

SPORCULARIN PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARI

Filliz BİLGE*

* Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi

ÖZET

Doksan-beş erkek milli sporcu ile 104 sporcu olmayan toplam 199 üniversite öğrencisine Edwards Kişisel Tercih Envanteri uygulanarak sporcularla sporcu olmayanların, takım sporcularıyla bireysel sporcuların ve değişik dallardaki sporcuların psikolojik ihtiyaçları karşılaştırılmıştır. Sporda başarıyı etkileyen bazı kişilik özelliklerinin olduğunu ve bunun da spor dallarına bağlı olarak değişebildiğini gösteren bulguların ışığı altında bazı önerilerde bulunulmuştur.

ABSTRACT

Ninety-five national sportsmen and 104 nonsportsmen, totally 199 university students were taken as a sample. The Edwards Personal Preference Inventory were utilized. The psychological needs of sportsmen and nonsportsmen, team sportsmen and individual sportsmen and the sportsmen in various branches were compared. "Success in sports were influenced by some personality characteristics and this may change according to different sports branches" were some of the findings. In the light of these findings, some suggestions were made.

GİRİŞ

Günümüzde spor "oyun", "oyalanma", "İşten uzak durmak" olan sözlük anlamını taşımış bir görünüm içerisine girmiştir. Sporun içerdiği öğeler, çeşitli kaynakların ışığı altında (18, 9, 16) bireyin toplumsal uyumu, ruh ve beden sağlığı, yarışma kazanma olarak ileri sürülebilmektedir. Ayrıca sporun boş zaman uğraşısı olmasının yanısıra bir meslek durumuna gelmesi de toplumsal bir kurum olarak etkililiğini artırmaktadır (17, 10, 16).

Sporun çeşitliliği ve işlevlerinden dolayı giderek artan önemi gözönüne alınarak, verimin artırılabilmesi için psikoloji biliminden yararlanılmış ve ortaya çıkan Spor Psikolojisi aracılığıyla sporcunun performansını etkileyebilecek olumlu ya da olumsuz tüm psikolojik süreçlerle ilgilenilmesi yoluna gidilmiştir (4). Ele alınan psikolojik boyutlar bir başka deyişle sporcuların ihtiyaçları, ilgileri, güdülerinin incelenebilmesi, gerek bireysel farklılıklar dikkate alındığı, gerekse spor dünyasındaki inanılmayacak büyüklükteki ilerlemelerin beraberinde getirdiği sorunların giderilebilmesi yolunda adımlar atılabileceği için antrenörlere ve sporculara yararlar sağlamaktadır (19, 4, 1). Ayrıca çeşitli spor

dallarının da farklı kişilik özellikleri, motivasyon nitelikleri ve psikomotor beceriler gerektirdiği, bu özelliklerin önce varlığının daha sonra ise geliştirilmesinin önemli olduğu ileri sürülmektedir (4).

Gerek yurtdışında yapılmış birçok araştırma (11, 20, 2, 8, 3, 7, 12) gerekse yurdumuzda yapılmış araştırmalar (5, 6, 14) spor ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin yönü hakkında çelişkili sonuçlar vermekte olup kendi örnekleriyle sınırlı bulunmaktadır. Bu çalışmada ise önemli kişilik özelliklerinden biri olan psikolojik ihtiyaçların sporcularla sporcu olmayanlar ve sporcuların kendi içlerinde bir farklılık gösterip göstermediği incelenmeye çalışılarak hem bu konuda bir adım atılması hem de eğitime, psikolojiye, antrenörlere ve sporculara bazı yararlar sağlanabilmesi amaçlanmıştır.

Problem

Değişik spor dallarındaki (hentbol, basketbol, voleybol ve atletizm) erkek sporcuların psikolojik ihtiyaçları nelerdir? sorusu aşağıdaki alt problemlerin sınırları içinde ele alınmıştır.

Alt problemler

1. Değişik spor dallarındaki (hentbol, basketbol, voleybol ve atletizm) erkek sporcuların psikolojik ihtiyaçları sporcu olmayanların psikolojik ihtiyaçlarından farklı mıdır?
2. Takım sporcularının (hentbolcu, basketbolcu ve voleybolcular) psikolojik ihtiyaçları bireysel sporcuların (atletler) psikolojik ihtiyaçlarından farklı mıdır?
3. Değişik spor dallarındaki (hentbol, basketbol, voleybol ve atletizm) erkek sporcuların psikolojik ihtiyaçları birbirinden farklı mıdır?

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni 18-25 yaşlar arasında bulunan ve çeşitli üniversitelerde okuyan erkek öğrencilerdir. Bu evren, 'sporu ve sporcu olmayan alt evrenlerden oluşmaktadır. Örneklem giren bireyler ise 95 sporcu ile 104 sporcu olmayan toplam 199 erkek üniversite öğrencisidir. Sporcu örneklemi milli takımda yer alan 23 hentbolcu, 22 basketbolcu, 26 voleybolcu ve 24 atletten oluşmuştur.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada örnekleme giren bireylerin psikolojik ihtiyaçlarıyla ilgili veri toplamak üzere, Edwards tarafından geliştirilen ve Kuzgun (15) tarafından dilimize çevrilip geçerliliği ve güvenilirliği saptanmış olan Edwards Kişisel Tercih Envanteri kullanılmıştır. Ölçek başarı, uyarılık, düzen, gösteriş, özerklik, duyguları anlama, yakınlık, ilgi görmek isteme, başatlık, kendini suçlama, şefkat gösterme, değişiklik, dayanıklılık, karşı cinsle ilişkiler ve saldırganlık ihtiyaçları olmak üzere toplam 15 ayrı puan vermektedir.

Verilerin Çözümlemesi

Bu araştırmada elde edilen verilerin çözümlenmesinde betimleyici istatistikler, t testi ve tek yönlü varyans analizi için MICROSTAT paket programı kullanılmıştır. Varyans analizi sonucunda anlamlı bulunan F değerleri için ortalamaların karşılaştırılmasında Scheffe testinden (13) yararlanılmıştır.

BULGULAR VE YORUM

1. Milli sporcularla sporcu olmayanların psikolojik ihtiyaçlarının karşılaştırılması sonucunda düzen, kendini suçlama ve karşı cinsle ilişkiler dışındaki ihtiyaçlar açısından gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. (Tablo 1)

Sporcu olmayanların düzen ve kendini suçlama ihtiyaçlarının milli sporculara, milli sporcuların karşı cinsle ilişkiler ihtiyacının ise sporcu olmayanlara kıyasla anlamlı düzeyde farklı olduğu saptanmıştır.

Araştırma bulgularına dayalı olarak düzen ihtiyacı ele alındığında sporcu olmayanların daha titiz ve ayrıntılar ile uğraşan kişiler olmalarına karşın milli sporcuların ayrıntılarla fazla uğraşmayan, gerektiğinde planlarında değişiklikler yapabilen kişiler oldukları, kendini suçlama ihtiyacı açısından milli sporcuların sporcu olmayanlara göre yeterli benlik imajı geliştirmiş, özsaygısı ve kendini kabulü yüksek kişiler oldukları, karşı cinsle ilişkiler ihtiyacı dikkate alındığında ise sporcu olmayanların toplumsal ve kültürel yapının etkisinde kalarak cinsel isteklerini karşı cinsle flört şeklinde doyurmadıkları ve bunları bastırdıkları, milli sporcuların ise hareketli, sosyal yaşantılarında ötürü bunları bastırmayıp karşı cinsle etkileşim içine girmekten hoşlandıkları ve bu ihtiyaçlarını olumlu yönde bir davranışla giderdikleri için davranışlarının güçlendiği ileri sürülebilir.

Tablo 1

Milli Sporcularla Sporcu Olmayanların Psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin puanların ortalamaları, standart sapmaları ve ortalamalar arası farkların t değerleri

İhtiyaçlar	Milli Sporcular		Sporcu Olmayanlar		t Değeri
	X	S	X	S	
Başarı	14.92	3.46	14.06	3.82	1.49
Uyarılık	10.53	3.93	10.52	4.13	.41
Düzen	10.23	4.28	12.26	4.00	3.08**
Gösteriş	12.77	3.77	12.20	4.18	.90
Özerklik	14.23	3.75	14.33	3.47	.42
Duyguları an.	16.14	4.57	15.96	3.72	.39
Yakınlık	14.62	3.60	14.28	3.95	.55
İlgi Görmek İs.	14.10	4.73	13.73	4.01	.53
Başatlık	14.35	4.45	15.06	3.75	1.09
Kendini Suç.	12.12	4.12	13.38	3.52	2.07*
Şefkat Gös.	15.79	4.43	15.65	4.26	.20
Değişiklik	14.64	4.02	15.04	3.82	.63
Dayanıklılık	13.79	5.03	14.64	4.36	.12
Karşı cins.i	16.85	5.38	14.77	5.33	2.44*
Saldırganlık	14.94	4.44	14.10	3.95	1.25
n	78		81		

t= 1.65 (.05), sd= 157

* **

p<.05, p<.01 düzeyinde anlamlıdır.

2. Takım sporcuları ile bireysel sporcuların psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin puanların karşılaştırılması sonucunda takım sporcularının gösteriş ve saldırganlık ihtiyaçlarının bireysel sporculara, bireysel sporcuların uyarılık ve kendini suçlama ihtiyaçlarının takım sporcularına göre anlamlı düzeyde farklı olduğu saptanmıştır (Tablo 2).

Tablo 2

Takım sporcularıyla bireysel sporcuların psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin puanların ortalamaları, standart sapmaları ve ortalamalar arası farkların t değerleri

İhtiyaçlar	Takım Sporcusu		Bireysel Sporcu		t Değeri
	X	S	X	S	
Başarı	14.96	3.79	14.82	1.94	.13
Uyarılık	9.85	3.66	12.94	4.04	3.01**
Düzen	10.00	4.20	11.06	4.59	.90
Gösteriş	13.15	3.90	11.41	2.98	1.69*
Özerklik	14.34	3.78	13.82	3.73	.50
Duyguları An.	16.10	4.95	16.29	2.87	.15
Yakınlık	14.56	3.36	14.82	4.46	.26
İlgi Görmek İs.	14.46	5.04	12.82	3.19	1.26
Basatlık	14.26	4.44	14.65	4.60	.31
Kendini Suç.	11.64	3.93	13.82	4.48	1.96*
Şefkat Gös.	15.96	4.47	15.24	4.35	.58
Değişiklik	14.70	4.06	14.41	3.99	.26
Dayanıklılık	13.49	5.04	14.88	5.00	1.00
Karşı cins.i	16.84	5.10	16.88	6.45	.03
Saldırganlık	15.70	4.02	12.12	4.85	3.12**
n	61		17		

t= 1.67 (.05), sd= 76

* **

p<.05; p<.01 düzeyinde anlamlıdır.

Bu bulgulara dayalı olarak takım sporcularında başkalarının dikkatini çekme ve ilgi merkezi olmaktan hoşlanma, karşıt düşüncelere karşı gelme, kendini açıklamakta cesur ve enerjik olma, başkalarıyla alay etme, öfkelenme, bireysel sporcularda ise diğerlerinden fikir alma, yönergeleri izleyip bekleneni yapma, diğerlerinin önderliğini kabul etme, bir şeyi yaptığında suçluluk hissetme, işler yolunda gitmediğinde suçu kendinde arama, beceri gösteremediğinde hemen çökme gibi niteliklerin diğer gruba kıyasla daha ağır bastığı ileri sürülebilir.

3. Değişik spor dallarındaki (hentbol, basketbol, voleybol ve atletizm) sporcuların psikolojik ihtiyaçlarının birbirinden farklı olup olmadığının test edilmesine ilişkin olarak elde edilen sonuçlar Tablo 3'de sunulmuştur.

Tablo 3

Hentbolcular, basketbolcular, voleybolcular ve atletlerin psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin puanların ortalama, standart sapma, F Değeri ve Scheffe testi sonuçları

İhtiyaç		Grup 1 (Hen)	Grup 2 (Baş)	Grup 3 (Vol)	Grup 4 (At)	F Değeri	Scheffe Test Sonuç.
Başarı	X	15.28	14.45	15.17	14.82	.24	
	S	3.39	4.50	3.40	1.94		
Uyarlık	X	9.48	8.50	11.94	12.94	6.53**	1-4,2-3,2-4
	S	3.49	2.92	3.89	4.04		
Düzen	X	10.43	9.55	10.06	11.06	.42	
	S	4.41	4.31	3.98	4.59		
Gösteriş	X	12.24	14.59	12.44	11.41	2.81*	
	S	4.15	3.55	3.70	2.98		
Özerklik	X	13.95	15.05	13.94	13.82	.48	
	S	4.04	4.19	2.92	3.73		
Duy.An.	X	18.52	14.50	15.22	16.29	3.40*	1-2
	S	5.31	4.97	3.42	2.87		
Yakınlık	X	15.05	13.86	14.83	14.82	.45	
	S	3.34	3.37	3.42	4.46		
İl.Gör.l.	X	13.67	15.00	14.72	12.82	.84	
	S	6.38	5.24	2.54	3.19		
Başatlık	X	14.00	15.41	13.17	14.65	.91	
	S	4.49	4.84	3.73	4.60		
Kend.Suç.	X	11.24	11.23	12.61	13.82	1.77	
	S	3.38	3.98	4.49	4.48		
Şef.Gös	X	16.38	15.95	15.44	15.24	.25	
	S	5.33	4.75	2.97	4.35		
Değişik	X	14.62	14.77	14.72	14.41	.03	
	S	4.61	3.45	4.28	3.99		
Dayanık.	X	15.43	10.32	15.11	14.88	5.86**	1-2,2-3,2-4
	S	4.24	4.47	4.83	5.00		
Kar.C.l.	X	15.33	19.50	15.33	16.88	3.04*	
	S	5.24	4.64	4.33	6.44		
Saldırganlık	X	14.43	17.32	15.28	12.12	5.28**	2-4
	S	4.93	3.47	2.82	4.85		

F= 2.74 (.05); Scheffe Kat= 2.84

* **

p<.05 p< ,0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablodan da anlaşılacağı gibi değişik spor dallarındaki sporcular, psikolojik ihtiyaçlar yönünden karşılaştırıldıklarında atletlerin uyarlık ihtiyacının hentbolculara ve basketbolculara, voleybolcuların uyarlık ihtiyacının basketbolculara, hentbolcuların duyguları anlama ihtiyacının basketbolculara, hentbolcuların, voleybolcuların ve atletlerin dayanıklılık ihtiyacının basketbolculara ve basketbolcuların saldırganlık ihtiyacının atletlere kıyasla anlamlı düzeyde farklı olduğu sonucuna varılmıştır.

Bu bulgulara dayalı olarak anlamlı farklılıklar gösterdikleri gruplara kıyasla, hentbolcularda başkalarını gözleme, başkalarının ne yaptığını değil de neden öyle yaptıklarını anlamaya çalışma, kendini başkalarının yerine koyma, sebatlı olma, bir işi bitirinceye kadar yoğun çalışma, engellenmekten hoşlanmama; basketbolcularda karşı düşüncelere karşı gelme, kendini açıklamakta cesur ve enerjik olma, başkalarıyla alay etme, öfkelenme daha az sebatlı olma iş üzerinde yoğun çalışmama; voleybolcularda ve atletlerde diğerlerinden fikir alma, yönergeleri izleyip bekleneni yapma, diğerlerinin önderliğini kabul etme, sebatlı olma ve yine atletlerde kendini açıklamakta cesur ve enerjik olmama, karşı düşüncelere karşı gelememe gibi niteliklerinin bulunduğu ileri sürülebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, konu ile ilgili olarak yapılan diğer araştırmaların bazı sonuçları açısından çelişkili olmakla birlikte, sporda üstün başarıyı (milli olma) etkileyen bazı kişilik özellikleri olduğu ve bunun da spor dallarına bağlı olarak farklılık gösterdiği ortaya konmuştur.

Sınırlı bir örneklem üzerinde yapılmış olan bu çalışmanın daha fazla sayıda bireylerle gerçekleştirilebilecek ve cinsiyet, eğitim, sosyo-ekonomik düzey gibi değişkenleri de içine alabilecek başka araştırmalarla desteklenmesi gerekmektedir. Bu araştırma açısından getirilebilecek en önemli öneri ise sporcuların yetiştirildiği eğitim kurumları, kulüpler ve milli takımlarda sporcunun performansını, başarısını etkileyebilecek yeterlikte danışman psikologların görev almasıdır.

KAYNAKLAR

1. Açıkada, C. ve E. Ergen. "Psikolojik Antrenman", **Bilim ve Teknik**, 9, (1986) 222: 34-36
2. Balazs, K.E. "Psycho-Social Study of Outstanding Female Athletes", **The Research Quarterly**, 46, (1975). 2: 267-273
3. Balazs, K.E. ve E. Nickerson. "A Personality Needs Profile of Some Outstanding Female Athletes", **Journal of Clinical Psychology**, 32, (1976). 1: 45-49
4. Başer, Ergun. **Uygulamalı Spor Psikolojisi: performans Sporunda Psikolojinin rolü**. M.E.G.S.B. Beden Terbiyesi ve Spor Gn. Md. Yayınları, 1, (1986)
5. Bayar, Perican. "Atletlerin Kişilik Özellikleri", Ankara Üniversitesi, (1983)
6. Coşkuntürk, S. Osman. "Kişilik Özelliklerinden Kendine Güven, Kararlılık ve Başarı Dürtüsünün Sportif Performans ve Geliştirilmesine Etkileri", Gazi Üniversitesi, (1988)
7. Craighead, D.J. ve Ark. "Personality Characteristics of Basketball Players, Starters ve Non-Starters", **International Journal of Sport Psychology**, 17, (1986). 110-119
8. Ellison, K. ve J. Freischlag. "Pain Tolerance, Arousal and Personality Relationships of Athletes and Nonathletes", **The Research Quarterly**, 46, (1975). 2: 250-255
9. Fişek, Kurthan. **Spor Yönetimi**, 1, (1980). 35
10. ----- **Türkiye'de ve Dünyada Spor Yönetimi** (1980) 87
11. Fletcher, R. ve L. Dowell. "Selected Personality Characteristics of High School Athletes and Nonathletes", **Journal of Psychology**, 77, (1971) 39-41
12. Geron, E., D. Furst ve P. Rotstein. "Personality of Athletes Participating in Various Sports", **International of Sport Psychology**, 17, (1986) 120-135
13. Glass, V.G. ve J.C. Stanley. **Statistical Methods in education and Psychology**. New Jersey:: Prentice-Hall, Inc, (1970) 338-393
14. Kuruç, Z. ve P. Bayar. "Sporun Kişilik Üzerine Etkileri", Yayımlanmamış Araştırma Raporu, (1989)
15. Kuzgun, Yıldız. "Edwards Kişisel Tercih Envanterinin Türkiye'de Güvenirliği ve Geçerliliği", **A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi**, 17, (1985) 1-2: 69-85
16. Oka, Alev. "Sosyalleşme Süreci ve Spor", Gazi Üniversitesi, (1986)
17. Özoğlu, Ç. Süleyman. **Spor Psikolojisi**. Ankara, (1977)
18. Sönmez, Fikret. Spor Psikolojisi. Basılmamış Ders Notları, Manisa, (1976)
19. Tutko, A.T ve W.J. Richards. **Psychology of Coaching**. Boston, (1971)
20. Wendt, D.T. ve T.W. Patterson. "Personality Characteristics of Women in Intercollegiate Competition", **Perceptual and Motor Skills**, 38, (1974) 861-862