

# ELİT ERKEK VE KADIN VOLEYBOLCULARIN ALGILADIKLARI GÜDÜSEL İKLİMİN, GÜDÜSEL YÖNELİMLERİNİ VE OPTİMAL PERFORMANS DUYGU DURUMLARINI BELİRLEMEDEKİ ROLÜ

Selen KELECEK\*, F. Hülya AŞÇI\*, Atahan ALTINTAŞ\*

## ÖZET

Bu çalışmanın amacı, elit erkek ve kadın voleybolcuların algıladıkları güdüsel iklimin, güdüsel yönelimlerini ve optimal performans duygu durumlarını belirlemedeki rolünü araştırmaktır. Çalışmaya 2008-2009 sezonu Türkiye I. ve II. Erkekler Voleybol Ligi'ndeki 11; Türkiye I. ve II. Kadınlar Voleybol Ligi'ndeki 12 takımdan, 113 kadın ( $X_{yas} = 23.41 \pm 5.33$ ) ve 91 erkek ( $X_{yas} = 26.39 \pm 4.87$ ) toplam 204 elit voleybolcu gönüllü olarak katılmıştır. Kadın sporcuların ortalama spor yılı  $11.34 \pm 5.53$  iken, erkek sporcuların ortalama spor yılı  $13.16 \pm 5.20$  olarak belirlenmiştir. Katılımcıların algıladıkları güdüsel iklimin, güdüsel yönelimlerini ve optimal performans duygu durumlarını belirlemedeki rolünü belirlemek amacıyla optimal performans duygu durumu ölçeği, sporda güdülenme ölçeği, sporda algılanan güdüsel iklim ölçeği, betimsel istatistik ve Adımsal Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Sonuç olarak, algılanan güdüsel iklimin, elit erkek ve kadın voleybolcular için güdüsel yönelim ve optimal performans duygu durumunun farklı alt boyutlarının belirleyicisi olduğunu söyleyebiliriz.

**Anahtar Kelimeler:** Elit Voleybolcu, Güdüsel İklim, Güdüsel Yönelim, Optimal Performans Duygu Durumu.

# THE ROLE OF PERCEIVED MOTIVATIONAL CLIMATE IN DETERMINING SPORT MOTIVATION AND FLOW IN ELITE MALE AND FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS

## ABSTRACT

*The purpose of this study was to investigate the role of perceived motivational climate in determining sport motivation and flow in elite male and female volleyball players. One hundred and thirteen female ( $M_{age}=23.41\pm5.33$ ) and ninetyone male ( $M_{age}=26.39\pm4.87$ ), totally two hundred and four volleyball players voluntarily participated in this study. Descriptive statistics and stepwise multiple regression analysis was used to determine whether the perceived motivational climate might predict sport motivation and flow state of elite male and female volleyball players. As a result, it can be said that perceived motivational climate is predictor of different subscales of sport motivation and flow state for elite male and female volleyball players.*

**Key words:** Elite Volleyball Player, Motivational Climate, Sport Motivation, Flow.

## GİRİŞ

Güdülenme, son yıllarda spor psikolojisi alanının en çok araştırılan konulardan biridir. Güdülenme ile ilgili yapılan çalışmalar; bireyin spora katılma, devam ettirme veya bırakma nedenlerine ışık tutmaktadır.

Spor ve egzersiz psikolojisinde bireyleri hareket etmeye ve rekabete iten, bulunduğu ortamda kalmaya teşvik eden ana unsur olan güdülenmenin açıklanmasına yönelik birçok kuram geliştirilmiştir. Nicholls (1984) tarafından ortaya atılan “Başarı Hedefi Yaklaşımı” spor ve egzersiz psikolojisinde son yıllarda yapılan araştırmaların temelini oluşturmaktadır. “Başarı Hedefi Yaklaşımı”, başarı güdülenmesini bireylerin nasıl algıladıkları üzerine odaklanmaktadır. Bu yaklaşım, bireylerin yetenek düzeylerini yargılama şekliyle ilgili olan ego yönelim ve görev yönelim olmak üzere bireyin iki başarı hedefinin olduğunu ileri sürmektedir<sup>(Akt.18)</sup>. Görev yönelimli bireyler yeni beceri öğrenimi, beceri gelişimi, sıkı çalışma ve becerideki ustalığını göstermeye odaklanırken; ego yönelimli bireyler, beceri gelişiminden çok, kendi üstün yeteneğini kanıtlamak üzerine odaklanırlar<sup>(16)</sup>.

“Başarı Hedefi Yaklaşımı”nda ele alınan diğer önemli bir kavram ise, algılanan güdülme iklimi kavramıdır. Güdülme iklimi, yarışma düzeyi, yönerge stilleri, önemli kişilerin takım kültürüne etkisi gibi çeşitli özellikleri içermektedir<sup>(1)</sup>. Sporcuların algıladıkları güdülme iklimi, hedeflerinin ne olduğu, başarıyı nasıl değerlendirdikleri ve çevreden aldıkları (aile, antrenör, arkadaş...) mesajlar ile ilişkilidir. Bu bağlamda, Nicholls iki farklı güdülme ikliminden söz eder. Bunlardan biri ustalık iklimi diğeri ise performans iklimidir<sup>(Akt. 3)</sup>. Performans iklimi olarak adlandırılan ve daha çok ego yönelimli olan güdülme ikliminde antrenörler,

antrenman ekibi, aile ya da takım arkadaşları sosyal baskılara ve sosyal çıktılara önem vererek sporcuları yarışmacı davranışlar ve inançlar sergilemeye teşvik ederler. Görev yönelimli iklim ya da ustalık iklimi ise öğrenmeyi ve bireysel gelişmeyi arttırır, öğrenmenin önemli bir parçası olan hata yapmaya izin verir ve arkadaş etkileşimi ve işbirliğini aktif hale getirir<sup>(3)</sup>. Bu bağlamda, çevre ve ortamın nasıl yapılandığı, yani sporcunun algıladığı güdüsel iklim sporcunun başarı davranışını ve başarı hedeflerine ilişkin duygu ve düşünceleri etkiler. Yapılan çalışmalarda algılanan güdüsel iklimin; sporcuların davranışlarına<sup>(5)</sup>, yeme alışkanlıklarına<sup>(3)</sup>, güdüsel yönelimlerine<sup>(12)</sup>, rakibi değerlendirmelerine<sup>(6)</sup> ve optimal performans duygu durumlarına<sup>(12)</sup> etki ettiği bulunmuştur. Bunların yanında yapılan araştırmalar algılanan güdüsel iklimin; hedef yönelimlerine<sup>(1)</sup>, mutluluk ve iyi olma hallerine<sup>(14)</sup>, sosyal-moral yapılarına, sportmenliklerine ve takım algılarına<sup>(13)</sup>, performanslarına, hayata bakışlarına, kendine güvenlerine<sup>(23)</sup> ve yaşam doyumuna<sup>(20, 21)</sup> etki ettiğini de göstermektedir. Roberts ve Ommundsen'e (1996) göre ustalık yönelimli bir iklim, sosyal sorumluluğa yönlendirir, yaşam becerilerini arttırır, deneyerek öğrenme isteği verir ve ısrarcılığı artırır<sup>(Akt. 22)</sup>. Performans yönelimli iklim ise, takım üyelerinin veya rakibin becerisine üstünlükten elde edilen tatmin hissini kolaylaştırır<sup>(22)</sup>. Bununla birlikte son yıllarda ilgi gören bir diğer konu olan optimal performans duygu durumunun da içsel güdülenme<sup>(11, 10)</sup>, zihinsel beceri, dikkat<sup>(9)</sup> ve olumlu duygulanım<sup>(18)</sup> gibi performans etkileyen çeşitli psikolojik faktörler ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Sporcular, antrenman veya maç sırasında farklı duygu durumları yaşayabilirler. Sporcuların içinde buldukları farklı durumlar, kaygı, stres, rahatlık gibi duyguları hissetmelerine neden olabilir ve performanslarını iyi ya da kötü etkileyebilir. Sporcuların hissettikleri duygular ve o anki psikolojik durumları performanslarının belirleyicilerinden biridir. Optimal performans duygu durumu sporda performansın belirleyicisi olarak ele alınan psikolojik yapılardan biridir. Csikszentmihalyi (1997) "Sıkıntı ve Kaygının Ötesinde" (Beyond the Boredom and Anxiety) isimli ilk kitabında optimal performans duygu durumunu "insanların harekete tamamen katıldıkları zaman hissettikleri bütünsel duygu" olarak tanımlamıştır<sup>(Akt. 4)</sup>. Optimal performans duygu durumunun oluşması için; görevin zorluğu ve becerinin birbirine denk olması gerekmektedir. Algılanan görev zorluğu yüksek ve algılanan beceri düşük olduğunda kaygı deneyimi yaşanırken; algılanan zorluk düşük ve algılanan yetenek yüksek olduğunda ise sıkıntı ya da rahatlık deneyimi oluşabilmektedir<sup>(4)</sup>. Bu görevler fiziksel, zihinsel veya teknik olabilir. Bunun yanı sıra, bireyin görevin gerekliliklerini uyumlu, düşünmeden otomatik olarak yapabildiğini hissetmesi gerekmektedir. Sporcu kendi kapasitesini zorlarken bile hareketi yaparken zorlandığını hissetmeyip, otomatik olarak yapıyorsa, kendini tamamen aktiviteye kaptırmışsa optimal performans duygu durumuna ulaşmış demektir. Sporcuların bu duygu durumunu yaşamaları için görevlerine tamamen odaklanmaları gerekmektedir. Sporcu konsantre olduğunda, kalabalık, gürültü ya da dikkat dağıtacak her hangi bir şey onu etkilememektedir<sup>(4)</sup>. Bu duygu durumunu yaşayan sporcular, aktivite sırasında zamanın nasıl geçtiğini hissetmemekte, kendilerini aktivite ve zaman içerisinde kaybetmemektedirler. Bununla birlikte, optimal performans duygu durumu içerisindeki sporcular amaçlarına ulaşmanın mutluluğunu hissederek yapılan aktiviteden içsel tatmin duymaktadırlar.

Algılanan güdüsel iklim görüldüğü gibi sporcunun birçok psikolojik özelliğini ve günlük yaşamlarını etkilemektedir. Spor ve egzersiz psikolojisi alanındaki çalışmalarda algılanan güdüsel iklimin birçok psikolojik kavramla ilişkisi irdelenirken, gerek ülkemizde yapılan çalışmalarda gerekse yurtdışında yapılan çalışmalarda güdüsel yönelim ve optimal performans duygu durumu ile ilişkisinin çok fazla irdelenmediği görülmektedir. Bu doğrultuda, bu çalışmanın amacı, elit erkek ve kadın voleybolcuların algıladıkları güdüsel iklimin, güdüsel yönelimlerini ve optimal performans duygu durumlarını belirlemedeki rolünü araştırmaktır.

## YÖNTEM

### Katılımcılar

Çalışmaya 2008-2009 sezonu Türkiye I. ve II. Erkekler Voleybol Ligi'nden 11; Türkiye I. ve II. Kadınlar Voleybol Ligi'nden 12 takımından, 113 kadın ( $X_{\text{yaş}} = 23.41 \pm 5.33$ ) ve 91 erkek ( $X_{\text{yaş}} = 26.39 \pm 4.87$ ) toplam 204 elit voleybolcu gönüllü olarak katılmıştır. Kadın sporcuların ortalama spor yılı  $11.34 \pm 5.53$  iken, erkek sporcularınki  $13.16 \pm 5.20$  (yıl) olarak belirlenmiştir. Çalışmaya katılan 204 sporcunun 121'i milli sporcudur.

### Veri Toplama Araçları

#### Sporda Algılanan Güdüsel İklim Ölçeği - SAGİÖ (Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-PMCSQ, Walling, Duda ve Chi, 1993)

SAGİÖ sporcuların güdüsel iklim algılarını ölçmeye yönelik 21 maddeden oluşmaktadır<sup>(19)</sup>. Walling, Duda ve Chi (1993) tarafından geliştirilen ölçekte yer alan maddeler 5'li Likert ölçeği üzerinde değerlendirilmektedir. Ölçek spor ortamındaki farklı güdüsel iklimi değerlendiren (ustalık ve performans iklimi) iki alt boyutu içermektedir.

Ölçeğin Türk sporcularına uyarlama çalışması Toros<sup>(19)</sup> tarafından yapılmıştır. Toros'un<sup>(19)</sup> bu çalışmasında Cronbach alpha değerleri ustalık yönelimli güdüsel iklim için .84, performans yönelimli güdüsel iklim için ise .90 olarak belirlenmiştir. Genel olarak ölçeğin güvenirlik katsayısı .84 olarak tespit edilmiştir<sup>(19)</sup>.

#### Sporda Güdülenme Ölçeği - SGÖ (Sport Motivation Scale, Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Briere ve Blais, 1995):

Sporda Güdülenme Ölçeği, voleybolcuların güdüsel yönelimlerini belirlemek amacı ile kullanılmıştır. SGÖ, Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Briere ve Blais tarafından (1995) Deci ve Ryan'ın kuramına dayanarak geliştirilmiştir. SGÖ'nin amacı, spor ortamında kişinin içsel, dışsal güdülenme ve güdülenmeme düzeyini belirleyerek bireyin güdülenmesinin kaynağını ortaya koymaktır<sup>(8)</sup>.

Sporda Güdülenme leği değerlendirmenin 7 seviyeye göre yapıldığı 28 madde ve 6 alt ölçek içerir. Bu alt ölçekler: bilmek, başarmak ve uyarıcı yaşamak için içsel güdülenme, dışsal düzenleme, ieatım, özdeşim ve gdlenmemedir. Ölçeğin Türk sporcuları için geçerlik ve güvenilirlik alışması Kazak<sup>(8)</sup> tarafından yapılmıştır.

Kazak<sup>(8)</sup>, çalışmasında Türkçe versiyonunda "bilmek ve başarmak için içsel güdülenme" tek alt boyut olarak ele alınmıştır ve Cronbach alpha değeri .88'dir. İç tutarlılık katsayısı "uyarıcı yaşamak için içsel güdülenme" alt ölçeğinde .73, "dışsal düzenleme" alt ölçeğinde .74, "ieatım" alt ölçeğinde .72, "gdlenmememe" alt ölçeğinde .70 olarak bulunmuştur<sup>(8)</sup>.

### **Optimal Performans Duygu Durumu leği (Dispositional Flow Scales-2 DFS-2, Jackson ve Eklund, 2004):**

Katılımcıların sürekli optimal performans duygularını Jackson ve Eklund (2004) tarafından geliştirilen "Sürekli Optimal Performans Duygu Durum leği-2 (SOPDD-2)" (Dispositional Flow Scale-DFS-2) ile belirlenmiştir. SOPDD-2, fiziksel aktivite sırasında bireyin optimal performans duygularını genel olarak yaşama eğilimini değerlendirmektedir. Birey, dokuz alt boyuttan (Görev Zorluğu-Beceri Dengesi, Eylem-Farkındalık Birleşimi, Açık Hedefler, Belirli Geri Bildirim, Göreve Odaklanma, Kontrol Duygusu, Kendilik Farkındalığının Azalması, Zamanın Dönüşümü ve Amaca Ulaşma Deneyimi) ve 36 maddeden oluşan bu leği doldururken yaptığı aktiviteler sırasında genel olarak optimal performans duygularını ne sıklıkla yaşadığını düşünerek cevaplandırmaya yönlendirilmektedir. Ölçekte yer alan her madde "Hiç Bir Zaman" (1) ile "Her Zaman" (5) arasında değişen 5'li Likert lek üzerinde cevaplandırılmaktadır. Envanterin Türk egzersiz katılımcıları için geçerlik ve güvenilirlik alışması Aşçı ve ark.<sup>(2)</sup> tarafından yapılmıştır. Çalışma sonunda Sürekli Optimal Performans Duygu Durum leği-2 için hesaplanan iç tutarlılık katsayılarının 0.42 (Belirli Geri Bildirim, Kontrol Duygusu) ile 0.87 (Kendilik Farkındalığının Azalması) arasında olduğu bulunmuştur.

### **Verilerin Toplanması**

Ölçekler, çalışmaya katılacak olan Ankara ilindeki takımlara yüz yüze görüşme yöntemi ile Ankara dışındaki takımlara ise posta aracılığı ile gönderilerek uygulanmıştır.

### **Verilerin Analizi**

Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistik ve Adımsal oklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Çoklu regresyon analizinde, algılanan güdüsel iklim bağımsız değişken, güdülenme düzeyi ve optimal performans duygularını ise bağımlı değişkenler olarak ele alınmıştır. Analizler SPSS paket programında yapılmış ve çalışmada anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

## BULGULAR

Araştırmaya katılan elit erkek ve kadın voleybolcuların algılanan güdüsel iklim, optimal performans duygu durumu ve güdüsel yönelim ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1: Kadın ve Erkek Voleybolcuların Algılanan Güdüsel İklim, Optimal Performans Duygu Durumu ve Sporda Güdüsel Yönelime Ait Tanımlayıcı İstatistikler**

	Kadın n=113		Erkek n=91		Toplam n=204	
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD
<b>Sporda Algılanan Güdüsel İklim</b>						
Uсталık İklimi	3.94	0.61	3.94	0.60	3.94	0.60
Performans İklimi	3.31	0.57	3.78	0.63	3.52	0.64
<b>Optimal Performans Duygu Durumu</b>						
Görev Zorluğu Beceri Dengesi	3.98	0.59	4.10	0.75	4.03	0.67
Eylem Farkındalık Birleşimi	3.76	0.70	4.07	0.76	3.90	0.74
Açık Hedefler	4.18	0.58	4.25	0.66	4.21	0.62
Belirli Geri Bildirim	3.95	0.62	4.25	0.60	4.08	0.63
Göreve Odaklanma	4.02	0.64	4.19	0.58	4.10	0.62
Kontrol Duygusu	3.99	0.58	4.18	0.58	4.07	0.59
Kendilik Farkındalığın Azalması	3.39	1.04	3.74	0.93	3.54	1.00
Zamanın Dönüşümü	3.55	0.78	3.67	0.87	3.61	0.82
Amaca Ulaşma Deneyimi	4.33	0.53	4.27	0.63	4.30	0.57
<b>Sporda Güdüsel Yönelim</b>						
Bilmek ve Başarmak İçin İçsel Güdülenme	5.18	1.13	5.30	1.14	5.23	1.13
Uyaran Yaşamak İçin İçsel Güdülenme	5.33	1.20	5.47	1.14	5.39	1.17
Dışsal Düzenleme	4.13	1.48	5.05	1.23	4.54	1.44
İçeatım	4.85	1.40	5.22	1.12	5.01	1.29
Özdeşim	4.47	1.32	5.00	1.28	4.70	1.33
Güdülenmeme	2.42	1.31	5.19	1.60	2.76	1.49

Tablo 1'e göre, çalışmaya katılan elit voleybolcuların algılanan güdüsel iklim ölççeğinde elde ettikleri en düşük değer  $3.52 \pm 0.64$  ile "algılanan performans iklimi" alt boyutunda iken en yüksek değer  $3.94 \pm 0.60$  ile "algılanan ustalık iklimi" alt boyutundadır. Elit voleybolcuların optimal performans duygu durum alt boyutlarında elde ettikleri en düşük değer  $3.54 \pm 1.00$  ile "kendilik farkındalığın azalması" alt boyutunda iken en yüksek değer  $4.30 \pm 0.57$  ile "amaca ulaşma deneyimi" alt boyutunda elde edilmiştir. Sporda güdülenme alt boyutları ele alındığında; en düşük ortalama değer "güdülenmeme" ( $2.76 \pm 1.49$ ) alt boyutunda elde edilirken en yüksek ortalama değer "uyaran yaşamak için içsel güdülenme" ( $5.39 \pm 1.17$ ) alt boyutunda elde edilmiştir.

Elit erkek ve kadın voleybolcularda algılanan güdüsel iklimin, güdüsel yönelimin belirleyicisi olup olmadığını belirlemek amacı ile her cinsiyet için ayrı yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre, algılanan ustalık iklimi, erkek voleybolcuların güdüsel yönelimin "bilmek ve başarmak için içsel güdülenme" ( $F_{(1,89)} = 27.36$ ;  $R = .49$ ;  $R^2 = .24$ ), "uyaran yaşamak için içsel güdülenme" ( $F_{(1,89)} = 15.86$ ;  $R = .39$ ;  $R^2 = .15$ ) ve "içe atım" ( $F_{(1,89)} = 9.16$ ;  $R = .31$ ;  $R^2 = .09$ ) alt boyutlarının belirleyicisi olduğunu göstermektedir. Elit erkek voleybolcuların algıladıkları performans ikliminin ise, güdüsel yönelimin "dışsal düzenleme" ( $F_{(1,89)} = 39.96$ ;  $R = .56$ ;  $R^2 = .31$ ) ve "özdeşim" ( $F_{(1,89)} = 9.97$ ;  $R = .32$ ;  $R^2 = .10$ ) alt boyutlarının belirleyicisi olduğu bulunmuştur.

Elit kadın voleybolcularla ilgili regresyon analizi sonuçları ise, elit kadın voleybolcuların algıladıkları ustalık ikliminin güdüsel yönelimin belirleyicisi olmadığını, ancak algılanan performans ikliminin güdüsel yönelimin "güdülenmeme" ( $F_{(1,111)} = 9.22$ ;  $R = .28$ ;  $R^2 = .08$ ) alt boyutunun belirleyicisi olduğunu göstermiştir.

Elit erkek ve kadın voleybolcularda algılanan güdüsel iklimin, optimal performans duygu durumunun belirleyicisi olup olmadığını belirlemek amacı ile her cinsiyet için ayrı yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre, algılanan ustalık iklimi, erkek voleybolcuların optimal performans duygu durumunun "görev zorluğu – beceri dengesi" ( $F_{(1,89)} = 28.64$ ;  $R = .49$ ;  $R^2 = .24$ ), "eylem – farkındalık birleşimi" ( $F_{(1,89)} = 29.56$ ;  $R = .50$ ;  $R^2 = .25$ ), "açık (net) hedefler" ( $F_{(1,89)} = 25.44$ ;  $R = .47$ ;  $R^2 = .22$ ), "belirli geri bildirim" ( $F_{(1,89)} = 13.32$ ;  $R = .36$ ;  $R^2 = .13$ ), "göreve odaklanma" ( $F_{(1,89)} = 30.18$ ;  $R = .50$ ;  $R^2 = .25$ ), "kontrol duygusu" ( $F_{(1,89)} = 22.39$ ;  $R = .45$ ;  $R^2 = .20$ ), "kendilik farkındalığının azalması" ( $F_{(1,89)} = 13.87$ ;  $R = .37$ ;  $R^2 = .14$ ) ve "amaca ulaşma deneyimi" ( $F_{(1,89)} = 11.39$ ;  $R = .34$ ;  $R^2 = .11$ ) alt boyutlarının belirleyicisi olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte elit erkek voleybolcuların algıladıkları performans ikliminin ile birlikte, algıladıkları ustalık ikliminin, "zamanın dönüşümü" ( $F_{(1,88)} = 5.77$ ;  $R = .50$ ;  $R^2 = .25$ ) alt boyutunun belirleyicisi olduğu bulunmuştur.

Diğer taraftan elit kadın voleybolcuların algıladıkları ustalık iklimi ile optimal performans duygu durumunun hiçbir alt boyutu arasında önemli bir ilişki bulunamamıştır. Yapılan regresyon analizi sonuçları, elit kadın voleybolcuların algıladıkları performans ikliminin, optimal performans duygu durumunun yalnızca "kendilik farkındalığının azalması" ( $F_{(1,111)} = 5.08$ ;  $R = .21$ ;  $R^2 = .04$ ) alt boyutu ile anlamlı ve negatif korelasyon gösterdiğini ve elit kadın voleybolcular için belirleyici olduğunu göstermiştir.

## TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı, algılanan güdüsel iklimin elit erkek ve kadın voleybolcuların, güdüsel yönelimlerini ve optimal performans duygu durumlarını belirlemedeki rolünü araştırmaktır.

Yapılan analiz sonuçları elit erkek voleybolcularda algılanan ustalık ikliminin güdüsel yönelimin “bilmek ve başarmak için içsel güdülenme”, “uyaran yaşamak için içsel güdülenme” ve “içe atım” alt boyutlarının belirleyicisi olduğunu göstermiştir. Algılanan ustalık iklimi ile güdülenme “bilmek ve başarmak için içsel güdülenme”, “uyaran yaşamak için içsel güdülenme” ve “içe atım” alt boyutları arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuçlar, erkek voleybolcuların algıladıkları ustalık iklimi arttıkça açıklama, merak, öğrenmek ve anlamak, bir şeyi başarmak, yeterli güdülenmesini yaşamak ve eğlence için aktiviteye katılımın arttığını göstermektedir. Diğer bir deyişle, antrenörlerin sporcuları göreve, görevin gerektirdiği beceri ve teknik üstünlüğüne yönlendirmesi, her bireyin performansını yine o bireyin kendi performansı ile kıyaslandığı bir ortamın yaratılması erkek voleybolcuların daha fazla içsel güdülenmelerine, aktiviteyi hareketin gerekliliklerini bilmek, daha çok şey için öğrenmek ve bu öğrendiklerini başarmak için yapmasına, eğlenmesine neden olmaktadır denilebilir. Erkek voleybolculardan elde edilen bu bulgu; Keller ve Bless’in<sup>(10)</sup> görev eğilimleri ve içsel güdülenme ile ilgili yaptıkları çalışmanın sonucu ile paralellik göstermektedir. Ayrıca, Jagacinski ve Strickland’in<sup>(7)</sup> görev yönelimli bireylerin harcanan çaba ve performans hakkındaki bilgilere daha çok önem verdiğini ortaya koyan çalışma sonuçları da elit erkek voleybolculardan elde edilen sonuçları destekler niteliktedir. Sproule ve arkadaşlarının<sup>(17)</sup> ustalık ikliminin içsel ilgiyi ve dikkati arttırdığını buldukları çalışma sonucu da bu çalışma sonucu ile örtüşmektedir. Öte yandan, yapılan analizler, yaratılan performans ikliminin elit erkek voleybolcuların dışsal güdülenmelerini arttıracığını göstermiştir. Elde edilen bu sonuç; algılanan performans ikliminin artmasının, sporcuların voleybola katılım nedenlerinin para, madalya, sosyal statü gibi dışsal düzenlemeler ve sporcuların antrenmanı önemli olarak değerlendirmeleri, kişisel gelişimlerine katkıda bulunduğuna inanmaları olabileceğini gösterdiği şekilde yorumlanabilir. Erkek voleybolculardan elde edilen bu iki bulgu değerlendirildiğinde, yaratılan ustalık ikliminin içsel güdülenme, yaratılan performans ikliminin ise dışsal güdülenme ile ilişkili olduğu görülmektedir. Elde edilen bu sonuç hem algılanan güdüsel iklimin yapısı ile hem de daha önce yapılan çalışmalar ile tutarlıdır<sup>(5,17,23)</sup>.

Algılanan güdüsel iklim ve optimal performans durumu arasındaki ilişkinin test edilmesine yönelik analiz sonuçlarına bakıldığında, elit erkek voleybolcuların algılanan ustalık ikliminin “zamanın dönüşümü” alt boyutu hariç tüm optimal performans duygu durumu alt boyutlarının belirleyici olduğu bulunmuştur. Bu sonuç; sosyal sorumluluğun artırılması, yaşam boyunca becerilerin geliştirilmesi, göreve odaklanma ve hareketin mükemmelleştirilmesi isteğinin yüksek olması gibi özellikleri içeren ustalık iklimini algılayan erkek voleybolcuların, ellerindeki göreve odaklandıkları, içinde buldukları rekabetten



zevk aldıkları hissini, becerilerinin yapmakta oldukları görevin gerektirdiği mücadelenin üstesinden gelebileceği algısının, hareketin gerekliliklerini ve hedeflerini bildiği ve bu gereklilikleri otomatik olarak yapabildiği hissini, ortaya çıkan performans hakkında bilgi ve kendi kendine geri bildirim alabilme durumunun da arttığını göstermektedir. Bununla beraber elit erkek voleybolcuların ustalık iklimi algısının artmasının; yaptıkları aktivite üzerinde kontrolleri olduğunu hissetmelerine, bu aktivite ile ilgili olarak çevrelerindeki bireylerin değerlendirmelerine önem vermemelerine ve yaptıkları aktivite sonucu içsel tatmin yaşamalarına etken olduğunu söyleyebiliriz. Algılanan ustalık ikliminin artmasının bireyin aktiviteyi isteyerek ve zevk duyarak yaptığını gösterir ki bu bulgu da elit erkek voleybolcuların algıladıkları ustalık ikliminin içsel güdülenme ile ilişkili olduğu bulgusunu da destekler niteliktedir.

Bunun yanı sıra, yapılan analizler, optimal performans duygu durumunun “ zamanın dönüşümü” alt boyutunun hem performans hem de ustalık iklimi ile ilişkili olduğunu ve bu iki farklı algılanan iklimin beraber “ zamanın dönüşümü” alt boyutunun belirleyicileri olduğunu göstermiştir. Algılanan güdüsel iklim ile “ zamanın dönüşümü” alt boyutu arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu, elit erkek voleybolcuların algıladıkları ustalık ve performans ikliminin, sporcuların aktiviteyi yaparken zaman algılarının değiştiğini göstermektedir. Bir başka deyişle, elit erkek voleybolcular, hangi iklimi algıladıkları fark etmeksizin, aktivite yaparken zaman normalden farklı ilerliyormuş gibi hissetmektedirler.

Elit kadın voleybolculardan elde edilen sonuçlar irdelendiğinde, algılanan ustalık ikliminin; güdüsel yönelimin ve optimal performans duygu durumunun belirleyicisi olmadığı bulunmuştur. Diğer bir deyişle, algılanan ustalık iklimi ile hem güdüsel yönelimin hem de optimal performans duygu durumunun alt boyutları arasında ilişki yoktur. Öte yandan elde edilen bulgular; elit kadın voleybolcular tarafından algılanan performans ikliminin güdüsel yönelimin “güdülenmeme” alt boyutunun ve optimal performans duygu durumunun “kendilik farkındalığının azalması” alt boyutunun belirleyicisi olduğunu göstermiştir. Bu bulgu, elit kadın voleybolcuların; antrenör, yönetici ya da sosyal çevre tarafından yaratılan, üstünlükten elde edilen doyum duygusunun ve bireysel egoların hâkim olduğu performans iklimi algılarının artmasıyla birlikte ne içsel ne de dışsal olarak güdülendiklerini göstermektedir.

Analizler, kadın voleybolcularda algılanan performans iklimi ile optimal performans duygu durumunun “kendilik farkındalığının azalması” alt boyutunda negatif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, yaratılan performans ikliminin kadın voleybolcularda rekabet ve kaydedilen skor arttıkça, buna bağlı olarak üretilen sayı kadar takdir aldıkça, sporcunun başkalarının gözünden nasıl gözüktüğünü daha çok önemsediklerini göstermektedir. Sonuca önem veren performans iklimindeki ben merkezli olma hali, sporcuların sadece kendi performanslarını düşünmelerine, başkalarının takımın başarısını değil kendileri hakkında düşündüklerine önem vermelerine neden olmaktadır. Günümüzde kadın

voleyboluna seyirci ilgisinin daha çok olmasının, erkek voleybolu kadar değer görmesinin ve güçlü bir altyapıya sahip olmasının; kadın voleybolcuların sonuca odaklanmasına yol açtığı söylenebilir. Sadece kazanmanın ve bireysel performansın ön plana çıkması, kadın voleybolcuların performans iklimi algulamalarını sağlamış olabilir. Algılanan performans ikliminde önemli olan elde edilen başarı veya kazanılan sayı olduğundan, bu iklimde sayı kazandıkça; sporcular başkalarının onlar hakkında olumlu düşünceleri olduğuna inanacak ve sayı kazandıkça diğerlerinin kendisi hakkında ne düşündüğünü önemseyeceklerdir. Bu bulgu ışığında, antrenman ya da maç ortamlarında elit kadın voleybolculara oyun kalitesinin değil, ortaya konan performansın ve sonucun önemli olduğu, kazanmanın gerekliliği hissettirilirse, sporcular aktivite ile ilgili başkalarının düşündüklerine ve söylediklerine daha çok önem verecekleri söylenebilir.

Kadın voleybolcuların algıladıkları iklim ile içsel ve dışsal güdülenme arasında anlamlı ilişkinin bulunmaması, takımda yaratılan güdüsel iklimin bireylerin içsel olarak güdülenmesini, aktiviteye katılmadığında kaygı ve utanç gibi içsel baskı hissetmesini, kupa, madalya ya da maddi ödül gibi dışsal düzenlemeler için voleybola katılımı ve yaptığı işten mutluluk duymasını etkilemediğini gösterebilir. Bu bulgu erkek voleybolcuların aksinedir. Erkek voleybolcularda algılanan güdüsel iklim güdülenmenin belirleyicisi iken, kadın voleybolcularda sadece performans iklimi ile güdülenme arasında bir ilişki bulunmuştur. Bunun nedeni voleybolun ağırlıklı olarak kadın sporu olarak görülmesi ve elit kadın voleybolcuların teknik gelişime verilen önemden çok, performans ve skor baskısını daha fazla yaşamaları sonucu içsel ya da dışsal olarak güdülenmemeleri olabilir.

Kadın voleybolcuların algıladıkları ustalık iklimi ile güdülenme düzeyleri arasında ilişkinin bulunmaması yazılı kaynaklarda yer alan bazı çalışmalarla da paralellik göstermemektedir. Örneğin, Sproule ve arkadaşlarının<sup>(17)</sup> 2007 yılında öğrenciler ile yaptıkları iki farklı çalışma sonucunda algılanan güdüsel iklimin içsel güdülenme ve ilgiyi arttırdığı bulgusu, Keller ve Bless'in<sup>(16)</sup> aktivite içerisindeki beceri ve görev uyumunun içsel güdülenme ile ilişkili olduğunu bulduğu çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermemektedir.

Kadın voleybolcuların algıladıkları ustalık iklimi ile optimal performans duygu durumu arasında ilişkinin bulunmaması sonucu da Murcia ve arkadaşlarının<sup>(12)</sup> basketbol, hentbol, futbol, voleybol, jimnastik, yüzme ve tenis gibi farklı bireysel ve takım sporcuları ile yaptıkları çalışma sonucu ustalık iklimi oluşturulmasının optimal performans duygu durumunun oluşmasını arttıracığı bulgusu ile örtüşmemektedir.

Sonuç olarak yapılan analizler, algılanan ustalık ya da performans ikliminin, elit erkek ve kadın voleybolcularda güdüsel yönelim ve optimal performans duygu durumunun farklı alt boyutlarının belirleyicisi olduğunu göstermiştir.

Bu çalışma Türkiye I. ve II. Voleybol Ligindeki oyuncular ile sınırlandırılmıştır. Bu çalışmanın sınırlılıkları göz önünde bulundurularak ileride yapılacak çalışmalarda futbol, basketbol, tenis, yüzme gibi farklı spor branşları ile çalışılıp, gelişimsel farklılıkları da test etmek için farklı yaş kategorilerinde çalışmalar yapılabilir. Optimal performans duygu

durumunu ve güdüsel yönelimi etkileyebilecek diğer psikolojik faktörler (algılanan lider özelliği, takım yeterliği, grup bağlılığı, kaygı, benlik algısı ...) ele alınabilir. Bunlarla birlikte algılanan güdüsel iklimin sporcuların diğer psikolojik özellikleri (kaygı, benlik algısı, beden imgesi, sosyal fizik kaygı, benlik sunumu ...) üzerine etkisi araştırılabilir ve oyuncuların oynadıkları pozisyonlar, milli olma durumları göz önüne alınarak çalışmalar yapılabilir.

## KAYNAKÇA

1. Arıburun, B. & Aşçı, F. H. (2005). Amerikan Futbolu Oyuncularında Hedef Yönelimi ve Algılanan Güdüsel İklim. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, III(3): 111-114.
2. Aşçı, F. H., Çağlar, E., Eklund, R. C., Altıntaş, A. & Jackson, S. (2007). Durumluk ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum-2 Ölçeklerinin Geçerliliği ve Güvenilirliğinin Test Edilmesi. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, (18): 182-196.
3. Bruin, A. P., Bakker, F. C. & Oudejans, R. R. D. (2009). Achievement Goal Theory and Disordered Eating: Relationships of Disordered Eating with Goal Orientations and Motivational Climate in Female Gymnasts and Dancers. *Psychology of Sport & Exercise*, (10): 72-79.
4. Fossmo, T. (2006). Age Matters: A Study on Motivation, Flow and Self-Esteem in Competing Athletes. *Hovedoppgave for Graden Cand. Psychol. Institutt for Psykologi, Universitetet i Tromsø*.
5. 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): 1441-1449.
6. Gano-Overway, L. A., Guivernau, M., Magyar, M., Waldron, J. J. & Ewing, M. E. (2005). Achievement Goal Perspectives, Perceptions of the Motivational Climate and Sportpersonship: Individual and Team Effects. *Psychology of Sport & Exercise*, (6): 215-232.
7. Jackson, S. A. & Eklund, R. C. (2004). *The Flow Scales Manual*. Morgantown, Fitness Information Technology.
8. Jagacinski, C. M. & Strickland, O. J. (2000). Task and Ego Orientation the Role of Goal Orientations in Anticipated Affective Reactions to Achievement Outcomes. *Learning and Individual Differences*, (12): 189-208.
9. Kazak, Z. (2004). Sporda Güdülenme Ölçeğinin Türk Sporcuları İçin Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4): 191-206.
10. Kee, Y. A. & Wang, C. K. J. (2008). Relationships Between Mindfulness, Flow Dispositions and Mental Skills Adoption: A Cluster Analytic Approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 393-411

11. 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): 196-209.
12. Kowal, J. & Fortier, M. S. (2000). Testing Relationships from the Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation Using Flow as a Motivational Consequence. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, (71): 171-181.
13. Murcia, J. A. M., Gimeno, E. C. & Coll, D. (2008). Relationships Among Goal Orientations, Motivational Climate and Flow in Adolescent Athletes: Differences By Gender. *The Spanish Journal of Psychology*, 11(1): 181-191.
14. Nicholls, J. G. (1984). Achievement Motivation: Concepts of Ability, Subjective Experience, Task Choice and Performance. *Psychological Review*, 91: 329-346
15. Ommundsen, Y., Roberts, G. C., Lemyre, P. N. & Treasure, D. (2003). Perceived Motivational Climate in Male Youth Soccer: Relations to Social-Moral Functioning, Sportspersonship and Team Norm Perceptions. *Psychology of Sport and Exercise*, (4): 397-413.
16. Pelletier, L. G., Fortier, M., Vallerand, R. J., Brière, N. M., Tuson, K. M. & Blais, M. R. (1995) The Sport Motivation Scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, (17): 35-53.
17. Reinboth, M. & Duda, J. L. (2006). Perceived Motivational Climate, Need Satisfaction and Indices of Well-Being in Team Sports: A Longitudinal Perspective. *Psychology of Sport & Exercise*, (7): 269-286.
18. Rogatko, T. P. (2009). The Influence of Flow on Positive Affect in College Students. *Journal of Happiness Studies*, (10): 133-148.
19. Singer, R. N., Hausenblas, H. A. & Janelle, C. M. (2001). *Handbook of Sport Psychology* Second Edition.
20. Sproule, J., Wang, C. K. J., Morgan, K., McNeill, M. & McMorris, T. (2007). Effects of Motivational Climate in Singaporean Physical Education Lessons on Intrinsic Motivation and Physical Activity Intention. *Personality and Individual Differences*, (43): 1037-1049.
21. Toros, T. (2001). Elit ve Elit Olmayan Erkek Basketbolcularda, Hedef Yönelimi ve Güdüsel İklim ve Hedeflerin Özgünlük, Güçlük Derecesi Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
22. Toros, Z. (2001). Elit Sporcuların Güdüsel Yönelimleri: Voleybolcular Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
23. Toros, T. & Pense, M. (2002). Elit ve Elit Olmayan Erkek Basketbolcularda, Hedef Yönelimi ve Güdüsel İklimin, Yaşam Doyumuna Etkisinde Deneyim Süresinin Rolü. *İ.Ü. Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2): 10-19.
24. Toros, T. (2005). Genç Basketbolcuların Oyunda Kalma Süreleri ile Hedef Perspektif Yaklaşımı, Yaşam Doyumu ve Algılanan Motivasyonel İklim Arasındaki İlişki. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 16(2): 50-63.

25. Toros, T. & Koruç, Z. (2005). Hedef Yönelimleri ve Algılanan Motivasyonel İklim Arasındaki İlişki. Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 16(3): 135-145.
26. Vazou, S., Ntoumanis, N. & Duda, J. L. (2006). Predicting Young Athletes' Motivational Indices as a Function of Their Perceptions of the Coach- and Peer-Created Climate. Psychology of Sport and Exercise, (7): 215-233.
27. Walling, M. D., Duda, J. L. & Chi, L. (1993). The Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire: Construct and Predictive Validity. Journal of Sport & Exercise Psychology, 15(2): 172-183.