yılı değişkenine göre katılımcıların sporcu tatmin düzeyi kişisel performans, takım performansı, akademik destek hizmetlerinden tatmin alt boyutlarında anlamlı bir farklılık durumunu belirleyebilmek için Kruskal Wallis testi uygulanmıştır.

Test sonuçlarına göre katılımcıların yüzme yılı değişkeni ile sporcu tatmin düzeyi kişisel performans, takım performansı, akademik destek hizmetlerinden tatmin alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($0.05 < p$).

Tablo 7.

Spearman Korelasyon Katsayısı Kullanılarak Hayal Etme Gücü ve Spor Tatmini Altboyutları Karşılaştırması

Spearman's Korelasyon Sonuçları (0,05 anlamlılık düzeyinde)		Kişisel Performansından	Takım Performansından	Antrenman ve Eğitimin	Stratejiden	Kişisel Davranıştan	Akademik Destek Hizmetlerinden Tatmin	Takım Bütünlüğü
Özel bilişsel- motivasyon	r	,488*	,476*	,364*	,395*	,458*	,353*	,354**
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
Genel bilişsel- motivasyon	r	,429*	,349*	,311*	,385*	,398*	,321*	,288*
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
Genel-motivasyon üstünlük	r	,469*	,411*	,359*	,359*	,393*	,421*	,295*
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000

Tablo yorumuna geçmeden önce korelasyonun katsayısının gücüyle alakalı aşağıdaki betimlemeler yapılmıştır.

0.00	İlişki Yok
0.01 - 0.29	Düşük Düzeyde ilişki
0.30- 0.70	Orta Düzeyde ilişki
0.71- 0.99	Yüksek Düzeyde ilişki
1.00	Mükemmel ilişki

Korelasyon katsayısının gücüyle alakalı bilgiler ışığında tablo incelendiğinde hayal etme gücü alt boyutları ile spor tatmininin alt boyutları karşılaştırıldığında hayal etme ölçeği alt boyutu özel bilişsel-motivasyon alt boyutu ile spor tatmini ölçeği alt boyutları olan kişisel performans, takım performansı, antrenman ve eğitim, strateji, kişisel davranış, akademik destek hizmetlerinde tatmin ve takım bütünlüğü alt boyutları arasındaki ilişki spearman korelasyon katsayısı kullanılarak incelenmiştir. Yapılan analize göre alt boyutlar arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Hayal etme ölçeği alt boyutu genel bilişsel-motivasyon alt boyutu ile spor tatmini ölçeği alt boyutları olan kişisel performans, takım performansı, antrenman ve eğitim, strateji, kişisel davranış, akademik destek hizmetlerinde tatmin alt boyutları arasında orta düzeyde bir ilişki takım bütünlüğü alt boyutu arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Hayal etme ölçeği alt boyutu genel-motivasyon üstünlük alt boyutu ile spor tatmini ölçeği alt boyutları olan kişisel performans, takım performansı, antrenman ve eğitim, strateji, kişisel davranış, akademik destek hizmetlerinde tatmin alt boyutları arasında orta düzeyde bir ilişki takım bütünlüğü alt boyutu arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, Türkiye’de çeşitli kulüplerde yüzme sporu yapan çocukların hayal etme gücü belirlenerek; spor tatmini üzerine olan etkileri değerlendirilmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların %63,2’si “erkek” ve %36,8’i “kadın” olup, %20,0’si 1 yıldır, %28,4’ü 2 yıldır, %20,5’i 3 yıldır, %15,8’i 4 yıldır, %8,9’u 5 yıldır, %6,3’ü ise 6 yıldır yüzen çocuklardan oluşmaktadır.

Araştırmaya katılanların %25,8’i devlet okulunda, %74,2’si özel okulda öğrenim görmekte olup, %8,4’ü Türkiye derecesine, %39,5’i İl derecesine, %21,1’i ilçe derecesine, sahiptir. %31,1’inin hiçbir sportif başarısı bulunmamaktadır

Katılımcıların hayal etme gücü alt boyutlarının cinsiyet, eğitim gördüğü okul ve yaş değişkenlerine göre anlamlı farklılık durumunun analizleri yapılmıştır. Test sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyet, eğitim gördüğü okul ve yaş değişkenleri ile hayal etme gücü alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Erdem (2021), farklı bireysel spor branşlarında bulunan sporcuların imgeleme düzeylerini incelediği çalışmasında, sporda imgeleme envanteri alt boyutlarında yaş değişkeni ile imgeleme düzeylerinin ilişkisine baktığında, yalnızca motivasyonel genel uyarılmışlık alt boyutunda, 25 yaş ve üzeri sporcularda anlamlı bir farklılık bulmuştur. Cinsiyet değişkeni ile imgeleme düzeyleri arasında ise anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Cinsiyet faktörü açısından çalışmalarımız benzerlik göstermektedir.

Tekin (2018), yapmış olduğu çalışmasında sporcuları yaş değişkenine göre karşılaştırdığında, yalnızca motivasyon özel imgeleme alt boyutunda anlamlı farklılık tespit etmiştir.

Ramezani (2009), amatör ve profesyonel olan voleybol oyuncularına yapmış olduğu çalışmasında, antrenmanlarda imgeleme ile birlikte sporcularda özgüvenlerinin ve bireysel hareket düzeylerinin arttığını gözlemleyerek, her iki grupta da verimliliğin gözle görülür düzeyde artış gösterdiğini tespit etmiştir.

Kızıldağ (2007), farklı spor branşlarına sahip sporcular ile yapmış olduğu çalışmasında erkek ve kadın sporcuların motivasyonel özel hayal etme, motaivasyonel genel uyarılmışlık ve bilişsel hayal etme alt boyutlarındaki ortalama puanlar arasında anlamlı farklılık bulmuştur.

Short (2005), yüzme sporcuları üzerine yapmış olduğu çalışmasında, sporcuların beş alt boyuttan en fazla motivasyonel genel ustalık alt boyutunu kullandıklarını ve bu alt boyutta bulunan maddelerde kendilerini daha güvenli bulduklarını saptamıştır.

Salmon vd. (1994), futbolcular üzerine yapmış oldukları çalışmada imgelemenin bilişsel ve motivasyonel fonksiyonunu test etmeyi amaçlamışlardır. Araştırma sonucunda futbolcuların en fazla motivasyonel boyutu kullandıklarını saptamışlardır.

Liu (1999), voleybolcular üzerinde grup halinde ve bireysel olarak imgelemenin etkilerini amaçladığı çalışmasında, bireysel ve grup olarak imgeleme arasında anlamlı farklılıklar bulmuştur. Çalışmaya bireysel olarak katılanların bireysel yeteneklerini, grup olarak katılanların ise gruptaki kişiler arası iletişimini geliştirmiş olduklarını bulmuştur.

Çalışmada yaş değişkenine göre katılımcıların sporcu tatmin düzeyi kişisel davranış, strateji, antrenman ve eğitim, takım bütünlüğü alt boyutlarında bakılmıştır.

Test sonuçlarına göre katılımcıların yaş değişkeni ile sporcu tatmin düzeyi kişisel davranış, strateji, antrenman ve eğitim alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir fakat takım bütünlüğü alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. ($0.05 < p$).

Şirin vd. (2016), güreş şampiyonasına katılmış olan sporcuların sosyodemografik özellikleri ile sporcu tatmin ilişkisini incelediği çalışmasında, yaş faktörüne göre sporcu tatmin düzeyinde anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Türksoy (2008) da futbolcular ile ilgili yapmış olduğu çalışmasında yaşa göre anlamlı bir farklılık bulamamıştır.

Sporcuların, spor yapma yılı değişkeni ile hayal etme gücü alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Erdoğan (2009), bireysel ve takım sporu ile uğraşan sporcularla ilgili yapmış olduğu çalışmasında spor yaşı ile sporda hayal etme puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulamamıştır.

Ağılönü (2003), farklı spor branşlarıyla ilgilenen sporcuların imgeleme ve problem becerilerini incelediği çalışmasında hayal etme alt boyutlarından motivasyonel özel imgeleme ve bilişsel imgeleme değerleri ile spor yapma yılı arasında pozitif yönde, cinsiyet faktörü ile motivasyonel genel imgeleme değerleri arasında da negatif yönde bir ilişki tespit etmiştir.

Yüzme yılı değişkenine göre katılımcıların sporcu tatmin düzeyi kişisel performans, takım performansı, akademik destek hizmetlerinden tatmin alt boyutlarında bir fark olup olmadığına bakılmıştır. Test sonuçlarına göre katılımcıların yüzme yılı değişkeni ile sporcu tatmin düzeyi kişisel performans, takım performansı, akademik destek hizmetlerinden tatmin alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($0.05 < p$).

Hayal etme gücü alt boyutları ile spor tatmininin alt boyutları karşılaştırıldığında hayal etme ölçeği alt boyutu özel bilişsel-motivasyon alt boyutu ile spor tatmini ölçeği alt boyutları olan kişisel performans, takım performansı, antrenman ve eğitim, strateji, kişisel davranış, akademik destek hizmetlerinde tatmin ve takım bütünlüğü alt boyutları arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan analize göre alt boyutlar arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Hayal etme ölçeği alt boyutu genel bilişsel-motivasyon alt boyutu ile spor tatmini ölçeği alt boyutları olan kişisel performans, takım performansı, antrenman ve eğitim, strateji, kişisel davranış, akademik destek hizmetlerinde tatmin alt boyutları arasında orta düzeyde bir ilişki takım bütünlüğü alt boyutu arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Hayal etme ölçeği alt boyutu genel-motivasyon üstünlük alt boyutu ile spor tatmini ölçeği alt boyutları olan kişisel performans, takım performansı, antrenman ve eğitim, strateji, kişisel davranış, akademik destek hizmetlerinde tatmin alt boyutları arasında orta düzeyde bir ilişki takım bütünlüğü alt boyutu arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Elçi vd. (2013), yapmış olduğu “İmgeleme Çalışmasının 9–13 Yaş Yüzme Sporcularında Beceri Gelişimine Etkisinin İncelenmesi” adlı çalışmasında, bizim çalışmamıza

benzer sonuç olarak imgeleme çalışmasının 9-13 yaş arası sporcularda beceri gelişimine anlamlı düzeyde etkili olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Bu çalışmada, Türkiye’de çeşitli kulüplerde yüzme sporunu yapan çocukların hayal etme gücünü belirleyerek; spor tatmini üzerine olan etkileri değerlendirilmiştir. Yüzme sporunda hayal etmenin performans etkisi çok fazladır (Short, 2005). Fakat yüzme sporu ile uğraşan çocuklar için yapılan bu çalışmada, hayal etmenin çocukların cinsiyetine, yaşına, öğrenim gördüğü okula, sporla uğraşma yılına ve sportif başarısına göre değişmediği sonucuna varılmıştır. Bunun nedeni 8-12 yaş çocukların somut işlemler döneminde olmasıdır. Somut işlemler dönemi, çocuk tarafından gözlenebilen gerçek olaylara yöneliktir. Çocuklar somut olduğu müddetçe kompleks problemleri çözebilmekte olup; soyut kavramları ise, çevresini model alarak yerinde kullanabilmelerine rağmen anlamlarını açıklamakta güçlük çekmektedirler.

Bu dönemde çocuklarda idealler, fikirler, değerler ve inançları gelişmeye başlamamıştır. Çocukların yorumlama ve çıkarım yapma becerileri yine bu dönemde gelişim göstermektedir. Bu özellikten dolayı hayal güçlerini gerçek bir zemine oturtamazlar ve bu sebepten gerçeküstü kurulan bu hayaller yaşanılacak olan tatmini de etkilemeyecektir. Bu sebeple bu yaş grubunda spor tatmininin hayal etmeye etkisi çok görülmediği düşünülebilir.

Yaş aralıkları arttıkça çocuklar soyut düşünme becerilerini geliştirmektedirler. Yaş değişkenine göre spor tatmini alt boyutlarından takım bütünlüğü alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Sporcuların yaşlarının büyümesi ile takım bütünlüğünün farkına varmaları sporcuların yaptıkları sporda tatmin düzeylerini yükseltmiştir. Bu durum, antrenörler açısından tüm seviyedeki sporcular için performans destek olan ve etkileyen mental bir antrenman aracı olarak kabul edilmektedir (Munroe-Chandler & Hall, 2007).

Sonuç olarak; bu yaş grubunda çalışmaların yetersiz olduğu görülmektedir. 8-12 yaş grubundaki çocuklarda çalışmaların gerekliliği görülmektedir. Çünkü sporla ilişkili hareket becerilerinin gelişim döneminde olan çocukların, spor branşlarına yönlendirildiği bu dönem önemlidir ve sportif başarının üst seviyede değer gördüğü bir çerçevedir. Spor tatmininin yaşandığı, gelecekle ilgili hayallerin başlangıç seviyesidir. 14 yaş ve üstü bu hayalleri gerçeklik üzerine inşa edebilir. Soyut düşüncenin henüz gelişmemiş olduğu 8-12 yaş döneminde sonucumuzun orta düzeyde anlamlı çıkması, yaş gruplarının aralığından kaynaklanmaktadır.

Hayal etme kavramı ve spor tatmini ile ilgili bundan sonra yapılacak çalışmalara kaynaklık edeceği düşünülen bu araştırma, daha büyük yaş grupları ile tekrar edilebilir. Fiziksel çalışmaların yanında zihinsel çalışmaların da öneminin gittikçe arttığı günümüzde farklı disiplinleri içine alarak, özellikle çocukların motor beceri gelişimlerinin etkili olduğu sportif performansın nasıl daha çok üst düzeye taşınabileceği konusunda farklı araştırmalar ile somutlaştırılabilir.

Kaynakça

- Ağılönü, Ö. (2013). Farklı Spor Branşlarıyla Uğraşan Sporcuların Hayal Etme ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Muğla.*
- Elçi, G., Ağbuğa, B., Işık, U. ve Öztıp, E. (2013). İmgeleme Çalışmasının 9-13 Yaş Yüzme Sporcularında Beceri Gelişimine Etkisinin İncelenmesi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(3).
- Erdem, A. (2021). Farklı Bireysel Spor Branşlarındaki Sporcuların İmgeleme Biçimlerinin İncelenmesi. (Master's thesis, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Erdoğan, P. D. (2009), “Bireysel ve Takım Sporlarıyla Uğraşan Sporcuların Hayal Etme ve Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması”, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor A.B.D., Yüksek Lisans Tezi, Sakarya.
- Hall, C.R., (2001), “Imagery in sport and exercise. In: Handbook of Research on Sport Psychology”, (2nd Ed.). R N. Singer, HA. Hausenblas (Eds.) New York, John Willy& Sons, 538.
- Işıldak, K. (2015). 12-15 Yaş Arasındaki Elit Yüzücülerde Dönemlik Antrenmanların Bazı Antropometrik, Fizyolojik ve Biyomotorik Özelliklerin Gelişimine Etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Isparta, Türkiye.*
- İnce, P. (2006). Antrenör Davranışları ve Sporcu Doyumu: Ölçek Geliştirme ve Uyarlama Çalışması. *Celal Bayar Üniversitesi. Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Bilim Dalı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Manisa.*
- Karademir, T., Türkçapar, Ü., Mahmut, A. Ç. A. K. ve Eroğlu, H. (2018). Bireysel ve Takım Spor ile Uğraşan Sporcularda Hayal Etme Biçimlerinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(3), 92-102.
- Kızıldağ, E. (2007). Farklı Spor Branşlarındaki Sporcuların İmgeleme Biçimleri. *Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü (Doctoral dissertation, Yüksek Lisans Tezi, Mersin).*
- Konter, E., (1999), “Uygulamalı Spor Psikolojisinde Zihinsel Antrenman”, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Liu, C. K. (1999). The effect of group imagery training on special skills for volleyball, asian-elite level athletes; A case study. *The Sport Psychologist*, 5(2), 67-75.
- Munroe-Chandler KJ. & Hall CR. (2007). Psychological interventions in sport. In P. Crocker (Ed.), *Introduction to sport psychology: A Canadian perspective* (pp. 184–213). Toronto, ON: Pearson.
- Özerkan, K. N., (2004), “Spor Psikolojisine Giriş”, Nobel Yayın Dağıtım, s.83, Ankara.
- Ramezani N., Hoseyni, M., (2009), “The Relationship Between Team Cohesion Collective-Efficacy and Performance on Professional Volleyball Team”, *Brazilian journal of Biomotrcity*.V3, nh. Pp:31-39.
- Salmon, J., Hall, C., & Haslam, I. (1994). The use of imagery by soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 6(1), 116-133.
- Short, E.S., Tenute, A., Feltz, D.L., (2005), “Imagery Use in Sport: Mediational Effects for Efficacy”, *Journal Of Sports Sciences*, September.
- Şirin, Y., Bilir, P., Günseli, Ö. Z., & Sangun, L. (2016). Üniversiteler Arası Türkiye Güreş Şampiyonasına Katılan Sporcuların Demografik Özelliklerine Göre Sporcu Tatmin Düzeylerinin Belirlenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 113-119.

- Tekin, M. (2018). Okçuların imgeleme becerileri ile dikkat ve performans düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Master's thesis, Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,).
- Türksoy, A. (2008). Futbolda Sporcu Tatmini ile Antrenörlerden Beklenen ve Gerçekleşen Liderlik Davranışlarının Tespiti. Marmara Üniversitesi. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayınlanmış Doktora Tezi, İstanbul (Danışman: Prof. Dr. Müslim Bakır).