

Kano Sporcularının Müsabaka Günü Yaşadıkları Duyguların Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi

Examination of Emotions Experienced by Canoe Athletes on Competition Day Based on Various Variables

Abdurrahman DEMİR¹, Alper Cavit KABAKÇI², Deniz KORKMAZ³

¹ Siirt Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Siirt, Türkiye.

² Gazi Üniversitesi, Rektörlük, Ankara, Türkiye.

³ T.C. Millî Eğitim Bakanlığı, Bursa, Türkiye.

ÖZ: Sporda duygular, başarıyı belirleyen faktörlerden biridir. Farklı branşlarındaki sporcular üzerinde psikolojik faktörlerin detaylı bir şekilde incelenmesine rağmen durgunsu kano sporcuları üzerinde yapılan araştırmaların yetersiz olduğu görülmüştür. Bu nedenle bu araştırmanın amacı durgunsu kano sporcularının müsabaka günü yaşamış oldukları duyguların incelenmesidir. Araştırmaya 166 erkek ($\bar{x}_{yaş}=15,12\pm 1,29$), 102 kadın ($\bar{x}_{yaş}=15,33\pm 1,44$) sporcu olmak üzere toplam 268 durgunsu kano sporcusu katılmıştır. Araştırmada veriler, Demografik Bilgi Formu ve Spor Duygu Ölçeği üzerinden toplanmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde, katılımcıların cinsiyet değişkenine göre Spor Duygu Ölçeği alt boyutlarının değerlendirilmesi için Bağımsız Örneklem T-Testi, milli olma değişkenine göre ise Mann-Whitney U Testi kullanılmıştır. Ayrıca, spor yaşları ile Spor Duygu Ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla Pearson Korelasyon Testi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular, kano sporcularının spor duygu ölçeği kaygı ve coşku alt boyutlarında erkek sporcular lehine anlamlı fark olduğu, sporcuların spor yaşları ile spor duygu ölçeği keyifsizlik alt boyutu arasında hafif düzeyde pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu, milli sporcu olma değişkenine göre spor duygu ölçeği mutluluk ve coşku alt boyutları arasında anlamlı farklılık olduğunu göstermiştir. Sonuç olarak müsabaka günü kadın durgunsu kano sporcularının daha fazla kaygı ve coşku duygularını yaşadıkları, deneyim arttıkça kano sporcularının keyifsizlik gibi negatif duyguları daha çok yaşadıkları, milli sporcuların ise mutluluk ve coşku duygularını daha çok yaşadıkları söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: kano, duygu durumu, yarış günü.

ABSTRACT: Emotions in sports are vital factors that determine success. Although psychological factors have been extensively studied across various sports, more research needs to be focused on flatwater canoe athletes. Therefore, this study aims to examine the emotions experienced by flatwater canoe athletes on competition day. A total of 268 athletes participated, including 166 males ($\bar{x}_{age}=15,12\pm 1,29$) and 102 females ($\bar{x}_{age}=15,33\pm 1,44$). Data were collected using a demographic information form and the Sport Emotion Scale. For statistical analysis, an Independent Samples T-Test was used to evaluate the sub-dimensions of the Sport Emotion Scale based on gender. At the same time, the Mann-Whitney U Test was applied based on national athlete status. The Pearson Correlation Test was also conducted to assess the relationship between years of experience and the sub-dimensions of the Sport Emotion Scale. The findings indicated significant differences in the anxiety and excitement sub-dimensions of the Sport Emotion Scale in favor of male athletes. There was a mild positive correlation between years of experience and the unpleasantness sub-dimension. Significant differences in the happiness and excitement sub-dimensions based on national athlete status were found. In conclusion, it can be stated that female flatwater canoe athletes experience higher levels of anxiety and excitement on competition days, and as experience increases, athletes tend to experience more negative emotions, such as unpleasantness. Furthermore, national athletes experience higher levels of happiness and excitement.

Keywords: canoe, emotional state, competition day.

AÇIK ERIŞİM

Editör:

Deniz BEDİR
Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

Hakemler:

Yasemin ARI
Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi, Tekirdağ,
Türkiye.

Uğur ABAKAY

Gaziantep Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Gaziantep, Türkiye.

İletişim:

Abdurrahman DEMİR
kanokayak@hotmail.com

Tarihler:

Geliş: 18.04.2024
Kabul: 29.05.2024
Yayınlanma: 30.06.2024

Künye:

Demir, A., Kabakçı, A. C., & Korkmaz, D. (2024). Kano sporcularının müsabaka günü yaşadıkları duyguların çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *IntJourExerPsyc*, 6(1), 37-43. <https://doi.org/10.51538/intjourexerpsyc.1469554>

1. GİRİŞ

Duygu, insanların çevreden gelen uyarılara yönelik algıları ve buna verdiği tepkileri yöneten, psikolojik, bilişsel ve davranışsal boyutta olan negatif ya da pozitif doğrultuda değişen his ve fiziksel tepkilerdir (Özgüngör, 2018). Duyguları, belirli fiziksel ve sosyal zorluklara veya fırsatlara yanıt olarak ortaya çıkan, belirli bir süreyle sınırlı, biyolojik temellere dayalı algı, deneyim, fizyoloji, davranış ve iletişim kalıpları olarak tanımlamak mümkündür. Duygusal tepkiler, çeşitli durumlar ve dış etkenlerle etkileşime girerek ortaya çıkabilmektedir (Keltner & Gross, 1999). Duygular insan yaşamına çeşitli faydalar sunmaktadır. Örneğin, duygusal bir tepki, bir kişinin tehlikeli bir durumda tetiklenen bir 'savaş veya kaç' tepkisiyle hayatta kalmasına yardımcı olabilir. Benzer şekilde, sevinç duygusu, bir bireyin motivasyonunu artırabilir. Çoğu zaman duygularımız, karşılaştığımız fırsatlar ve zorluklar karşısında enerjik ve etkili bir şekilde tepki vermeye yardımcı olan en iyi destekçilerimizdir (Lazarus, 1991). Fakat iyi yönetilemezlerse duygular negatif işlevler gerçekleştirebilir (Puig & Vilanova, 2011).

Spor dünyasında duygular, bir kişinin başarısını belirleyen faktörlerden biridir. Duygu, her türlü spor branşında her zaman rol oynar. Ancak, her spor dalının farklı özellikleri vardır, bu da içerisinde yer alan duyguların bazı durumlarda çok az olabileceği bazı durumlarda da oldukça farklı olabileceği anlamına gelir. Duygular, sporcunun ve sporun türüne bağlı olarak performansı etkileyebilir (Jones, 2003). Sporcuların pozitif ve negatif duyguları, boyutlarına bağlı olarak spor performansını etkileyebilir (Martinent & Ferrand, 2009). Müsabaka anında aşırı derecede kaygılı olan bir sporcunun verimi istenilen düzeyde olmayabilir (Vallerand & Blanchard, 2000). Bu nedenle, duyguları başarılı bir şekilde düzenleme yeteneği, birçok kişi tarafından önemli bir psikolojik beceri olarak kabul edilmektedir (Uphill ve ark., 2012). Spor ortamlarında özellikle öfke, kaygı, üzüntü, heyecan ve mutluluk duygusunun olduğu beş duygunun önemli olduğu belirtilmiştir (Jones ve ark., 2005). Sakatlıktan sonra spora geri dönme kaygısı, hata yapmaktan utanma duygusu, hakem tarafından tartışmalı bir karara öfke duyma ya da kazanma olasılığından duyulan heyecan gibi durumlar, sporcuların yarışma veya müsabaka öncesinde, sırasında ve sonrasında çeşitli duygular yaşamasına neden olabilir (Hanin, 2000; Uphill & Jones, 2007). Örneğin öfke duygusu sporcularda çok sık karşılaşılan bir duygudur. Sporcunun müsabakadaki kötü performansı, rakipten gelebilecek tehdit edici sözler ya da geçmişinde alınmış bir yenilgi öfke duygusunu tetikleyebilmektedir. Dolayısıyla öfke gibi

negatif duyguların kontrol edilmesi önemlidir (Mowlaie ve ark., 2011).

Durgunsu kano, bireysel kulvarları olan düz bir parkurda 200 metre, 500 metre ve 1000 metre mesafelerinde yarışların yapıldığı bir spor dalıdır. Bu spor dalının amacı, belirtilen mesafeyi en hızlı şekilde düz bir çizgide kürek çekerek kat etmektir (Burden, 2012). Kano branşında performans, vücut yapısı, kuvvet, dayanıklılık, teknik, irade ve motivasyon gibi çeşitli fiziksel ve psikolojik faktörlere bağlıdır (Szanto, 2004). Bu spor dalı, performansı iyileştirmek için güç ve dayanıklılığın birlikte geliştirilmesi gereken bir spordur. Kano branşı çoğunlukla bireysel (K-1, C-1) niteliktedir, ancak takım olarak (K-2, K-4; C-2, C-4) yapılan yarışlar da vardır. Birçok sporcunun birden fazla kategoriye katılması, sporcu üzerinde daha fazla iş yüküne ve olası strese neden olduğundan, genel olarak yarışmalar birkaç gün içinde yapılmaktadır (Angosto ve ark., 2021). Sporcular tek gün içerisinde bile birkaç mesafede yarışabilmektedir (İCF, 2015). Bundan dolayı kano sporcuları yeterli performans gösteremeyerek elenme kaygısı yaşayabilmekte, yoğun ve mücadele ile geçen yarışlar kano sporcularının yarış günündeki yaşadıkları duygu durumunu etkileyebilmektedir (Isorna Folgar ve ark., 2019).

Duygular, spor psikolojisi alanında popüler bir araştırma konusu haline gelmiştir. Bunun nedeni spor performansı üzerindeki etkileridir (Hagan ve ark., 2022). Çeşitli spor türlerinde her zaman duyguların rol oynadığına dair yapılan araştırmalar mevcuttur (Corbally ve ark., 2020; Lautenbach, 2017). Bu bağlamda sporda yaşanan duygularının bir araştırma konusu olarak incelenmesi gerekli bir alan haline gelmiştir (Palgunadhi & Kardjono, 2020). Daha önce yapılan derleme araştırmalar ya da meta analiz çalışmalar, duygular ile sportif performans arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur (Urfa & Aşçı, 2019). Diğer spor branşlarındaki sporcular üzerinde psikolojik faktörlerin detaylı bir şekilde incelenmesine rağmen durgunsu kano sporcuları üzerinde yapılan araştırmaların yetersiz olduğu görülmüştür. Bu nedenle kano sporcularının müsabaka günü yaşadıkları duyguların cinsiyet ve milli sporcu olma değişkenlerine göre farklı olduğu, spor yaşları ile Sporda Duygu Ölçeği alt boyutlarından coşku ve mutluluk alt boyutları arasında pozitif yönlü bir ilişki, keyifsizlik, kaygı ve öfke alt boyutları arasında negatif yönlü bir ilişkinin olduğu bu çalışmanın hipotezleridir. Bundan dolayı bu çalışmada kano sporcularının müsabaka günü yaşamış oldukları duyguların incelenmesi amaçlanmıştır.

2. METOT

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, Türk durgunsu kano sporcularının müsabaka günü yaşamış oldukları duyguların incelenmesi amacıyla yapılan betimsel bir araştırmadır. Betimsel araştırma, mevcut bir olguyu mümkün olduğu kadar doğru bir şekilde tanımlamak için kullanılan bir araştırma yöntemi olarak tanımlanır (*Büyüköztürk ve ark., 2015*). Betimsel araştırmalarda incelenen olgular halihazırda mevcuttur. Bir araştırmacının yapması gereken, test, anket, görüşme ve hatta gözlem gibi araştırma araçlarını kullanarak mevcut verileri toplamaktır. Veri toplama genellikle anket yönetimi yoluyla gerçekleştirilir ve veri analizi, nicelikselleştirmeyi içerir. Betimsel araştırmanın temel amacı, çalışma kapsamındaki olguları sistematik olarak tanımlamaktır (*Atmowardo, 2018*).

2.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın evreni Türkiye’de lisanslı olarak spor yapan durgunsu kano sporcularıdır. Araştırmanın örnekleme ise 02-03 Mart 2024 tarihlerinde Adana’da yapılan durgunsu Kano Olimpik ve Aday Milli Takım Test ve Seçme Yarışlarına katılan sporculardan oluşmaktadır. Araştırmaya bu yarışa katılan 166 erkek ($\bar{X}_{yaş}=15,12\pm 1,29$), 102 kadın ($\bar{X}_{yaş}=15,33\pm 1,44$) sporcu olmak üzere toplam 268 durgunsu kano sporcusu katılmıştır. Katılımcıların %61,9’u erkek, %38,1’i kadın, %9,7’si milli sporcu, %90,3’ünün milli sporcu değildir. Katılımcılar “kolayda örnekleme yöntemi” kullanılarak araştırmaya alınmıştır.

2.3. Veri Toplama Aracı

Verilerin toplanmasında durgunsu kano sporcularının demografik bilgileri için “Kişisel Bilgi Formu”, müsabaka anında yaşamış oldukları duyguları belirlemek için de “Spor Duygu Ölçeği” kullanılmıştır. "Jones ve ark., (2005) tarafından geliştirilen Sporda Duygu Ölçeği, Urfa ve Aşçı (2019), tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. İngilizce olarak başlangıçta formüle edilen bu ölçek, 22 duygusal ifadeyi değerlendirmek için beş aşamalı bir likert tipi ölçektir. Bu ifadeler, beş puanlık bir derecelendirme sistemiyle 0 (Hiç) ile 4 (Çok) arasında değerlendirilir. Ölçeğin amacı, sporcuların yarışma öncesi, sırası ve sonrasında yaşadıkları duyguları sistematik bir şekilde ölçmektir. Belirtilen beş alt boyut, kaygı, rahatsızlık, öfke, coşku ve mutluluk olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca, bu duygular pozitif ve negatif olarak sınıflandırılmıştır; kaygı, rahatsızlık ve öfke negatif duyguları temsil ederken, coşku ve mutluluk pozitif duyguları yansıtmaktadır. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach’s alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin Türkçe formunun orijinal beş faktörlü (Kaygı,

Keyifsizlik, Öfke, Coşku, Mutluluk) yapıyı desteklediği bulunmuştur ($\chi^2/df= 1,383$, GFI= 0,886, CFI= 0,953, RMR= 0,049, RMSEA= 0,045) (*Urfa & Aşçı, 2019*). Orijinal ölçeğin Cronbach alfa değerleri, yarışmadan önce 0,81 ile 0,88 arasında ve yarışmadan sonra ise 0,70 ile 0,89 arasında bulunmuştur.

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırma öncesi Siirt Üniversitesi Etik Kurulundan 16.02.2024-6500 sayılı ve 05.02.2024 tarihli “Etik Kurul Kararı” alınmıştır. Katılımcılara 02-03 Mart 2024 tarihinde Adana ilinde düzenlenen ‘Milli Takım Testi’ yarışlarında ulaşılmıştır. Katılımcılara müsabaka alanında yarış günü, yarışlardan hemen sonra ya da yarış aralarında ulaşılmış ve ölçekler uygulanmıştır. Ölçek fotokopi ile çoğaltılıp yarış alanında sporculardan ve antrenörlerinden izin alınarak sporcuların doldurmaları sağlanmıştır. Araştırmaya katılan sporculara araştırma ile ilgili gerekli bilgilerin olduğu form oluşturulmuş ve sporcuların gönüllü olarak araştırmaya katılmaları için bilgilendirilmiş onam formları alınmıştır. Sporcular kendi istekleri doğrultusunda gönüllü bir şekilde araştırmaya katılmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Veri analizi sürecinde, durgunsu kano sporcularının demografik özelliklerine ilişkin bulgular, frekans ve yüzde analiziyle değerlendirilmiştir. Verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığını belirlemek amacıyla Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmıştır. Yapılacak analizlere göre yapılan normallik analiz sonuçları cinsiyet açısından yapılacak karşılaştırmalarda ve korelasyon analizlerinde verilerin normal dağıldığı ancak millilik açısından yapılacak karşılaştırmalarda verilerin normal dağılmadığını göstermektedir. Bu kapsamda cinsiyet açısından yapılacak karşılaştırmalar için parametrik test olan Bağımsız Örneklem T-Test, değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Buna karşın milli olma değişkeni açısından yapılan karşılaştırmalarda ise non-parametrik test olan Mann Whitney-U testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi olarak 0,05 seviyesi kabul edilmiştir.

3. BULGULAR

Tablo 1

Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Spor Duygu Ölçeği Alt Boyutları T-Testi Analizi

	Cinsiyet	n	\bar{x}	ss	t	p
Kaygı	Erkek	166	7,32	4,11	3,140	,002*
	Kadın	102	8,98	4,30		
Keyifsizlik	Erkek	166	5,40	4,41	1,701	,090
	Kadın	102	6,39	4,86		
Öfke	Erkek	166	4,79	3,45	1,939	,054
	Kadın	102	5,62	3,33		
Mutluluk	Erkek	166	10,42	3,66	1,860	,067
	Kadın	102	9,54	3,83		
Coşku	Erkek	166	11,60	2,97	2,308	,022*
	Kadın	102	10,64	3,74		

*p<0,05

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların spor duygu ölçeği kaygı (p<,05; t=3,140) ve coşku (p<,05; t=2,308) alt boyutlarında erkek sporcular lehine anlamlı fark

olduğu görülmektedir. Keyifsizlik (p>,05; t=1,701), öfke (p>,05; t=1,939) ve mutluluk (p>,05; t=1,860) alt boyutlarında ise cinsiyet değişkenine göre herhangi bir anlamlı farkın olmadığı görülmektedir.

Tablo 2

Katılımcıların Spor Yaşları ile Spor Duygu Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişki

		Kaygı	Keyifsizlik	Öfke	Mutluluk	Coşku
Yaş	r	,057	,136*	,091	-,013	-,063
	p	,355	,026	,136	,838	,303
	n	,268	,268	,268	,268	,268

*Hafif düzeyde pozitif yönlü ilişki

Araştırmada katılımcıların spor yaşları ile spor duygu ölçeği tüm alt boyutları arasındaki ilişki olup olmadığına bakılmıştır. Tablo 2'e göre, sporcuların yaşları ile spor duygu ölçeği keyifsizlik alt boyutu

arasında hafif düzeyde pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu (r=,136; p=,026), kaygı (r=,057; p=,355), öfke (r=,091; p=,136), mutluluk (r=,013; p=,838) ve coşku (r=,063; p=,303) alt boyutlarında ise herhangi bir anlamlı ilişkinin olmadığı görülmektedir.

Tablo 3

Katılımcıların Milli Sporcu Olma Değişkenine Göre ve Spor Duygu Ölçeği Alt Boyutları Mann Whitney U Testi Analizi

Alt Boyutlar	Milli Sporcu	n	Sıra		U	P
			Ortalaması	Sıra Toplamı		
Kaygı	Evet	26	118,77	3088,00	2737	,275
	Hayır	242	136,19	32958,00		
Keyifsizlik	Evet	26	117,85	3064,00	2713	,247
	Hayır	242	136,29	32982,00		
Öfke	Evet	26	110,35	2869,00	2518	,093
	Hayır	242	137,10	33177,00		
Mutluluk	Evet	26	202,35	5261,00	1382	,000*
	Hayır	242	127,21	30785,00		
Coşku	Evet	26	179,88	4677,00	1966	,002*
	Hayır	242	129,62	31369,00		

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde milli sporcu olma değişkenine göre spor duygu ölçeği mutluluk (U=1382; p<,05) ve coşku (U=1966; p<,05) alt boyutları arasında anlamlı farklılık olduğu, kaygı (U=2737; p>,05),

keyifsizlik (U=2713; p>,05) ve öfke (U=2518; p>,05) alt boyutlarda ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

4. TARTIŞMA

Kano sporcularının müsabaka günü yaşamış oldukları duyguların incelenmesi amacıyla yapılmış olan bu çalışmada, cinsiyet değişkenine göre, kano sporcularının spor duygu ölçeği kaygı ve coşku alt boyutlarında erkek sporcular lehine anlamlı fark olduğu, keyifsizlik, öfke ve mutluluk alt boyutlarında ise anlamlı farkın olmadığı bulunmuştur. İlgili literatür incelendiğinde, Demir ve Barut (2021) durgunsu kano sporcuları üzerinde yaptıkları çalışmada, kadın sporcuların yarış anında başarısız olma korkusu gibi negatif duygular yaşadıklarını, erkek sporcuların daha fazla özgüvenli olduklarını bulmuşlardır. Erkek kano sporcularının kadın kano sporcularına göre daha fazla kendilerine güvendiklerini söylemişlerdir. Durgunsu kano ile ilgili yapılan araştırmalar sınırlı olduğundan bu branşa benzer branşlar incelenmiştir. Elit kano polo sporcuları üzerine yapılan bir çalışmada müsabakadan bir gün önce yapılan ölçümlerde kadın kano polo sporcuların erkek kano polo sporcularına göre daha fazla stres, gerginlik ve öfke duygularını yaşadıkları bulunmuştur (Di Corrado ve ark., 2021). Aynı şekilde Brandt ve ark., (2010) elit kadın yelkencilerin erkek yelkencilere göre yarışma günü daha az canlılık, daha fazla gerginlik, öfke ve kafa karışıklığı gibi duygular gösterdiklerini bildirmişlerdir. Yarışma sırasında elit yüzücülerdeki ruh hali değişikliklerini değerlendiren O'Connor ve ark., (1989) kadınlarda gerginlik ve öfke gibi duygularda önemli artışlar olduğunu bulmuştur. Di Corrado ve ark., (2014), elit kadın sutopu oyuncularından oluşan bir grupta ulusal maç sırasında ruh hallerini izleyerek gerginlik ve öfke gibi duyguların daha fazla olduğunu bulmuşlardır. Mevcut bu çalışmada da kadın kano sporcularının erkek kano sporcularına göre spor kaygı ve coşku duygularını daha yoğun yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Bu araştırma sonuçlarının literatürdeki sonuçlarla paralel olduğu söylenebilir.

Araştırmanın bir diğer değişkeni de spor yaşıdır. Mevcut bu çalışmada sporcuların spor yaşları ile spor duygu ölçeği keyifsizlik alt boyutu arasında hafif düzeyde pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu, kaygı, öfke, mutluluk ve coşku alt boyutlarında ise herhangi bir anlamlı ilişkinin olmadığı bulunmuştur. Carron ve Spink (1993), daha fazla deneyime sahip olan sporcuların daha özgüvenli ve daha yüksek saygınlık duygusuna sahip olduklarını ve bunun sonucunda da daha fazla memnuniyet duygusu yaşadıklarını belirtmişlerdir. Öte yandan Didymus ve ark., (2012) ise elit slalom kanoculararın yarışmadan hemen önce çeşitli stres durumlarını yaşadıklarını bildirmişlerdir. Bebetos ve ark., (2020) elit Yunan kano sporcularıyla yaptıkları

araştırmalarında her iki cinsiyetten genç sporcuların daha yaşlı ve daha deneyimli olanlara göre daha fazla bedensel ve bilişsel kaygı sergilediklerini bulmuşlardır. Benzer şekilde, farklı çalışmada da sporda daha deneyimli olan sporcular, özellikle bireysel sporlarda, farklı durumlarda daha iyi başa çıkabildikleri bildirilmiştir (Bebetsos & Goulimaris, 2015). Mevcut bu çalışmamızda ise daha deneyimli kano sporcularının keyifsiz duygu durumlarının daha çok olduğu, kaygı öfke mutluluk ve coşku gibi duygularda ise herhangi bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Daha önceki çalışmaları sonuçlarına bakıldığında bizim araştırma sonuçlarımızın bazı araştırmalarla paralel bazı araştırmalarla da farklı olduğu görülmektedir. Bazı çalışmalarda deneyimli sporcuların pozitif duyguları daha çok yaşadıkları ortaya çıkmışken bizim çalışmamızda deneyimli sporcuların keyifsizlik gibi negatif duyguyu daha çok yaşadıkları görülmektedir. Bunun sebebinin araştırmaların farklı kültürlerde, farklı yarışma ortamlarında yapılması, yaşı genç kano sporcularının yarış günü daha az rekabet ortamında olması ve genç sporculara başarı için fazla baskı olmaması gibi nedenler olabilir.

Bir diğer değişken olan milli sporcu olma değişkenine göre spor duygu ölçeği mutluluk ve coşku alt boyutları arasında anlamlı farklılık olduğu, diğer tüm alt boyutlarda ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. Demir ve Barut (2021) milli kanoculararın yarışma günü milli olmayan kanoculara göre daha fazla başarılı olmayı isteme duygusu taşıdıklarını belirtmişlerdir. Alekrinskis ve ark., (2019) Litvanya ulusal kano ve kürek takımı sporcuları ile genç kano ve kürek takımı sporcularının yarış öncesi duygusal durumlarını incelemiş ve milli kano ve kürek sporcuları ile daha genç kano ve kürek sporcularının kaygı düzeyleri arasında bir fark olmadığı sonucunu bulmuşlardır. Genç kadın milli voleybol takımı üzerinde yapılan çalışmada voleybolcuların yarışma yaklaştıkça kaygı düzeylerinin arttığı ve kendine güven duygularının düştüğü bildirilmiştir (Akarçesme ve ark., 2004). Bu araştırma sonuçlarının farklı olmasının farklı kültürlerde ve farklı branşlar üzerinde yapılmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Sunstroem ve Bernardo (1982) yarışma günü yaşanan kaygının yüksek seviyede olması performans düşüklüğüne neden olabileceği sonucuna ulaşmışlardır. Mevcut bu çalışmamızda ise milli sporcuların kaygı düzeylerinin düşük olduğu, milli olmayan sporculara göre müsabaka gününde mutluluk ve coşku duygularını daha yoğun yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Bunun sebebinin de milli kanoculararın eleme yarışlarında daha başarılı olup rahat bir şekilde final yarışlarına kalmaları ve elemeye kaygısı gibi negatif duyguları yaşamamaları olabileceği düşünülmektedir.

5. SONUÇ, ÖNERİLER VE SINIRLILIKLAR

Sonuç olarak müsabaka günü kadın durgunsu kano sporcularının daha fazla kaygı ve coşku duygularını yaşadıkları bulunmuştur. Ayrıca yaş ve deneyim arttıkça kano sporcularının keyifsizlik gibi negatif duyguları daha çok yaşadıkları, milli sporcuların ise mutluluk ve coşku duygularını daha çok yaşadıkları bulunmuştur.

Bu araştırma Türk durgunsu kano sporcularının yarışma günü yaşamış oldukları duygularla ilgili güncel bilgiler sunmasına rağmen araştırmaya katılan sporcuların sadece tek bir yarış döneminden seçilmesi ve sadece 02-03 Mart 2024 tarihlerinde Adana'da yapılan Durgunsu Kano Olimpik ve Aday Milli Takım Test ve Seçme Yarışlarına katılan sporculardan oluşması gibi sınırlılıklara sahiptir. Bundan dolayı bu alanla ilgili yapılacak olan gelecek çalışmalarda bu sınırlılıkları da dikkate alarak farklı araştırmalar yapılması önerilebilir.

6. ETİK BEYANI

Araştırma öncesi Siirt Üniversitesi Etik Kurulundan 16.02.2024-6500 sayılı ve 05.02.2024 tarihli Etik Kurul Kararı alınmıştır.

7. YAZAR KATKILARI

DK verileri topladı, AD ve ACK çalışmayı tasarladı, AD verileri analiz etti, AD tartışmayı yazdı, DK ve ACK son halini okuyup onayladı.

8. KAYNAKLAR

- Akarçeşme, C., Koruç, Z., & Yılmaz, V. (2004). Voleybol genç bayan milli takımının yarışma öncesi ve sonrası kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(3), 3-12. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gbesbd/issue/27981/304971>
- Alekrinskis, A., Bulotienė, D., & Dagytė, R. (2019). Peculiarities of pre-competition emotional state of the Lithuanian national kayak and canoe rowing team members and junior kayakers and canoeists. *Sporto mokslas*, 1, 12-17. <https://doi.org/10.15823/sm.2019.95.2>
- Angosto, S., Ortín-Montero, F.J., Morales-Baños, V., & Borrego-Balsalobre, F.J. (2021). Mood, burnout, and dispositional optimism in kayak polo players during their competitive stage. *Frontiers in Psychology*, 12, 667603. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.667603>
- Atmowardoyo, H. (2018). Research methods in TEFL studies: Descriptive research, case study, error analysis, and R & D. *Journal of Language Teaching and Research*, 9(1), 197-204. <https://doi.org/10.17507/jltr.0901.25>
- Bebetsos, E., & Goulmaris, D. (2015). Examination of "Pre-competition" anxiety levels, of mid-distance runners: A quantitative approach. *Polish Psychological Bulletin*, 46(3), 498-502. <https://doi.org/10.1515/ppb-2015-0056>
- Bebetsos, E., Aggelakis, E., Bebetos, G., & Gargalianos, D. (2020). Motivation psychological characteristics of canoe-kayak

- sprint elite youth athletes. *physical culture and sport. Studies and Research*, 85(1), 22-29. <https://doi.org/10.2478/pcssr-2020-0003>
- Brandt, R., da Silveira Viana, M., Crocetta, T.B., & Andrade, A. (2016). Association between mood states and performance of Brazilian elite sailors: Winners vs. non-winners. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 11(32), 119-125. <https://doi.org/10.12800/ccd.v11i32.712>
- Burden, N. A. (2012). *Rate of perceived exertion and profile of Mood State (POMS) in elite kayakers* [Doctoral dissertation]. University of Pretoria.
- Büyükköztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Demirel, F., Karadeniz, Ş., & Çakmak, E. K. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Carron, A. V., & Spink, K. S. (1993). Team building in an exercise setting. *The Sport Psychologist*, 7(1), 8-18. <https://doi.org/10.1123/tsp.7.1.8>
- Corbally, L., Wilkinson, M., & Fothergill, M. A., (2020). Effects of mindfulness practice on performance and factors related to performance in long-distance running: A systematic review. *J Clin Sport Psychol*, 14(4), 376-398. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2019-0034>
- Demir, A., & Barut, A. İ. (2021). Examining of competitive anxiety levels and achievement goals of flatwaters in terms of different variables. *International Journal of Eurasian Education & Culture*, 6(12), 1-24. <https://doi.org/10.35826/ijoecc.197>
- Di Corrado, D., Agostini, T., Bonifazi, M., & Percivalle, V. (2014). Changes in mood states and salivary cortisol levels following two months of training in elite female water polo players. *Molecular medicine reports*, 9(6), 2441-2446. <https://doi.org/10.3892/mmr.2014.2115>
- Di Corrado, D., Buscemi, A., Magnano, P., Maldonato, N.M., Tusak, M., & Coco, M. (2021). Mood states and performance in elite canoe polo players: the mediating role of stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4494. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094494>
- Didymus, F. F., Raspin, I. M., Fletcher, D., Arnold, R. (2012). Stress and coping in elite slalom canoeists prior to major competition. *Proceedings of the British Psychological Society Annual Conference*, London, UK. <https://eprints.leedsbeckett.ac.uk/id/eprint/2583/>
- Hagan Jr, J. E., Quansah, F., Ankomah, F., Agormedah, E. K., Srem-Sai, M., & Schack, T. (2022). Examining the underlying latent structure of the sports emotion questionnaire: Insights from the bifactor multidimensional item response theory. *Frontiers in Psychology*, 13, 1038217. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1038217>
- Hanin, Y. L. (2000). *Emotions in sport*. Human Kinetics.
- Isorna Folgar, M., Vazquez Figueiredo, M. J., Perez Saborido, I., Alias Garcia, A., & Vaquero Cristobal, R. (2019). Burnout syndrome among spanish high-level paddlers: Prevalence based on sociodemographic and sport practice variables. *Psychology, Society & Education*, 11, 83-97. <https://doi.org/10.25115/psye.v11i1.2070>
- Jones, M. V. (2003). Controlling emotions in sport. *The Sport Psychologist*, 17(4), 471-486. <https://doi.org/10.1123/tsp.17.4.471>
- Jones, M. V., Lane, A. M., Bray, S. R., Uphill, M., & Catlin, J. (2005). Development and validation of the sport emotion questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27(4), 407-431. <https://doi.org/10.1123/jsep.27.4.407>

- Keltner, D., & Gross, J. J. (1999). Functional accounts of emotions. *Cognition & Emotion*, 13(5), 467-480. <https://doi.org/10.1080/026999399379140>
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.
- Lautenbach, F., (2017). A laboratory study on attentional bias as an underlying mechanism affecting the link between cortisol and performance, leading to a discussion on the nature of the stressor (artificial vs. psychosocial). *Physiology & Behavior*, 175, 9-15. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2017.03.022>
- Martinent, G., & Ferrand, C. (2009). A naturalistic study of the directional interpretation process of discrete emotions during high-stakes table tennis matches. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(3), 318-336. <https://doi.org/10.1123/jsep.31.3.318>
- Mowlaie, M., Besharat, M. A., Pourbohloul, S., & Azizi, L. (2011). The mediation effects of selfconfidence and sport self-efficacy on the relationship between dimensions of anger and anger control with sport performance. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 138-142. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.027>
- O'Connor, P. J., Morgan, W. P., Raglin, J. S., Barksdale, C. M., & Kalin, N. H. (1989). Mood state and salivary cortisol levels following overtraining in female swimmers. *Psychoneuroendocrinology*, 14(4), 303-310. [https://doi.org/10.1016/0306-4530\(89\)90032-2](https://doi.org/10.1016/0306-4530(89)90032-2)
- Özgüngör, S. (2018). Duygular. In Ş. Işık (Ed.) *Psikolojiye giriş* (ss. 153-178). Pegem Akademi. <https://depo.pegem.net/9786052414132.pdf>
- Palgunadhi, F., & Kardjono, K. (2020). Emotion levels in individual game sports and martial arts. *4th International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2019)* (pp. 406-409). Atlantis Press.
- Puig, N., & Vilanova, A. (2011). Positive functions of emotions in achievement sports. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(2), 334-344. <https://doi.org/10.1080/02701367.2011.10599761>
- Szanto, C. (2004). *Racing canoeing*. International Canoe Federation. https://library.olympics.com/Default/doc/SYRACUSE/167117/racing-canoeing-csaba-szanto-international-canoe-federation?_lg=en-GB
- Uphill, M. A., & Jones, M. V. (2007). Antecedents of emotions in elite athletes: A cognitive motivational relational theory perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78(2), 79-89. <https://doi.org/10.1080/02701367.2007.10599406>
- Uphill, M. A., Lane, A. M., & Jones, M. V. (2012). Emotion Regulation Questionnaire for use with athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(6), 761-770. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.05.001>
- Urfa O., & Aşçı, F.H. (2019). Spor Duygu Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(4), 42-55. <https://doi.org/10.33689/spormetre.518329>
- Vallerand, R.J. & Blanchard, C.M. (2000). The study of emotion in sport and exercise: Historical, definitional, and conceptual perspectives. In Y. L. Hanin (Ed.), *Emotions in sport* (pp. 3-37). Human Kinetics.