

Mücadele Sporlarında Sporcuların Boş Zaman Motivasyon Düzeylerinin Araştırılması

Gamze GÜNEY 

DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1203032>

ORJİNAL ARAŞTIRMA

Ardahan Üniversitesi,
Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu,
Ardahan/Türkiye

Özet

Bu çalışmanın amacı mücadele sporlarında sporcuların boş zaman motivasyon düzeylerinin araştırılmasıdır. Motivasyonun insanların yapacak faaliyetler kapsamında başarılı olabilmeleri adına yapabilecekleri işleri içten ve istekli olarak gerçekleştirmesidir. Toplam 293 mücadele sporcusuna boş zaman motivasyon anketi uygulanmıştır. İstatistiksel işlemlerde t-testi, tek yönlü varyans analizi ve LSD testleri yapılmıştır. Cinsiyete göre mücadele sporcularında boş zaman motivasyon alt ölçeklerinde motivasyonsuzluk, bilme ve başarıma, uyarın yaşama, özdeşim ve dışsal düzenleme arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Erkeklerin puanları motivasyonsuzluk hariç kadınlardan daha yüksektir. Branşlara göre mücadele sporcularında boş zaman motivasyon alt ölçeklerinde motivasyonsuzluk, bilme ve başarıma, uyarın yaşama, özdeşim ve dışsal düzenleme arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Bu çalışmada yaşanan yere göre boş zaman motivasyon ölçek puanları karşılaştırılmasında Bilme başarıma alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık varken ($p<0,05$), motivasyonsuzluk, uyarın yaşama, özdeşim ve dışsal düzenleme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Değişik branşlardaki mücadele sporcularının boş zaman motivasyon durumları arasında farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yine boş zaman motivasyon farklılığı cinsiyete ve mücadele edilen spor türüne göre değişirken yaşanan yere göre değişmemiştir. Farklı branşlarda mücadele sporu yapan sporcuların boş zaman motivasyon durumları değişik aralıklarla izlenmelidir. Özellikle motivasyonsuzluk puanları düşürülmeli ve dışsal düzenleme motivasyon durumları konusunda desteklenmelidirler.

Sorumlu Yazar: Gamze
GÜNEY
gamzeguney@ardahan.edu.tr

Anahtar kelimeler: Güreş, Judo, Tekvando, Motivasyon, Boş Zaman

Investigation of Leisure Motivation Levels of Athletes in Combat Sports

Abstract

The aim of this study is to investigate the leisure motivation levels of athletes in combat sports. Motivation is the sincere and willingness of people to do the things they can do in order to be successful within the scope of the activities to be done. Leisure motivation questionnaire was applied to 293 combat athletes in total. In statistical operations, t-test, one-way analysis of variance and LSD tests were performed. A significant difference was found between amotivation, knowing and achieving, stimuli, identification and external regulation in the leisure time motivation subscales of combat athletes according to gender ($p<0.05$). Men's scores are higher than women's except for lack of motivation. A significant difference was found between amotivation, knowing and achieving, stimuli, identification and external regulation in the leisure time motivation subscales of combat athletes according to the branches ($p<0.05$). In this study, when comparing leisure time motivation scale scores according to the place of residence, there was a statistically significant difference in the achievement sub-dimension of knowing ($p<0.05$), while there was no significant difference in the sub-dimensions of amotivation, stimulus, identification and external regulation ($p>0.05$). . It has been determined that there is a difference between the leisure time motivation status of the combat athletes in different branches. Again, while the difference in leisure motivation differed according to gender and type of sport, it did not change according to the place exceeded. The leisure time motivation status of the athletes engaged in combat sports in different branches should be monitored at different intervals. In particular, amotivation scores should be reduced and they should be supported in external regulation motivation situations.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
10.11.2022

Kabul Tarihi:
16.12.2022

Online Yayın Tarihi:
23.12.2022

Keywords: Wrestling, Judo, Taekwondo, Motivation, Leisure Time

Giriş

Motivasyon, "movere" ve "motive" kelimelerinden türetilir. Türkçede karşılığı güdü ve saikler olarak görülür. Saik kelimesi Osmanlıca'da "memur" veya "harekete geçirici" anlamına gelmektedir (Acar, 2011). Motivasyon İnsanların davranışlarını, isteklerini ve ihtiyaçlarını açıklamak için kullanılan bir ifadedir (Seker, 2015). Motivasyon, bir aktiviteyi başarılı bir şekilde gerçekleştirmek için yapılması gerekenlerin samimi ve arzulu bir şekilde gerçekleştirilmesidir. Motivasyon, insanları hedefleri için harekete geçmeye ve duygusal tatmin yaşamaya teşvik eder (Yaman, 2017). Sporda üst düzey performansta en önemli faktörler genetik, antrenman ve psikolojik faktörlerdir. İkinci önemli olanı, orta derecede etkisi olan sosyo-kültürel ve diğer ilgili faktörlerdir. Başarılı performans gösteren sporcular özellikle durumları ve motivasyonları hakkında daha olumlu düşüncelere sahiptirler (Aydoğdu vd., 2018). Bir kişiyi belirli davranışlara yönlendiren tüm içsel durumlara motivasyon denir. Motivasyon, bireyleri belirli durumlarda belirli eylem biçimlerine yönlendiren tüm faktörlerdir (Konter, 1998 ve Güney, 2000). En geniş anlamı ile motivasyon, insanı davranışa iten, bu davranışların düzeyini ve enerji durumunu belirleyen, davranışlara belirli bir hedef gösteren ve amacın ve bunların işleyiş durumlarının devamlılığını gerçekleştiren çeşitli iç ve dış nedenleri içerir (Aras vd., 2022). İnsan varlığını sürdürme hareketlerinin nedeni biyolojik dürtülerdir (yeme, içme ve uyuma gibi içgüdüler) biyolojik motivasyondur. Sosyal güdüler, insanların toplumla ilişkilerini kendi bedenleri ve sağlıkları için rahatsızlık yaratmayacak ve çatışmaya neden olmayacak şekilde sürdürebilmeleri için yaptıkları davranışlarda oldukça etkilidir (Başer, 1998). Motivasyon, insanların başarılı olmalarına ve kişisel doyuma ulaşmalarına yardımcı olmaktır (Coleman ve Barries, 2000). Zeka ve yetenekler, insan kişilik durumu, bedensel faktörler, geçmiş deneyimler ve çevresel etkiye sahip birçok faktör gibi faktörler motivasyon kavramı içinde ele alınmaktadır (Ünsal, 2012). Motivasyon, öğrenmeyi kolaylaştırması ve başarıyı etkilemesi nedeniyle kişilerde çok önemlidir (Demir ve Budak, 2017).

Bir insanı başarıya götüren birçok faktörden biri motivasyondur. Genel ve özel bir spor motivasyonu vardır. Sporda motivasyon genel ve özel spor motivasyonu olarak ikiye ayrılır (İkizler ve Karagözoğlu, 1997; Deci ve Ryan, 1985). Genel spor motivasyonu, spor motivasyonunu destekleyen ihtiyaçları gösterir. Bunlar ruhsal ve toplumsaldır. Özel spor motivasyonu biyolojiktir. Bunun nedeni oyun oynayarak ve hareket ederek, yüksek fitness kapasitesine sahip olmak, güçlü ve dinç olmaktan, sağlıklı olmaktan kaynaklanan rahatlama güdüsüdür (Başer, 1998). Güreşçilerin başarıya ulaşabilmeleri için, güreş sporuna ilgi duyanlar tarafından, onları harekete geçiren ve güçlendiren bu birçok faktörün gücünü artırmak için önemli görevler yapılmalıdır. Motivasyonun önemli bir faktör olduğu düşünüldüğünde bunun göz ardı edilmemesi gerektiği düşünülmektedir.

İçsel motivasyon, herhangi bir eylemin yalnızca kişiyi memnun ettiği veya tatmin ettiği için yapılmasına izin veren bir motivasyon türüdür. Dışsal motivasyon, kişinin eylemlerinin içsel motivasyonun aksine ödül veya ceza gibi dış faktörler tarafından kontrol edildiği bir motivasyon türüdür (Şad ve Gürbüz Türk, 2009). Bireyin öğrenme arzusu kendiliğinden ortaya çıkarsa, içeriden kabul edilir. Bir faaliyetin yerine getirilmesiyle elde edilecek haz ihtiyaçla doğrudan doğruya ilgiliyse, kaynağı içsel olarak kabul edilir (Bağcıoğlu, 2017). İnsana olan ilgi, kapasite ve ilgi buna örnek olarak gösterilebilir (Alsancak Sırakaya, 2015). İçsel motivasyonun bir aşaması zihinsel aşamadır. Bu aşama kişinin zihninde nereye gideceğinin oluşumudur. İkinci aşama fiziksel aşamadır. Bu aşama, kişinin ulaşma arzusunun hedefe doğru gitmek olduğu aşamadır (Koruç, 2002). İçsel motivasyon kendi içindeki tiplere ayrılır. Bunlar bilmek, başarmak ve yaşamı teşvik etmektir. Dışsal motivasyon, dış kaynaklı düzenleme, iç gözlem ve tanımlama olarak ifade edilir (Deci ve Ryan, 1985).

Dışsal motivasyon, diğer insanlardan önemli ve olumsuz etkileri olabilecek maddi ve manevi değerlerin güçlendirilmesi, davranışın tekrarlanma olasılığını artırması veya azaltmasıdır (Konter, 1995). Dışsal motivasyon, bireyin dış etkenlere bağlı olarak değişen davranışları gerçekleştirme arzusudur. Örneğin bir öğrencinin öğrenme, beğeni ve özel şeyler kazanma, ödül kazanma veya olumsuz eleştirilmeme vb. istekleri dış etkenlere dayanmaktadır (Aktaş, 2016). Dışsal olarak motive olmuş insanlar, kilo vermek, iyi bir imaj elde etmek, ruh hallerini mutlu etmek ve yeni insanlarla tanışmak gibi eğlenmek dışında dış kaynaklı hedefler belirleyerek egzersizi yaparlar (Rogers, 2010).

Motivasyonun olumlu varlığı özellikle spor faaliyetlerinde çok önemli görülmektedir (Aslan ve Kuru, 2002). Spor faaliyetlerinde yer alan tüm bireylerin istek ve beklentileri motivasyona dahil edilir. Motivasyonun etkisi ve gücü, insanların spor aktivitelerinde elde etmek istedikleri başarıda çok değerli görülmektedir. Spor ile birlikte tüm paydaların istek ve beklentileri motivasyonla birlikte önem kazanır. Sporcunun ulaşmak istediği ve hedeflediği başarı, motivasyonun gücüyle doğru bir şekilde yükselir (Azeez, 2016). Her zaman iyi performans gösterebilmek için sporcuların nasıl motive olacaklarını ve buna nasıl erişeceklerini bilmeleri gerekir (Abakay, 2010). Arkadaş ve çevre edinmenin yanı sıra, sosyal olanın genel spor motivasyonunda takdir edildiği veya değer verildiği düşünülmektedir. Bu motivasyonun iyi kavranması, sporcunun sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarının ne olduğunu bilmeye bağlıdır. Çünkü psikolojik ve sosyal ihtiyaçlar kişiden kişiye farklılık gösterebilir (Dirmen, 2014). Bireyi spora yönlendiren sosyal ve psikolojik ihtiyaçlar, etkili olmak, kendini tam olarak bulmak, kendini ifade etmek, kanıtlamak, tanımak, saygı kazanmak, üstünlük göstermek, tahakküm kurma arzusu, maceraya atılmak ve karar alma süreçlerinde aktif olmak gibi ihtiyaçlardır (Hosseinalipour, 2015).

Bir bütün olarak özel spor motivasyonu ile biyolojik bir içeriğe sahiptir. Bu, rahatlama, yüksek derecede koordinasyon kazanma ve oyunculuk yaparak mükemmelleşme dürtülerinden etkilenir (Bora, 2013). Oyun sporları, sağlık sporları ve yüksek performanslı sporlar gibi durumlar özel spor motivasyonunun hedefleri arasındadır (Hosseinipour, 2015). Sayısal olarak, spor motivasyonu aşırı motivasyon, yeterli motivasyon ve yetersiz spor motivasyonu olarak derecelendirilebilir. Sporcunun motivasyon düzeyi çok düşükse motivasyon yetersizliği olarak görülür. Bu durumda sporcunun motivasyon düzeyi başarı için yetersiz kalmaktadır. Aşırı motivasyonda korku artar. Korku bu durumda kaygı ve güvensizlik olarak kendini gösterir. Sporcunun motivasyonu aşırı ise bu motivasyon türü yarışma veya müsabaka öncesi "başlama telaşına" bağlı olarak ortaya çıkar (Yalçın, 2015). Yeterli motivasyon olduğunda, kişinin fizyolojik ve psikolojik olarak rekabet etmeye hazır olması olumludur. Mücadele edebilme arzusu ve arzusu vardır ve sporcu mevcut stresini iyi yönetebilir (Hosseinipour, 2015). Mücadele bilinçli davranır ve işleri iyi idare eder. Taktikleri planlanan durumla uyumludur ve yüksek teknikle hareketleri bile daha az hatayla veya hatasız olarak gerçekleştirebilirler (Dirmen, 2014). Uzun ve İmamoğlu'nun (2020) çalışmalarında, üniversite düzeyinde spor eğitimi alanın üniversite öğrencisi kadınlarda boş zaman engellerini etkilediği öne sürülmüştür. Boş zaman motivasyonunun davranışsal niyet ilişkisini olumlu yönde etkilediği belirtilmiştir (Birinci ve Güçer, 2019). Bu ve benzeri nedenlerden dolayı, dövüş sporcularının boş zamanlarında yüksek düzeyde motivasyona sahip olmaları önemlidir. Bu çalışma bu açıdan önemli görülmüştür.

Bu çalışmanın amacı, dövüş sporlarında sporcuların boş zaman motivasyon düzeylerini araştırmaktır.

Yöntem

Bu başlık kapsamında araştırma modeli, verilerin analizi, veri toplama araçları, araştırma etiği ve bulgular konularına yer verilecektir.

Araştırmanın Modeli

Çalışmaya üniversitede okuyan ve spor eğitimi alan mücadele sporu ile uğraşan 172 erkek ve 121 kadın öğrenci dahil edilmiştir. Öğrencilerin branş bazında sayılarına baktığımızda güreş ve judo için 90 kişi, boks ve Muay Tai için 96 kişi, tekvando ve Karate için ise 103 sporcu spor yapmaktadır. Toplam 293 sporcu öğrencinin doldurmuş olduğu boş zaman motivasyon ölçeği işleme tabi tutulmuştur. Ölçeklerin uygulanmasında gönüllü katılım ilkesi benimsenmiştir. Ölçekler öğrencilere derslerde izin alınarak uygulanmıştır.

Verilerin Analizi

SPSS 25,00 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını test etmek için Kolmogorov-Smirnov testi yapılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Farklılıklara tek yönlü varyans analizi ve LSD testleri ile bakılmıştır. Boş zaman motivasyon ölçeği Cronbach' alpha katsayısı alt boyutlarda motivasyonsuzluk 0,73 iken bilmek ve başarmak 0,61 bulunurken uyarın yaşama 0,69'dur. Yine Cronbach' alpha alt boyutlar; özdeşim/ içe atım 0,61 iken dışsal düzenleme 0,63 ve toplam ölçekte ise 0,72 bulunmuştur.

Veri Toplama Araçları

Verileri toplamak için katılımcılara araştırmacıların geliştirdiği "Kişisel Bilgi Formu" ve "Boş Zaman Motivasyon Ölçeği" kullanılmıştır.

Boş Zaman Motivasyon Ölçeği

Mutlu (2008) tarafından Türkçe 'ye uyarlanmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış ölçeğin Türkçe uyarlanması toplam 22 maddeden oluşur. Ölçek; motivasyonsuzluk (2,8 ve 15 madde), bilmek ve başarmak (3,5,9,12,16 ve 21. Madde), uyarın yaşama (7,14 ve 20. Madde), özdeşim/ içe atım (6,10,13,17,19 ve 22. Madde) ve dışsal düzenleme (1,4,11 ve 18. Madde) olarak 5 alt boyutu ihtiva eder. Ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı ise 0.77 olmuştur. Ölçeği oluşturan cümleler "Kesinlikle Katılmıyorum (1)" ve "Kesinlikle Katılıyorum (5)" şeklinde 5'li Likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmiştir. Puanlama motivasyonsuzluk için en yüksek 15, bilme ve başarma için 30, uyarın yaşama için 15, içe atım için 30 ve dışsal düzenleme için 20 puan olarak hesaplanır. Motivasyonsuzluk negatif bir kavram olduğundan düşük olan motivasyonsuzluk puanı olan fertlerin daha yüksek motivasyona sahip olmaları beklenir (Ağduman,2014).

Araştırmanın Etiği

Bu araştırmanın etik izni, Ardahan Üniversitesi, Etik Kurulu Başkanlığı'nın 16.09.2022 tarih ve E-67796128-000-2200017470 sayılı kararı ile alınmıştır. Makalenin yönteminde Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesine uygun hareket edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1

Öğrencilerin Cinsiyete Göre Motivasyon Ölçek Puanları Karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	Ortalama	St.sapma	t-test	p
Motivasyonsuzluk	Erkek	172	6,42	2,83	2,49	0,045*
	Kadın	121	7,48	1,86		

Bilme - başarıma	Erkek	172	23,71	3,19	4,13	0,001*
	Kadın	121	20,63	3,14		
Uyaran yaşama	Erkek	172	12,40	2,13	4,61	0,001*
	Kadın	121	10,16	2,85		
Özdeşim	Erkek	172	23,02	3,63	3,10	0,006*
	Kadın	121	20,75	3,77		
Dışsal düzenleme	Erkek	172	12,00	3,35	2,68	0,034*
	Kadın	121	9,82	2,66		

*p<0,05 *p<0,001

Tablo 1 incelendiğinde; Cinsiyete göre mücadele sporcularında boş zaman motivasyon alt ölçeklerinde motivasyonsuzluk, uyaran yaşama, bilme ve başarıma, özdeşim ve dışsal düzenleme arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Erkeklerin puanları motivasyonsuzluk alt boyutu hariç kadınlardan daha yüksektir.

Tablo 2

Spor Branşlarına Göre Boş Zaman Motivasyon Ölçek Puanları Karşılaştırılması

Alt boyutlar	Branş	n	Ortalama	St.sapma	F/LSD	p
Motivasyonsuzluk	Güreş ve Judo (1)	90	6,18	2,80	2,98 1<2	0,019*
	Boks ve Muaytayı (2)	98	7,55	1,96		
	Tekvando ve Karate (3)	105	7,19	2,60		
	Toplam	293	6,95	2,50		
Bilme- başarıma	Güreş ve Judo (1)	90	24,03	4,25	4,51 1>3	0,006*
	Boks ve Muaytayı (2)	98	21,94	4,31		
	Tekvando ve Karate (3)	105	20,81	4,28		
	Toplam	293	22,17	4,40		
Uyaran yaşama	Güreş ve Judo (1)	90	12,11	2,17	4,72 1>3	0,003*
	Boks ve Muaytayı (2)	98	11,27	1,36		
	Tekvando ve Karate (3)	105	10,57	1,93		
	Toplam	293	11,28	1,90		
Özdeşim	Güreş ve Judo (1)	90	23,08	3,78	3,80* 1>3	0,012*
	Boks ve Muaytayı (2)	98	21,88	2,99		
	Tekvando ve Karate (3)	105	20,85	3,91		
	Toplam	293	21,88	3,60		
Dışsal düzenleme	Güreş ve Judo (1)	90	11,54	3,44	1,14	0,542
	Boks ve Muaytayı (2)	98	10,82	2,63		
	Tekvando ve Karate (3)	105	10,44	2,18		
	Toplam	293	10,81	3,09		

*p<0,05

Tablo 2 incelendiğinde; Branşlara göre mücadele sporcularında boş zaman motivasyon alt ölçeklerinde motivasyonsuzluk, bilme ve başarıma, uyaran yaşama, özdeşim arasında anlamlı olan farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Dışsal düzenleme alt boyutunda ise anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 3

Yaşanılan Yere Göre Boş Zaman Motivasyon Ölçek Puanları Karşılaştırılması

Alt boyutlar	Yaşanılan yer	n	Ortalama	St.sap.	F/LSD	p
Motivasyonsuzluk	Köy (1)	50	8,05	2,61	0,92	0,568
	İlçe (2)	114	6,89	2,67		
	Şehir Merkezi (3)	129	6,81	2,35		
	Toplam	293	6,95	2,45		
Bilme- başarıma	Köy (1)	50	20,46	4,23	3,85* 1,2<3	0,011*
	İlçe (2)	114	20,51	4,85		
	Şehir Merkezi (3)	129	23,06	3,94		
	Toplam	293	22,17	4,32		
Uyaran yaşama	Köy (1)	50	11,18	1,32	0,31	0,650
	İlçe (2)	114	11,03	1,93		
	Şehir Merkezi (3)	129	11,40	1,93		
	Toplam	293	11,28	1,87		
Özdeşim	Köy (1)	50	21,92	4,22	0,27	0,658
	İlçe (2)	114	21,41	3,42		
	Şehir Merkezi (3)	129	22,07	3,53		
	Toplam	293	21,88	3,54		
Dışsal düzenleme	Köy (1)	50	11,74	4,00	0,40	0,697
	İlçe (2)	114	10,60	3,36		
	Şehir Merkezi (3)	129	10,91	2,81		
	Toplam	293	10,91	3,04		

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde; Yaşanılan yere göre boş zaman motivasyon ölçek puanları karşılaştırılmasında Bilme başarıma alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık varken (p<0,05), uyaran yaşama, motivasyonsuzluk, özdeşim ve dışsal düzenleme alt boyutlarında anlamlı görülen bir farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05).

Tablo 4

Alınan puanların Ölçek Alt Boyut Puanlamasına Göre Yüzde Değerleri

Boyut	Ölçekten Alınması mümkün en yüksek puan	Ölçekten Alınan puan	Alınması gereken puana göre alınan puanın yüzde karşılığı
Motivasyonsuzluk	15	6,95	46,33
Bilme ve başarıma	30	22,17	73,9
Uyaran yaşama	15	11,18	74,53
İçe atım/Özdeşim	30	21,88	72,93
Dışsal düzenleme	20	10,91	54,55

*p<0,05

Tartışma ve Sonuç

Spor da performansı etkileyen en önemli faktörlerden bir tanesi de motivasyon seviyesi olarak görülür. Motivasyon durumunun olumlu olarak artırılması daha iyi bir performansa ulaşabilmek için etkilidir (Ünsal, 2015). Soyer vd. (2010) çalışmalarında sporcuların motivasyonları arasında cinsiyet faktörünün etkili olduğunu belirtmişlerdir. Engür (2002) çalışmasında elit sporcularda başarı motivasyonunun, erkeklerde kadınlardan daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Aras vd. (2022) çalışmalarında cinsiyete ve yapılan spor türüne göre boş zaman motivasyon düzeylerinin farklılaştığı belirtilmiştir. Aktop ve Erman (2006) yaptıkları çalışmada, sporcularda cinsiyete göre kadın sporcuların “güç gösterme güdüsü” ortalama puanları, erkek sporcuların ortalama puanlarından daha düşük çıktığını belirlemişlerdir. Aydoğdu vd. (2018) çalışmalarında kadın ve erkek tenisçilerin başarı motivasyon ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmemiştir. Bizim çalışmamızda Cinsiyetlere göre bakıldığında mücadele sporcularında boş zaman motivasyon alt ölçeklerinde motivasyonsuzluk, bilme ve başarıma, uyarıcı yaşama, özdeşim ve dışsal düzenleme arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Erkeklerin puanları motivasyonsuzluk hariç kadınlardan daha yüksektir. Çalışmalarda değişik sonuçlar olması branşlar arasındaki motivasyonel farklılıktan ve denek grupları farklılığından kaynaklanabilir.

Yamaner ve İmamoğlu 2019 yılında yaptığı çalışmalarında sporcu da psiko-sosyal gelişim ve antrenörün psiko-sosyal yeteneği okuların motivasyonunu etkileyen en önemli parametre olarak görülmüştür. İslamoğlu ve arkadaşlarının yaptığı çalışmalarında Milli güreşçilerin boş zaman motivasyonu alt ölçeklerinde farklılık bulunmamış ve bu durum güreşçi grupların benzer kişilik ve yaptıkları antrenmanların benzerliğine bağlanmıştır. Aslan ve İmamoğlu'nun 2020 yılında yaptıkları çalışmada spor merkezlerine giden öğrencilerin boş zaman stratejisi açısından benzer özellik gösterdikleri belirlenmiştir. Tazegül (2013) çalışmasında boksörlerin motivasyon düzeylerinin yüksek olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmada motivasyonsuzluk alt boyutunda en düşük puanı güreşçiler almıştır (6,31). En yüksek puanı ise judocular almıştır (7,70). Bilme ve başarıma duygusunda ise en yüksek puanı güreşçiler 24,52 puanla almış iken en düşük puanı tekvandocular 21,23 puanla almıştır. Dışsal düzenleme puanları ise birbirine yakın bulunmuştur (Tablo 2). Branşlara göre bu farklılıklar değişik faktörlerden kaynaklanabilir. Örneğin Şahan (2000) tarafından yapılan bir çalışmada sporcuların antrenörün kişilik yapısı, antrenör ve sporcu ilişkisi, antrenörün spor psikolojik bilgi seviyesi, sporcuların başarı isteği, tecrübeleri, onların tatmin olma duygusu, antrenör ve yardımcılarının ekonomik seviyesi, basında çıkan farklı haberler, takımın mevcut başarı sıralaması, antrenman için gerekli donanım ve iklimsel etkenler sporcuların motivasyonunu etkilediği belirtilmiştir. Aydın ve Yaşatürk (2017) çalışmalarında serbest zaman motivasyon düzeylerinin çeşitli yerleşim yerine göre göre etkilendiği ve değiştiği belirtilmiştir. Güreşçilerin

motivasyonsuzluk puanı düşmesi onların diğer branş sporcularından daha yüksek motivasyona sahip oldukları şeklinde düşünülebilir. Çünkü motivasyonsuzluk negatif bir durum olduğu için düşük motivasyonsuzluk puanı olanların daha yüksek motivasyona sahip oldukları düşünülmelidir (Ağduman, 2014).

Ağduman (2014) yaptığı çalışmada yerleşim yerine göre köyde yaşayanların motivasyonsuzluk ve dışsal düzenleme alt boyutlarında en kötü puan seviyesine sahip olduklarını tespit etmiştir. Şehirde yaşayanlarda ise bilmek ve başarmak, özdeşim/içe atım ortalama puanları ile en yüksek motivasyon seviyesine sahip grup oldukları ifade edilmiştir. İslamaoğlu ve vd. (2019) bir çalışmada yaşanan yere göre boş zaman motivasyon ölçek puanları karşılaştırılmasında sadece bilme ve başarma boyutunda anlamlı farklılık bulmuşlardır. Bu çalışmada yaşanan yere göre boş zaman motivasyon ölçek puanları karşılaştırılmasında bilme başarma alt boyutunda istatistiksel yönden anlamlı bir farklılık varken ($p < 0,05$), motivasyonsuzluk, uyaran yaşama, özdeşim ve dışsal düzenleme alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0,05$). Şehir merkezinde yaşayanların bilme ve başarma duygusu daha yüksektir. Bu durum mücadele sporcularının sosyo kültürel aktivitelere daha fazla yönlendirilmelerine bağlı olabilir.

Alınan puanların ölçek alt boyut puanlamasına göre yüzde değerlerine bakıldığında en yüksek %74,53 ile uyaran yaşama iken onu %73,9 ile bilme-başarma ve %72,93 ile içe atım izlerken motivasyonsuzluk ise %46,33 bulunmuştur (Tablo 4). Motivasyonsuzluk %46,33 ise tersi düşünüldüğü zaman motivasyonu iyi olanlar %53,67 olarak kabul edilebilir. Bu durum orta seviyede motivasyonları var şeklinde söylenilebilir. Motivasyonu olmayan kişiler yetersizlik duyguları yaşarlar. Bu duyguları kontrol edemeyeceklerini düşünürler. O halde mücadele sporcusu öğrencilerin motivasyonsuzluk durumları dikkatle izlenmeli ve motivasyonlarını artırıcı çalışmalara yer verilmelidir. Dışsal motivasyon insanların dışından gelen faktörlere bağlı olarak meydana gelir (Selçuk, 2003). Binbaşoğlu ve Tuna (2014) ile İslamaoğlu ve diğerleri yaptıkları çalışmalarda “bilme-başarma”, “uyaran yaşama” ve “özdeşim/içe atma” faktörlerinin öğrencileri boş zaman aktivitelerine motive etmede ilk sırayı aldığını tespit etmişlerdir. Bu çalışmada da “bilme-başarma”, “uyaran yaşama” ve “özdeşim/içe atma” puanları daha yüksek bulunmuştur.

Değişik branşlardaki mücadele sporcularının boş zaman motivasyon durumları arasında farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yine boş zaman motivasyon farklılığı cinsiyete ve mücadele edilen spor türüne göre değişirken yaşanan yere göre değişmemiştir. Farklı branşlarda mücadele sporu yapan sporcuların boş zaman motivasyon durumları değişik aralıklarla izlenmelidir. Özellikle motivasyonsuzluk puanları düşürülmeli ve dışsal düzenleme motivasyon durumları konusunda desteklenmelidirler.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Ardahan Üniversitesi Etik Kurulu Başkanlığı

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 16.09.2022

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: E-67796128-000-2200017470

Kaynaklar

- Abakay, U. (2010). *Futbolcu-antrenör iletişiminin farklı statülerdeki futbolcuların başarı motivasyonu ile ilişkisi*. Yayımlanmamış Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Acar, G. (2011). *Okul yöneticilerinin etik liderlik davranışlarının beden eğitimi öğretmenlerinin örgütsel adalet ve motivasyon düzeyleriyle ilişkisi*. Yayımlanmamış Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Ağduman, F. (2014). *Üniversite öğrencilerinin boş zaman motivasyon ve tatminlerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Erzurum.
- Aktaş, N. (2016). *Lise öğrencilerinin motivasyon kaynakları ve karar verme stratejileri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Aydın.
- Aktop, A., ve Erman, K. A. (2006). Relationship between achievement motivation, trait anxiety and self-esteem. *Biology of Sport*, 23(2), 127-141.
- Alsancak Sırakaya, D. (2015). *Tersyüz sınıf modelinin akademik başarı, öz-yönetimli öğrenme hazır bulunuşluğu ve motivasyon üzerine etkisi*. Yayımlanmamış Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Aras L., İmamoğlu, O., ve Aksoy, Y. (2022). Investigation of leisure time motivations of playing and combact athletes. *The Journal of Academic Social Science*, 10(130), 331-344. <http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.62901>
- Aslan, A., ve Kuru, E. (2002). Profesyonel ve amatör futbolcuların başarı motivasyonu farklılıkları ve sportif tecrübe ile ilişkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 23-30.
- Aslan, H., ve İmamoğlu, O. (2020). Investigation of leisure strategies of sports educated students. *Asian Journal of Education and Training*, 6(3), 468-473. <https://doi.org/10.20448/journal.522.2020.63.468.473>
- Aydın, İ., ve Yaşartürk, F. (2017). The state of the fitness participants' levels of motivation towards recreational activities according to various demographic features. *International Journal of Cultural and Social Studies*, 3(Special Issue), 142-152.
- Aydoğdu, C., Şahan, A., ve Erman, K. A. (2018). Genç tenisçilerde spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin müsabaka performansı üzerine etkisinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 655-666.
- Azeez, A. O. (2016). *14-16 yaş grubu Iraklı ve Türk erkek çocukların spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Gaziantep.
- Bağcıoğlu, Z. (2017). *Çalışanlarda motivasyon ve örgütsel bağlılık*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Yönetimi Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Baser, E. (1998). *Uygulamalı spor psikolojisi*. Bağırhan Yayınevi.
- Binbaşıoğlu, H., ve Tuna, H. (2014). College students' attitudes towards leisure: A study of vocational school students in Eastern Anatolia Region. *Journal of Academic Approaches*, 5(2), 74-93.
- Birinci, M. C., ve Güçer, E. (2019). Boş zaman motivasyonu ve davranışsal niyet ilişkisinde boş zaman tatminin aracılık etkisi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 7(3), 1626-1639. <https://doi.org/10.21325/jotags.2019.439>

- Bora, M. V. (2013). *Beden eğitimi öğretmeni ve sporcu öğrenciler arasındaki iletişimin sportif başarı motivasyonu ile ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Harran Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Şanlıurfa.
- Coleman, R., ve Barries, G. (2000). *Yöneticinin kılavuzu*. çev. Mehmet Harmancı. Remzi Kitabevi.
- Deci, E. L., ve Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum Press.
- Demir, M. K., ve Budak, H. (2017). İlkokul dördüncü sınıf öğrencilerinin öz düzenleme, motivasyon, biliş üstü becerileri ile matematik dersi başarılarının arasındaki ilişki. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41, 30-41.
- Dirmen, A. (2014). *Farklı liglerde oynayan kadın futbol takımı oyuncularının başarı motivasyon düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Engür, M. (2002). *Elit sporcularda başarı motivasyonunun, durumluk kaygı düzeyleri üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Ana Bilim Dalı, İzmir.
- Güney, S. (2000). *Davranış bilimleri*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Hosseinalipour, F. (2015). *Üniversiteli sporcu öğrencilerin sporda, motivasyon düzeyleri ve stresle başa çıkma yöntemlerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Ankara.
- İkizler, C., ve Karagözoğlu, C. (1997). *Sporda başarının psikolojisi*. Alfa Yayınları.
- İslamoğlu, İ., Çebi, M., Eliöz, M., İmamoğlu, O., ve Yamak, B. (2019). Farklı kategorideki milli takım güreşçilerinin motivasyon düzeyleri. C. Buyar, M. Türkmen, N. Useev (Eds.), *Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları VIII* içinde (s. 521-528).
- Konter, E. (1995). *Sporda motivasyon*. Saray Tıp Kitabevi.
- Konter, E. (1998). *Sporda psikolojik güç ve performans*. 5. Spor Bilimleri Kongresi. Ankara, Türkiye.
- Koruç, Z. (2002). *Sporda self determinasyon kuramı*. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi. Antalya, Türkiye.
- Mutlu, İ. (2008). *Egzersiz yapan kişilerin boş zamanlarına yönelik tutumları üzerine bir araştırma (Kayseri ili örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Niğde.
- Rogers, T. (2010). Principles of adherence and motivation. Eds. C. X. Bryant, and D. J. Green (Eds.), *Ace personal trainer manual*, (1st ed., pp. 25-35). San Diego, American Council on Exercise.
- Selçuk, Z. (2003). *Gelişim ve öğrenme* (9. Baskı). Nobel Yayınları.
- Seker, S. E. (2015). Motivasyon teorisi (Motivation theory). *Yönetim Bilişim Sistemleri Ansiklopedisi*, 2(1), 22-26.
- Soyer, F., Can, Y., Güven, H., Hergüner, G., Bayansalduz, M., ve Tetik, B. (2010). Sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 7(1), 226-239.
- Şad, S. N., ve Gürbüzürk, O. (2009). İngilizce hazırlık öğrencilerinin özbelirleyicilik düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (İnönü Üniversitesi örneği). *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 15(59), 421-450.
- Şahan, T. (2010). *Takım ve bireysel sporlarda motivasyonu etkileyen faktörler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Kayseri.
- Tazegül, Ü. (2013). Boksörlerin motivasyon yönelimleri ve narsisizm düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Social Science*, 6(5), 679-691.
- Uzun, M., ve İmamoğlu, O. (2020). The diversity of free time obstacles: The example of Woman University students. *Turkish Studies-Education*, 15(4), 3001-3012. <https://dx.doi.org/10.47423/TurkishStudies.42869>
- Ünsal, H. (2012). Harmanlanmış öğrenmenin başarı ve motivasyona etkisi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(1), 1-27.
- Ünsal, T. (2015). Comparison on motivation levels of sports people who rank among top three in Championships of Turkey in personal branches. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 2(2), 78-82.

- Yaman, A. (2017). *Toplam kalite yönetimi uygulamaları ile iş gören motivasyonunun iş tatmini üzerine etkilerinin incelenmesi: Bir devlet hastanesinde araştırma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Yalçın, İ. (2015). *İşitme engelli futsal sporcularının başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Elazığ.
- Yamaner, F., ve İmamoğlu, O. (2019). *Okçuların motivasyonlarına etki eden faktörlerin belirlenmesi*. V. Uluslararası İnsan Toplum ve Spor Bilimleri Sempozyumu, (ss. 1669-1676). Antalya, Türkiye.



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.