

Farklı Branşlarda Spor Yapan Üniversite Düzeyindeki Öğrencilerin GÜdülenme Düzeylerinin İncelenmesi

Kürşat SENER¹, İlim SARIKAYA², Bumin Kağan ÖZDEMİR³, Ahmet Gökhan YAZICI⁴

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 02.06.2025

Kabul Tarihi: 25.07.2025

Online Yayın Tarihi:

26.08.2025

Anahtar Kelimeler:

Motivasyon, Sporda
Motivasyon, İçsel ve Dışsal
Motivasyon

DOI:

10.55238/seder.1711972

Amaç: Bu çalışmanın amacı, Kafkas Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin spora yönelik motivasyon düzeylerini incelemek ve demografik ile sporla ilişkili değişkenlere göre farklılıklarını ortaya koymaktır. **Yöntem:** Araştırmaya Sarıkamış Kampüsü'nde öğrenim gören 287 öğrenci katılmıştır. Veriler, yedi alt boyuttan ve toplam 28 maddeden oluşan Spor Motivasyon Ölçeği (SMÖ) ile toplanmıştır. Verilerin dağılımı Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri, çarpıklık ve basıklık katsayıları ile değerlendirilmiş ve parametrik testler kullanılmıştır. Ölçeğin güvenirlik analizi sonucunda Cronbach alfa katsayısı 0.855 bulunmuştur. **Bulgular:** Cinsiyet değişkenine göre erkek öğrencilerin dışsal düzenleme, içselleştirme ve tanımlama alt boyutlarında daha yüksek motivasyon puanlarına sahip oldukları belirlenmiştir. Yaş değişkeni açısından anlamlı bir fark bulunmamakla birlikte, yaş ilerledikçe motivasyon düzeylerinde azalma eğilimi gözlenmiştir. Ailede spor yapan bireylerin varlığı, içsel motivasyonun bazı alt boyutlarında anlamlı farklılık yaratmıştır. Spor branşı açısından, voleybolcuların diğer spor branşlarına kıyasla daha yüksek içsel motivasyon düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Antrenman sıklığı genel olarak istatistiksel açıdan anlamlı bulunmasa da daha sık antrenman yapan öğrencilerde motivasyon düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. **Sonuç:** Elde edilen bulgular, üniversite öğrencilerinin spora yönelik motivasyonlarının cinsiyet, yaş, ailede spor geçmişi, spor branşı ve antrenman sıklığına göre farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar, üniversite öğrencilerinin spora katılım motivasyonlarının anlaşılması ve desteklenmesi açısından önemli veriler sağlamaktadır.

Examination of Motivation Levels of University Students Engaged in Different Sports Branches

Abstract

Article Info

Received: 02.06.2025

Accepted: 25.07.2025

Online Published:

26.08.2025

Keywords: Motivation,
Motivation in Sport,
Intrinsic and Extrinsic
Motivation

Aim: The purpose of this study is to examine the motivation levels of students at the Faculty of Sport Sciences of Kafkas University toward sports and to determine differences according to demographic and sport-related variables. **Method:** The study sample consisted of 287 students enrolled at the Sarıkamış Campus of the Faculty of Sport Sciences. Data were collected using the Sport Motivation Scale (SMS), which includes 28 items across seven subscales. The distribution of the data was assessed through Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilk tests, skewness and kurtosis coefficients, and additional descriptive indicators, and parametric tests were applied. The reliability analysis of the scale yielded a Cronbach's alpha coefficient of 0.855, indicating high internal consistency. **Results:** According to gender, male students demonstrated higher motivation scores in the subdimensions of external regulation, introjection, and identification. Although no statistically significant difference was found in relation to age, a tendency for decreasing motivation levels with increasing age was observed. The presence of family members engaged in sports created significant differences in some dimensions of intrinsic motivation. In terms of sport type, volleyball players were found to have higher intrinsic motivation compared to participants from other branches. Training frequency did not create a significant overall difference, yet motivation levels were higher among students who trained more frequently. **Conclusion:** The findings indicate that university students' motivation toward sports differs according to gender, age, family sport background, type of sport, and training frequency. These results provide important insights into understanding and supporting the motivation of university students in sports participation.

¹ Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Anabilim Dalı Doktora Öğrencisi, Erzurum/Türkiye. kursat.senger@kafkas.edu.tr ORCID: 0000-0002-1588-3542

² Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum/Türkiye. ilim.sarikaya@gmail.com ORCID: 0000-0001-8976-2818

³ Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum/Türkiye. bumin.ozdemir25@gmail.com ORCID: 0000-0002-9874-8329

⁴ Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum/Türkiye. agokhan.yazici@atauni.edu.tr ORCID: 0000-0001-7069-304X

Giriş

Bireyin davranışlarını kontrol eden ve bu davranışların sürekliliğini sağlayan en temel psikolojik unsurlardan biri olan motivasyon, özellikle sporda bireyin performansını, katılımını ve psikolojik dayanıklılığını belirleyen önemli bir faktör olarak kabul edilmektedir. Motivasyon, bireyin belirli bir hedefe ulaşmak için enerji harcamasını, davranışı başlatmasını, sürdürmesini ve kontrol etmesini sağlayan içsel ve dışsal faktörler bütünüdür (Türkay ve Sökmen, 2014). Sporda motivasyon, bireyin spor faaliyetlerine neden katıldığını, bu faaliyetleri ne kadar sürdürdüğünü ve hangi düzeyde gerçekleştirdiğini anlamada temel bir faktördür (Yıldırım, 2017).

Sporcuların spora yönelmesinde etkili olan güdülerin kaynağı içsel ya da dışsal olabilmektedir. İçsel motivasyon, bireylerin spora yalnızca kendi tatminleri, gelişimleri ve aktiviteden keyif almaları için katılmalarını ifade ederken, dışsal motivasyon ödül, takdir ve ceza korkusu gibi çevresel faktörlere dayanır (Erdem, 2008). Bununla birlikte, “motivasyonsuzluk”, yani insanların hiç motive olmadığı, yani spor için içsel veya dışsal motivasyona sahip olmadığı bir durum da sporda sıklıkla karşılaşılan bir olgudur. Özellikle üniversite sporcuları arasında, motivasyonun türünün ve derecesinin, sporcunun motivasyonunu etkilediği bilinmektedir.

Literatürde sporun bireylerin motivasyonunu etkileyebileceği sıklıkla vurgulanmaktadır. Takım sporları sosyal bağlılık, iş birliği ve grup başarısına odaklanırken, bireysel sporlar bireysel yeterlilik, öz yeterlilik ve öz disiplin gibi psikolojik faktörleri vurgulama eğilimindedir (Özaslan, 2019). Bu durum, bireylerin motivasyon türleri arasında da bir farklılaşmaya yol açmaktadır. Takım sporcularında dışsal motivasyon ve özdeşleşme yoluyla düzenleyici eğilimler daha belirgin iken, bireysel sporcular daha yüksek derecede içsel motivasyon göstermektedir (Demirkesen, 2023). Ayrıca, spora katılım süresi arttıkça içsel motivasyon değerlerinin arttığı, motivasyonsuzluk değerlerinin ise azaldığı görülmüştür (Kolayış, Sarı ve Köle, 2015). Bu sonuçlar, bireylerin daha fazla deneyim kazandıkça, spora yönelik motivasyon kaynaklarının daha içsel hale geldiğini göstermektedir.

Sporcuların motivasyon düzeyi de yaş, cinsiyet, sektör, spor geçmişi ve akademik alan gibi birçok değişkene bağlı olarak değişebilmektedir (Gül, 2023). Üniversite öğrencileri söz konusu olduğunda, bu değişkenlerin sporcu kimliği üzerindeki etkisi daha da belirginleşmektedir. Öğrenim dönemi, bireyin hem fiziksel hem de zihinsel gelişimini yoğun olarak yaşadığı bir dönemdir. Bu süreçte atletik aktivitenin yaşam kalitesi, psikolojik iyilik hali ve akademik başarı üzerinde olumlu bir etkisi olabilir. Ancak bu kazanımların sürdürülebilirliği doğrudan bireyin motivasyon düzeyine ve türlerine bağlıdır (Sinan, 2015).

Bu bağlamda, farklı spor dallarında aktif olan üniversite öğrencilerinin motivasyon düzeylerinin belirlenmesi hem spor psikolojisi alanına teorik katkılar sağlamakta hem de antrenörler, beden eğitimi öğretmenleri ve spor yöneticileri için pratik, anlamlı sonuçlar ortaya koymaktadır. Aynı zamanda motivasyon düzeyinin spora katılım kararı üzerindeki etkileri incelenerek bireylerin uzun vadeli spor yapma alışkanlıklarının geliştirilmesine yönelik stratejik önerilerde bulunulabilir.

Bu çalışmanın temel amacı, farklı alanlarda spor yapan üniversite öğrencilerinin motivasyon düzeylerini belirlemek ve bu düzeylerin bazı demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini ortaya koymaktır.

Materyal ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeline dayanmaktadır. Araştırmada, geniş bir örneklemden veri toplanarak bireylerin spora yönelik motivasyon düzeyleri incelenmiştir. Kullanılan ölçme aracı, daha önce geçerlilik ve güvenilirlik analizleri yapılmış standart bir ölçek olup, araştırma kapsamında tekrar değerlendirilmiştir. Bu sayede hem geçerli hem güvenilir veriler elde edilmesi amaçlanmıştır. Araştırma, betimleyici istatistikler ile birlikte parametrik fark testlerinin kullanıldığı bir analiz süreciyle yürütülmüştür. Verilerin dağılımı ön testlerle kontrol edilmiş, ardından uygun istatistiksel yöntemler uygulanarak anlamlılık düzeyleri belirlenmiştir.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Kafkas Üniversitesi Sarıkamış Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenimlerine devam eden toplam 700 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem büyüklüğü ise $n = \frac{t^2pa}{d^2} = \frac{(1.96)^2(0.5)5}{(0.5)^2} =$ formülü kullanılarak hesaplanmış ve en az 248 öğrenci belirlenmiştir. Ancak çalışmada, 287 katılımcıdan veri toplanmıştır. Örneklem belirlenmesinde, evreni oluşturan her bir bireyin eşit seçilme olasılığına sahip olmasını sağlamak amacıyla basit rastgele örnekleme tekniği tercih edilmiştir. Bu yöntemle ilgili olarak Büyüköztürk ve arkadaşları (2017), basit rastgele örnekleme tekniğinin evrenden seçilecek bireylerin eşit seçilme şansını garanti ettiğini vurgulamaktadır.

Verilerin Toplanması

Pelletier ve arkadaşları tarafından geliştirilen 28 maddeden oluşan Sporda Güdülenme Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan “bilgi forumu” 141 katılımcıya Google Form ile ulaşılırken 146 katılımcıya ise yüz yüze kağıt metodu ile katılımcılara uygulanmıştır.

Araştırmanın Etiği

Bu çalışmada herhangi bir etik ihlale yol açmamak için verilerin toplandığı kurumdan gerekli resmi izinler alınmış, araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmış, elde edilen veriler bu çalışma dışında herhangi bir yerde kullanılmamış ve Kafkas Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan 27/03/2005 tarih ve 70 sayılı numaralı karar ile etik uygunluk raporu alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Sporda Güdülenme Ölçeği (Sport Motivation Scale), Deci ve Ryan'ın (1985) “Öz Belirleme Teorisi” temel alınarak Fransa'da “Échelle de Motivation” adıyla geliştirilmiştir. Ölçek, sporcuların motivasyon düzeylerini ölçmek amacıyla hazırlanmış, geçerliliği ve güvenilirliği çeşitli çalışmalarla kanıtlanmıştır. İlk olarak 40 sporcu ile yapılan mülakatlar sonucunda oluşturulan 70 madde, uzman görüşleri ve faktör analiziyle 28 maddeye indirgenmiş ve varyansın %69'unu açıklayan 7 alt ölçek belirlenmiştir. Pelletier ve arkadaşları (1995) tarafından geliştirilen ölçek, bireysel ve takım sporlarında, farklı yaş gruplarında güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu ortaya koymuştur. Kazak (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek; içsel güdülenme (12 madde), dışsal güdülenme (12 madde) ve güdüsüzlük (4 madde) olmak üzere üç temel boyutta değerlendirme yapmaktadır. Ölçek, sporcuların spora katılım nedenlerini belirlemede yaygın olarak kullanılmaktadır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 20.0 istatistik paket programı ile yapılmıştır. Verilerin analizinde hangi yöntem ve tekniklerin kullanılacağına karar vermek için öncelikle verilerin dağılımı kontrol edilmiştir. Verilerin dağılımı normallik testleri çarpıklık-basıklık değerleri, medyan-ortalama, standart sapma (Ss.) boxplot ve histogramlar kullanılarak kontrol edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişkenler	Grup	n	%
Cinsiyet	Kadın	118	41,1
	Erkek	169	58,9
Yaş	18-21 yaş arası	94	32,8
	21-24 yaş arası	170	59,2
	24 ve Üstü yaş arası	23	8,0
Ailede Spor Yapan	Var	155	54,0
	Yok	132	46,0
Branş	Basketbol	49	17,1
	Futbol	98	34,1
	Voleybol	71	24,7
	Hentbol	30	10,5
	Diğerleri	39	13,6
Haftalık Antrenman Sayısı	1-2	149	51,9
	3-4	103	35,9
	5-7	35	12,2
Toplam		287	100

Tablo 1’de Katılımcıların cinsiyet durumu incelendiğinde %41, 1’ si (n=118) kadın, %58, 9’u (n=169) erkek katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırmaya katılanların %32, 8’i (n=94) 18-21 yaş arası, %59, 2’i (n=170) 21-24 yaş arasında, %8, 0’ı (n=23) 24 ve üzerindedir. Araştırmaya katılanların %54, 0’ü (n=155) ailede spor yapan var mı sorusuna var cevabı verirken %46, 0’sı (n=132) ailede spor yapan var mı sorusuna yok cevabını vermiştir. Katılımcıların branş durumu incelendiğinde ise %17,1’i (n=49) basketbol, %34,1’i (n=98) futbol, %24,7’si (n=71) voleybol, %10,5’i (n=30) hentbol ve %13,6’sı (n=39) diğerleri cevabını vermiştir. Son olarak araştırmaya katılanların %51, 9’u (n=149) haftalık antrenman sayısını 1-2 gün, %35, 9’u (n=103) 3-4 gün ve %12, 2’si ise (n=35) 5-7 gün olarak cevaplamışlardır.

Tablo 2. Öğrencilerin Sporda GÜDÜLENME Düzeyleri

SGÖ	n	$\bar{X}$	s.s
Güdüzlük	287	3,60	1,25
Özdeşleştirme	287	4,79	1,46
İçselleştirme	287	4,80	1,45
Dışsal Düzenleme	287	4,56	1,33
Yasamaya Yönelik İç GÜDÜLENME	287	4,85	1,33
Başarmaya Yönelik İç GÜDÜLENME	287	4,70	1,38
Bilmeye Yönelik İç GÜDÜLENME	287	4,75	1,40
Sporda GÜDÜLENME (SGÖ) Genel	287	4,58	1,13

Tablo 2’te katılımcıların motivasyon düzeyleri incelendiğinde, “harekete geçmek için içsel motivasyon” ($\bar{X} = 4,85$, s.s. = 1,33) en yüksek ortalama değere sahip alt boyut olarak öne çıkmaktadır. Bunu “içselleştirme” ($\bar{X} = 4,80$, s.s. = 1,45) ve “özdeşleşme” ($\bar{X} = 4,79$, s.s. = 1,46) takip ediyor. Bu durum, kişilerin sportif faaliyetlere yönelik içsel güdülerinin oldukça yüksek olduğunu göstermektedir. “Dışsal düzenleme” ($\bar{X} = 4.56$, S.S. = 1.33) alt boyutunun ortalamasının üzerinde olması, katılımcıların dışsal motivasyon kaynaklarından da etkilendiğini göstermektedir. “Motivasyonsuzluk” alt boyutunun ($\bar{X} = 3,60$, s.s. = 1,25) en düşük ortalamaya sahip olması ise katılımcıların sporda güçlü bir amaç ve anlam duygusuna sahip olduklarını göstermektedir. Sporda motivasyon genel ortalama değerinin ($\bar{X} = 4.58$, s.s. = 1.13) değerlendirilmesi, katılımcıların yüksek düzeyde motive olduklarını göstermektedir. Bulgular, katılımcıların spora yönelik içsel motivasyonlarının güçlü olduğunu, ancak dışsal motivasyon faktörlerinin de destekleyici bir rol oynadığını göstermektedir.

Bu çalışmada cevap aranan ikinci araştırma sorusu: “Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin motivasyon düzeyleri cinsiyet, yaş, ailede spor yapma durumu, sektör ve haftalık spor yapma sıklığı gibi değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?” şeklindedir. Bu soruya cevap bulabilmek için elde edilen veriler bağımsız örneklem için t-testi ve parametrik farklılık testlerinden tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak çözümlene yapılmıştır.

Tablo 3. Sporda GÜDÜLENME Algılarının Cinsiyete Göre t testi Sonuçları

Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S. S	t	sd	p
Sporda GÜDÜLENME (SGÖ)	Kadın	118	4,32	1,10	-3,243	285	,001
	Erkek	169	4,75	1,11			
Bilmeye Yönelik İç GÜDÜLENME	Kadın	118	4,63	1,50	-1,201	285	,231
	Erkek	169	4,83	1,33			
Başarmaya Yönelik İç GÜDÜLENME	Kadın	118	4,41	1,32	-2,900	285	,004
	Erkek	169	4,89	1,39			
Yasamaya Yönelik İç GÜDÜLENME	Kadın	118	4,67	1,37	-1,827	285	,069
	Erkek	169	4,96	1,29			
Dışsa Düzenleme	Kadın	118	4,12	1,30	-4,759	285	,001
	Erkek	169	4,86	1,28			
İçselleştirme	Kadın	118	4,47	1,46	-3,268	285	,001
	Erkek	169	5,03	1,39			
Özdeşleşme	Kadın	118	4,43	1,50	-3,455	285	,001
	Erkek	169	5,02	1,38			
Güdüsüzlük	Kadın	118	3,49	1,22	-1,136	285	,257
	Erkek	169	3,66	1,26			

Tablo 3’te yer alan t-testi analizine göre, cinsiyetin sporda motivasyon algısında anlamlı farklılıklara neden olduğu bazı alt boyutlar bulunmaktadır. Ortalama güvenilirlik, içsel başarı motivasyonu, dışsal düzenleme, içselleştirme ve özdeşleşme boyutlarında erkekler lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p < 0.05$). Bu sonuçlar, erkek katılımcıların bu boyutlarda kadın katılımcılardan daha yüksek ortalama değerlere sahip olduğunu göstermektedir. Özellikle dışsal düzenleme ($t = -4.759$, $p = 0.001$), içselleştirme ($t = -3.268$, $p = 0.001$) ve özdeşleşme ($t = -3.455$, $p = 0.001$) boyutlarında anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Öte yandan,

içsel bilgi motivasyonu ($p = 0.231$), içsel yaşam motivasyonu ($p = 0.069$) ve motivasyonsuzluk ($p = 0.257$) boyutlarında cinsiyetler arasında istatistiksel açıdan etkileyici bir ayrım bulunmamıştır. Bu da erkeklerin sporda dışsal motivasyon kaynakları ve içselleştirilmiş hedeflerle motive olma olasılıklarının daha yüksek olduğunu, ancak bilgi edinme ve motivasyonsuzluk algılarında kadınlarla benzer düzeyde olduklarını göstermektedir. Sonuçlar, erkeklerin sporda daha hedef odaklı olduğunu ve dışsal faktörler tarafından motive edildiğini göstermektedir.

Tablo 4. Sporda GÜDÜLENME Algılarının Yaş Arasındaki İlişkiye Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.

SGÖ	Yaş Değişkeni	N	x	S.S	Sd.	Kare Ortalama	f	p	Fark
Genel	18-21	94	4,556	1,181	2	,031			
	21-24	170	4,585	1,076	284	1,286	,024	,976	
	24 ve Üzeri	23	4,597	1,342					
Bilmeye Yönelik İç GÜDÜLENME	18-21	94	4,755	1,436	2	,006			
	21-24	170	4,748	1,354	284	1,990	,003	,997	
	24 ve Üzeri	23	4,771	1,695					
Başarmaya Yönelik İç GÜDÜLENME	18-21	94	4,659	1,420	2	,258			
	21-24	170	4,700	1,325	284	1,922	,134	,874	
	24 ve Üzeri	23	4,826	1,667					
Yasamaya Yönelik İç GÜDÜLENME	18-21	94	4,816	1,405	2	,093			
	21-24	170	4,860	1,282	284	1,790	,052	,949	
	24 ve Üzeri	23	4,902	1,451					
Dışsal Düzenleme	18-21	94	4,494	1,362	2	,325			
	21-24	170	4,583	1,252	284	1,805	,180	,835	
	24 ve Üzeri	23	4,641	1,843					
İçselleştirme	18-21	94	4,800	1,468	2	,187			
	21-24	170	4,788	1,401	284	2,108	,089	,915	
	24 ve Üzeri	23	4,923	1,731					
Özdeşleştirme	18-21	94	4,712	1,525	2	,359			
	21-24	170	4,816	1,398	284	2,144	,167	,846	
	24 ve Üzeri	23	4,837	1,678					
Güdülsüzlük	18-21	94	3,656	1,234	2	1,306			
	21-24	170	3,601	1,222	284	1,570	,832	,436	
	24 ve Üzeri	23	3,282	1,532					

Tablo 4’te analiz sonuçlarına göre, motivasyon alt boyutlarının ortalama değerleri katılımcıların yaş gruplarına göre analiz edilmiştir. Genel motivasyon seviyesi açısından yaş grupları arasında etkileyici bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$). Benzer şekilde, bilgi edinmeye yönelik içsel motivasyon alt boyutunda da etkileyici bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$). Benzer şekilde, hedeflere ulaşmak için içsel motivasyon, deneyim aramak için içsel motivasyon, dışsal düzenleme, içe atma ve özdeşleşme alt boyutlarında yaş grupları arasında istatistiksel olarak etkileyici bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$). Bununla birlikte, yaş arttıkça

motivasyonsuzluk düzeyinin azaldığı görülmüştür. Özellikle 24 yaş ve üzeri yaş grubunun ortalama motivasyonsuzluk puanı ($\bar{x} = 3,282$) diğer yaş gruplarına kıyasla daha düşüktür. Bu sonuç, spora yönelik motivasyon düzeyinin artan yaşla birlikte düşebileceğini göstermektedir. Genel olarak, yaşın motivasyon türleri üzerinde önemli bir etkiye sahip olmadığı, ancak motivasyonda bazı farklılıklar yarattığı sonucuna varılabilir. Bu da yaşın bireylerin sportif motivasyonunu doğrudan etkilemediğini ancak motivasyon düzeyleri üzerinde azaltıcı bir etkisi olabileceğini göstermektedir.

Tablo 5. Sporda GÜdülenme Algılarının Ailede Spor Yapma Geçmişine Göre t testi Sonuçları

	Ailede Spor Yapan	N	x	S.S	t	sd	p
Sporda GÜdülenme (SGÖ) Genel	Var	155	4,68	1,08	1,803	285	,072
	Yok	132	4,44	1,17			
Bilmeye Yönelik İç GÜdülenme	Var	155	4,91	1,40	2,170	285	,031
	Yok	132	4,55	1,38			
Başarmaya Yönelik İç GÜdülenme	Var	155	4,83	1,34	1,849	285	,065
	Yok	132	4,53	1,41			
Yasamaya Yönelik İç GÜdülenme	Var	155	5,03	1,30	2,635	285	,009
	Yok	132	4,62	1,33			
Dışsal Düzenleme	Var	155	4,63	1,31	1,067	285	,287
	Yok	132	4,46	1,36			
İçselleştirme	Var	155	4,88	1,39	1,065	285	,288
	Yok	132	4,70	1,50			
Özdeşleştirme	Var	155	4,94	1,44	2,059	285	,040
	Yok	132	4,59	1,46			
Güdülsüzlük	Var	155	3,55	1,36	-,646	285	,519
	Yok	132	3,64	1,10			

Tablo 5'de, ailede spor yapan ve yapmayan gruplar arasındaki motivasyon düzeylerine ilişkin bağımsız örneklem t-testi sonuçları, spora yönelik genel motivasyon (SGö) açısından anlamlı bir fark olmadığını ($p = 0,072$) göstermektedir. Ancak, “bilgi için içsel motivasyon” ($p = 0,031$) ve “yaşam için içsel motivasyon” ($p = 0,009$) değişkenlerinde anlamlı farklılıklar gözlenmiş ve ailesinde spor yapan kişilerin bu motivasyon türleri için daha yüksek değerlere sahip olduğu bulunmuştur. Öte yandan, “içsel başarı motivasyonu” ($p = 0,065$), “dışsal düzenleme” ($p = 0,287$) ve “içselleştirme” ($p = 0,288$) gibi dışsal motivasyon unsurları için gruplar arasında etkileyici bir fark bulunmamıştır. “Özdeşleşme” değişkeni için ($p = 0,040$), ailesiyle birlikte spor yapan kişilerde özdeşleşmenin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Son olarak, “motivasyonsuzluk” değişkeninde etkileyici bir fark bulunmamıştır ($p = 0,519$). Bu sonuçlar, ailesiyle spor yapan kişilerin özellikle içsel motivasyon unsurlarında daha yüksek motivasyon düzeyine sahip olduğunu, ancak dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk gibi kategorilerde anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir.

Tablo 6. Sporda Güdülenme Algılarının Branş Arasındaki İlişkiye Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.

SGÖ	Branş Değişken	N	x	S.S	Sd.	Kare Ortalama	F	p	Anlamlılık
Bilmeye Yönelik İç Güdülenme	Basketbol	49	4,765	1,556					
	Futbol	98	4,693	1,359	4	5,841			1-4
	Voleybol	71	5,130	1,338	282	1,922	3,039	,018	2-4
	Hentbol	30	4,100	1,371					3-2,4
	Diğerleri	39	4,698	1,321					
Başarmaya Yönelik İç Güdülenme	Basketbol	49	4,755	1,450					
	Futbol	98	4,744	1,407	4	5,715			1-4
	Voleybol	71	4,968	1,249	282	1,856	3,079	,017	2-4
	Hentbol	30	3,950	1,459					3-4
	Diğerleri	39	4,583	1,249					
Yasamaya Yönelik İç Güdülenme	Basketbol	49	4,852	1,305					
	Futbol	98	4,936	1,334	4	7,531			1-4
	Voleybol	71	5,105	1,372	282	1,696	4,440	,002	2-4
	Hentbol	30	3,941	1,367					3-4
	Diğerleri	39	4,859	,993					5-4
Dışsal Düzenleme	Basketbol	49	4,668	1,396					
	Futbol	98	4,734	1,321	4	2,218			
	Voleybol	71	4,478	1,389	282	1,789	1,240	,294	
	Hentbol	30	4,200	1,321					
	Diğerleri	39	4,403	1,210					
İçselleştirme	Basketbol	49	4,622	1,554					
	Futbol	98	4,964	1,348	4	1,708			2-4
	Voleybol	71	4,964	1,493	282	2,087	2,289	,060	3-4
	Hentbol	30	4,150	1,564					
	Diğerleri	39	4,833	1,263					
Özdeşleştirme	Basketbol	49	4,933	1,478					
	Futbol	98	4,875	1,407	4	5,268			1-4
	Voleybol	71	4,929	1,538	282	2,087	2,525	,041	2-4
	Hentbol	30	4,025	1,534					3-4
	Diğerleri	39	4,685	1,227					
Güdülsüzlük	Basketbol	49	3,413	1,168					
	Futbol	98	3,714	1,284	4	3,006			3-5
	Voleybol	71	3,816	1,252	282	1,548	1,942	,104	
	Hentbol	30	3,408	1,085					
	Diğerleri	39	3,256	1,324					
Sporda Güdülenme Genel	Basketbol	49	4,572	1,153					
	Futbol	98	4,666	1,131	4	3,746			1-4
	Voleybol	71	4,770	1,143	282	1,242	3,017	,018	2-4
	Hentbol	30	3,967	1,177					3-4
	Diğerleri	39	4,474	,892					4-1.2.3

Tablo 6'da, farklı sporlara katılan üniversite öğrencilerinin motivasyon düzeylerine ilişkin analizler, sporların bireylerin içsel ve dışsal motivasyon türleri üzerinde farklı etkileri olduğunu göstermektedir. Voleybol öğrencilerinin bilgi, başarı ve yaşam içsel motivasyon düzeylerinde hentbol öğrencilerinden önemli ölçüde daha yüksek ortalama puanlara sahip olduğu, basketbol öğrencilerinin ise genellikle orta aralıkta yer aldığı görülmektedir ($p < 0.05$). Voleybol ve basketbol sporcularının hentbol sporcularına kıyasla daha yüksek bir başarı iç motivasyonuna sahip olmaları özellikle dikkat çekicidir. Özdeşleşme düzeyinde, voleybol ve basketbol sporcularının hentbol sporcularından daha yüksek motivasyona sahip olduğu bulunmuştur ($p < 0.05$). Öte yandan, hentbol branşındaki öğrencilerin tüm içsel motivasyon türleri için diğer branşlara kıyasla daha düşük ortalama puanlara sahip olması, bu branştaki sporcuların motivasyon kaynaklarının daha sınırlı olabileceğini düşündürmektedir. Motivasyonsuzluk alt boyutunda spor dalları

arasında anlamlı bir fark bulunmazken, voleybol branşındaki öğrencilerin genel spor motivasyonu açısından en yüksek puan ortalamasına sahip olduğu, basketbol ve futbol branşlarındaki öğrencilerin orta aralıkta yer aldığı, hentbol branşındaki öğrencilerin ise en düşük motivasyona sahip olduğu görülmüştür ($p < 0, 05$). Bu sonuçlar, sporun bireyin motivasyon düzeyi üzerinde önemli bir etkiye sahip olabileceğini ve sektöre özgü motivasyon stratejilerinin önemini vurgulamaktadır.

Tablo 7. Sporda Güdülenme Algılarının Antrenman Gün Sayısı Arasındaki İlişkiye Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.

SGÖ	Antrenman Gün Sayısı	N	X	S.S	Sd.	Kare Ortalama	f	p	Anlamlılık
Bilmeye	1/2 Gün	149	4,708	1,410	2	2,329			
Yönelik İç	3/4 Gün	103	4,900	1,301	284	1,974	1,180	,309	
Güdülenme	5/7 Gün	35	4,507	1,658					
Başarmaya	1/2 Gün	149	4,662	1,353	2	1,461			
Yönelik İç	3/4 Gün	103	4,813	1,339	284	1,913	,764	,467	
Güdülenme	5/7 Gün	35	4,500	1,619					
Yasamaya	1/2 Gün	149	4,810	1,333	2	,703			
Yönelik İç	3/4 Gün	103	4,939	1,208	284	1,785	,394	,675	
Güdülenme	5/7 Gün	35	4,750	1,668					
Dışsal	1/2 Gün	149	4,474	1,334	2	1,634			
Düzenleme	3/4 Gün	103	4,701	1,361	284	1,796	,910	,404	
	5/7 Gün	35	4,500	1,299					
İçselleştirme	1/2 Gün	149	4,882	1,309	2	,978			
	3/4 Gün	103	4,716	1,537	284	2,102	,465	,629	
	5/7 Gün	35	4,721	1,734					
Özdeşleştirme	1/2 Gün	149	4,827	1,412	2	,414			
	3/4 Gün	103	4,762	1,477	284	2,143	,193	,824	
	5/7 Gün	35	4,664	1,635					
Güdülsüzlük	1/2 Gün	149	3,464	1,181	2	5,548			
	3/4 Gün	103	3,854	1,345	284	1,540	3,602	,029	2-1
	5/7 Gün	35	3,378	1,165					
Sporda	1/2 Gün	149	4,547	1,065	2	,877			
Güdülenme	3/4 Gün	103	4,669	1,139	284	1,280	,685	,505	
Genel	5/7 Gün	35	4,431	1,358					

Tablo 7'deki analiz sonuçlarına göre, antrenman gün sayısının sporcuların motivasyon alt boyutları üzerinde genel olarak anlamlı bir fark yaratmadığı bulunmuştur ($p > 0.05$). Farklı antrenman günlerine sahip gruplar arasında içsel bilgi motivasyonu, içsel başarı motivasyonu, içsel yaşam motivasyonu, dışsal düzenleme, içselleştirme, özdeşleşme ve sporda motivasyon genel düzeyi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Ancak, motivasyonsuzluk alt boyutunda antrenman günü sayısına bağlı olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p = 0.029$). Çoklu karşılaştırma sonuçları, 2 ile 4 gün antrenman yapan grupta motivasyonsuzluğun 1 ile 1/2 gün antrenman yapan gruba kıyasla daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu da daha yoğun antrenman yapan kişilerin bazı durumlarda motivasyon eksikliği hissi yaşayabileceğini göstermektedir. Bulgular, antrenman sıklığının motivasyonel süreçler üzerindeki etkilerini anlamak için önemli veriler sağlamaktadır.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmanın sonuçları, kadın üniversite öğrencilerinin spora ilişkin motivasyon düzeylerinin demografik (yaş, cinsiyet) ve çevresel (spor türü, spor geçmişi, uyruk durumu, aile etkisi) faktörlere bağlı olarak önemli farklılıklar gösterdiğini ortaya koymaktadır. Literatürdeki benzer çalışmalarla

karşılaştırıldığında, bu sonuçların bazı açılardan örtüştüğü, bazı açılardan ise özgün bağlamsal sonuçlar içerdiği görülmektedir.

İlk olarak, cinsiyet değişkenine göre elde edilen sonuçlar, erkek öğrencilerin daha yüksek bir dışsal motivasyon düzeyine sahip olduğunu, kız öğrencilerin ise daha içsel olarak motive olduğunu göstermektedir. Bu sonuç Altıntaş ve Akalan (2008) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan çalışma ile uyumludur.

Ancak bu farklılığın sadece biyolojik cinsiyetten değil, toplumsal cinsiyet rollerinden, spora ilişkin toplumsal beklentilerden ve kadınların sporda karşılaştıkları yapısal engellerden de kaynaklandığı düşünülmektedir (Koivula, 1999). Kadınların sporu kendini gerçekleştirme, sağlık ve öz yeterlilik gibi içsel faktörlerle ilişkilendirmesi, bu eğilimi açıklayıcı faktörlerden biridir.

Yaş değişkeni ile ilgili olarak, motivasyonsuzluk düzeyinin yaşla birlikte azaldığı söylenebilir; insanlar yaşlandıkça sporu daha bilinçli ve sürdürülebilir bir faaliyet olarak görmeye başlarlar. Bu bulgu, bireyin bilişsel gelişimiyle ilişkilendirilebilir ve dikkat süresi, sorumluluk alma ve zaman yönetimi gibi becerilerin gelişmesiyle açıklanabilir (Weinberg ve Gould, 2015).

Spor geçmişi olan kişilerdeki yüksek içsel motivasyon seviyesi Bandura'nın sosyal öğrenme teorisi (1977) ile açıklanabilir. Özellikle başarı deneyimlerinin ve gözlem yoluyla öğrenilen rol modellerinin bireylerde spora yönelik olumlu tutumu güçlendirdiği varsayılmaktadır. Bu durum, Gül (2023) tarafından yapılan ve spor geçmişi olan kadın sporcuların hem daha yüksek düzeyde psikolojik iyi oluş hem de daha yüksek içsel motivasyon gösterdiğini ortaya koyan çalışmada da ifade edilmiştir.

Bireysel sporlar için de sonuçlar anlamlıdır. Özellikle voleybolda öğrencilerin içsel motivasyon değerlerinin daha yüksek olması, takım sporlarında sosyal bağlılık, işbirliği ve karşılıklı destek mekanizmalarının daha güçlü olmasıyla ilişkilendirilebilir. Clancy ve diğerleri (2016) takım sporlarının hem rekabet hem de sosyal destek açısından bireylerin motivasyon kaynaklarını artırdığını vurgulamaktadır. Öte yandan, hentbol gibi daha strateji temelli ve daha az tanınan sporlarda motivasyonun daha çok dışsal faktörlere dayandığı, yani içsel motivasyonun düşük kalabileceği varsayılabilir.

Antrenman sıklığı açısından, haftada 3-4 gün antrenman yapan bireylerin yüksek düzeyde motivasyonsuzluk göstermesi ilk bakışta çelişkili görünse de, bu durum aşırı yüklenme nedeniyle duygusal tükenmişlik ve dikkat dağınıklığı ile açıklanabilir. Gould ve Dieffenbach (2002), sporcuların yoğun antrenman dönemlerinde zihinsel yorgunluk yaşayabileceğini ve bunun da motivasyon üzerinde olumsuz bir etkisi olabileceğini tespit etmiştir. Bu nedenle, yalnızca antrenman sıklığı değil, aynı zamanda antrenmanın kalitesi ve süresi ile bireysel başarı algısı da dikkate alınmalıdır.

Araştırmanın bir diğer önemli bulgusu ise milli sporcuların içsel motivasyon ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olmasıdır. Bu durum Deci ve Ryan'ın (2000) özyönelim kuramı bağlamında değerlendirildiğinde, bireylerin özerklik, yeterlilik ve ilişkililik gibi temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasının içsel motivasyonu ve psikolojik iyi oluşu desteklediği söylenebilir. Milli sporcuların daha güçlü bir spor kimliği geliştirmeleri de motivasyonlarını içsel faktörlere odaklamalarını kolaylaştırmaktadır.

Özetle, bu çalışma sporda motivasyonun çok boyutlu bir yapı olduğunu ve sadece bireysel değil, aynı zamanda sosyal, çevresel ve kültürel faktörlerden de etkilendiğini göstermektedir. Sonuçlar, özellikle kadın sporcuların teşvik edilmesi, takım sporlarının sosyal yönlerinin güçlendirilmesi ve antrenman süreçlerinin

bireysel farklılıklar dikkate alınarak yapılandırılması gerektiğine işaret etmektedir. Bu bağlamda, spor psikolojisi ve pedagojisi alanında çalışan uzmanların bireysel motivasyonu artıracak uygulamalar geliştirerek hem performansı hem de psikolojik iyi oluşu desteklemeleri önerilmektedir.

Bu çalışma, üniversite düzeyinde farklı spor dallarında aktif olan bireylerin motivasyon düzeylerinin bireysel ve çevresel değişkenlere bağlı olarak anlamlı farklılıklar gösterdiğini ortaya koymuştur. Sporda motivasyonun bireyin sosyo-demografik özellikleri, spor geçmişi, spor türü ve antrenman alışkanlıkları gibi çeşitli faktörlerden etkilenen çok boyutlu bir yapıya sahip olduğu tespit edilmiştir. Motivasyonun atletik performans, atletik devamlılık ve bireyin psikolojik dayanıklılığı üzerindeki belirleyici rolü düşünüldüğünde, bu sonuçlar literatüre önemli bir katkı sağlamaktadır.

Çalışmada cinsiyet değişkeninin ardından elde edilen sonuçlar, erkek öğrencilerin dışsal motivasyon, içselleştirme ve özdeşleşme gibi yönlendirilmiş motivasyon türlerinde daha yüksek puanlara sahip olduğunu, kız öğrencilerin ise spora katılımlarını içsel nedenlere dayandırma eğiliminde olduklarını göstermiştir. Bu bulgu, sporda motivasyonda cinsiyet farklılıklarını desteklemektedir ve Altıntaş ve Akalan (2008) ve Koivula (1999) gibi çalışmalarla tutarlıdır. Kadınların sporu öz yeterlilik, sağlık kazanımları ve psikolojik tatmin gibi içsel nedenlerle ilişkilendirmeleri, spora yönelik daha uzun vadeli ve istikrarlı bir motivasyon yapısına sahip olduklarını göstermektedir.

Çalışmanın sonuçları, yaş açısından anlamlı bir fark olmamasına rağmen, motivasyon derecesinin yaşla birlikte azaldığını göstermiştir. Bu durum, insanların yaşlandıkça spora katılımlarında daha bilinçli, daha niyetli ve daha sürekli hale geldiklerini ve spora katılımın artık sadece fiziksel tatmin için değil, zihinsel ve duygusal tatmin için de bir araç olarak görüldüğünü göstermektedir. Weinberg ve Gould'un (2015) tespit ettiği gibi, yaşla birlikte gelişen bilişsel olgunluk ve yaşam deneyimi, bireylerin motivasyon kalıplarını daha içsel bir düzeye kaydırmaktadır.

Araştırmanın dikkat çeken bir diğer bulgusu ise ailesinde spor geçmişi olan bireylerin daha yüksek düzeyde içsel motivasyona sahip olmalarıdır. Bu sonuç, Bandura'nın (1977) sosyal öğrenme teorisi temelinde değerlendirildiğinde, sporun bir rol model aracılığıyla öğrenilmesini ve benimsenmesini desteklemektedir. Aile üyeleri ve spor arasındaki ilişkinin bireyin kendini geliştirmesi ve sportif kimliğinin oluşması üzerinde doğrudan etkisi olduğu varsayılmaktadır. Özellikle bilgi edinme ve zevk motivasyonu türlerinde gözlemlenen yüksek puanlar, sporu bir yaşam biçimi olarak içselleştirmiş bireylerin uzun vadeli katılım eğilimlerini açıklamak açısından önemlidir.

Sektörel farklılıklar incelendiğinde, başta voleybol olmak üzere takım sporlarına katılan öğrencilerin bilgi edinme, başarı ve hayattan zevk alma gibi içsel motivasyon türlerinde daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür. Bu sonuç, Clancy ve diğerlerinin (2016) sosyal bağlılık ve grup desteği gibi faktörlerin takım sporlarında içsel motivasyonu artırdığı yönündeki bulgularıyla tutarlıdır. Öte yandan, hentbol gibi daha az yaygın ve daha az destekleyici yapılara sahip sektörlerde motivasyon düzeylerinin görece düşük olması, yapısal faktörlerin motivasyon üzerindeki etkisine işaret etmektedir.

Antrenman gün sayısı açısından genel motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmamakla birlikte, haftada 3-4 gün antrenman yapan bireylerde motivasyonsuzluk düzeyinin daha yüksek olması dikkat çekicidir. Bu bulgu, sporcuların aşırı yüklenme, psikolojik tükenmişlik ve performans baskısı gibi faktörlere

maruz kalabileceğini göstermektedir. Gould ve Dieffenbach (2002) tarafından da vurgulandığı üzere, antrenmanın sıklığı kadar, süresi, yoğunluğu ve bireyin başarı algısı da motivasyonel süreçleri doğrudan etkileyebilmektedir.

Sonuç olarak, bu çalışma bireylerin spora yönelik motivasyonlarının yalnızca bireysel psikolojik eğilimlerle değil, aynı zamanda sosyal çevre, kültürel normlar, toplumsal roller ve yapısal koşullarla şekillendiğini göstermektedir. Kadınların içsel güdülenmeye daha yatkın olması, spor geçmişi olan bireylerin daha güçlü spor kimliği geliştirmesi ve takım sporlarının sosyal motivasyonu artırıcı etkisi, spor alanında daha bütüncül ve birey odaklı planlamalar yapılmasını zorunlu kılmaktadır. Bu bağlamda, motivasyonu etkileyen faktörlerin çok boyutlu olarak ele alınması ve bireylerin ihtiyaçlarına uygun stratejik müdahalelerin geliştirilmesi hem performans hem de spor katılımının sürdürülebilirliği açısından büyük önem taşımaktadır.

Öneriler

- Üniversite öğrencilerinin spora yönelik motivasyon düzeyleri düzenli olarak izlenmeli, içsel ve dışsal motivasyon türlerini dengeleyici programlar geliştirilmelidir.
- Kadın sporcuların içsel motivasyonlarını desteklemek amacıyla toplumsal cinsiyet eşitliği odaklı farkındalık çalışmaları ve yapısal destek sistemleri yaygınlaştırılmalıdır.
- Ailelerin spora katılımı özendirilmeli ve özellikle genç bireylerde içsel motivasyonu artırmak üzere aile temelli spor politikaları teşvik edilmelidir.
- Takım sporlarının sosyal bağ ve aidiyet duygusunu geliştiren yönleri, bireysel spor yapan öğrenciler için de uygulanabilir hâle getirilmelidir.
- Antrenman programları planlanırken sadece sıklık değil, sporcuların psikolojik dayanıklılığı, tükenmişlik riski ve motivasyon düzeyi de dikkate alınmalıdır.
- Sporcuların özerklik, yeterlik ve ilişkilene gibi temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılayacak öğrenme ve antrenman ortamları oluşturulmalıdır.

Kaynaklar

- Altıntaş, A., & Akalan, C. (2008). Sporcularda motivasyonel iklim ve hedef yönelimi. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 92–103.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Demirel, F., Karadeniz, Ş., & Çakmak, E. K. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (24. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Clancy, R. B., Herring, M. P., & Campbell, M. J. (2016). Motivation measures in sport: A critical review and bibliometric analysis. *Frontiers in Psychology*, 7, 643. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00643>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior* (pp. 231–242). New York: Springer. doi:10.1007/978-1-4899-2271-7
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Demirkesen, M. (2023). *15-19 yaş arası amatör futbolcuların sporda güdülenme düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Gedik Üniversitesi).

- Erdem, M. (2008). *Amerikan futbolu sporcularında Sporda Güdülenme Ölçeği'nin geliştirilmesi* (Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi).
- Gould, D., & Dieffenbach, K. (2002). Overtraining, underrecovery, and burnout in sport. In J. M. Silva & D. E. Stevens (Eds.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (5th ed., pp. 25–56). Boston, MA: McGraw-Hill.
- Gül, E. (2023). *Kadın sporcuların güdülenme ve mental iyi oluş düzeyleri ile sportif yeterlik ilişkisi* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi).
- Kazak, Z. F. (2004). Sporda güdülenme ölçeğinin Türk sporcuları için güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 191–206.
- Koivula, N. (1999). Gender stereotyping in televised media sport coverage. *Sex Roles*, 41(7–8), 589–604.
- Kolayış, H., Sarı, İ., & Köle, Ö. (2015). Takım sporlarıyla uğraşan kadın sporcuların imgeleme, güdülenme ve kaygı puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 13(2), 129–136.
- Özaslan, B. R. (2019). *Takım ve ferdi sporcuların güdülenme düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi).
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 35–53.
- Sinan, S. (2015). *Spor yapan lise öğrencilerinin güdülenme profilleri ve başarı algısı özelliklerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi).
- Türkay, H., & Sökmen, T. (2014). Beden eğitimi ve spor bölümü öğrencilerinin sporda güdülenme kaynakları ve stresle başa çıkma tarzları. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(3), 1–9.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology* (6th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Yıldırım, P. (2017). *Ortaokul öğrencilerinin yaptıkları spor branşlarına göre spora güdülenme düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi).

Makale Alıntısı

Senger, K., Sarıkaya, İ., Özdemir, B.K. & Yazıcı, A.G. (2025). Farklı Branşlarda Spor Yapan Üniversite Düzeyindeki Öğrencilerin Güdülenme Düzeylerinin İncelenmesi [Examination of Motivation Levels of University Students Engaged in Different Sports Branches], *Spor Eğitim Dergisi*, 9 (2), 253-265.



Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.