

# YÜKSEK SEVİYELİ SPORCULARIN KİŞİLİK TESTLERİ VE PSİKOLOJİK DANIŞMA

Reinhard Franke, Federal Almanya

Çeviri: Ziya Koroç  
Perican Bayar



## GİRİŞ

Son yıllarda üzerinde büyük bir dikkatle durulan konu "Spor ve Kişilik"tir (Bachleitner, 1984, Kirkaldy, Mummerdey, Eysenck, Sack, Simons, 1983). Bu araştırmacılarından bir kısmı kişilik özellikleri ve sportif performans arasındaki ilişkiyi açıkça ortaya koymuştur (Eysenck, 1982, Kirkaldy, 1983). Bazılarında ise anlamlı ilişki bulunamamıştır, çünkü sporcuların değerlendirilmesinde birbirini tutmayan bulgulara rastlanmıştır (Mummendy, 1983, Sack, 1982).

Yukarıdaki tartışma sporda uygulanan psikolojik danışmalar için ayrıca önemlidir. Gerçek yeteneği saptama ve zirve sporcusunu seçmeyi hedefleyen spor psikolojisindeki danışma programlarında performans düzeyi ile kesin kişilik özellikleri ya da kişilik değişkenleri arasında bir ilişki olup olmadığı sorusu sürekli olarak akıllara takılmaktadır.

Buna ek olarak spor ile kişilik arasında uyum bireysel ve takım sporlarındaki sporcuların psikolojik danışma programlarında önemli bir faktördür.

## YÖNTEM

Başarılı bir spor sezonu sonunda Federal Almanya Ulusal yelken takımından 14 sporcuya psikolojik danışma ve yardım isteyip istemedikleri soruldu. Sporcularda özellikle yarışabilme güçlerini psikolojik olarak arttırmayı ve performanslarını en üst düzeye çıkartmayı istediler.

Sporcuların uyumla ilgili psiko-fizyolojik ve özel psikolojik sorunları, kaygı ve gerilimin yanında engellenmişlik duygusundan yakınmaları vardı.

Sporculara öncelikle 16 PF testi (Cattel, 1954, Cattel, Eber, 1964) ve FPI-Freiburg kişilik envanteri-(Fahrenberg, Selg, Hampel, 1973) verilerek kişilik özellikleri ve sorunları ortaya çıkarılmaya çalışıldı. Buna karşı beklenenlerin aksine test profillerinde hiçbirinde kişilik sorununun olmadığı ortaya çıktı. Sporcular normalden sapmadılar.

Bu olumsuz bulgu, sporcuların sorunlarına farklı biçimde yaklaşmayı gerektiriyordu, yarışma öncesi ve yarışma davranışlarına bakıldığında ve derinlemesine yapılan karşılıklı görüşmelerdeki incelemelerde, davranışlarda yarışmadaki tutumlara, duygulara ve bilişsel parçalara bakıldı. Bu temel bilgiler ışığında bir danışma programı hazırlandı.

Bu program bir sporcuya daha kolay yaklaşmayı hedefleyerek hazırlandı. Daha açık bir anlatımla, sporcuların danışma programlarının odağını kişisel problemlerinin yanısıra, spordaki hedefleri özel ve genel yaşama ilişkin düşünceleri oluşturuyordu. Bu programın hedefi sporcuların özel sorunlarında ayrıntıya inme ve sporcular için geniş çerçeveli bir psikolojik yardım sağlamak olarak belirlenmişti.

Program, gevşeme teknikleri ile başlıyordu, daha sonra da grup veya bireysel terapilere geçiliyordu.

Program 22 oturumdan oluşuyordu. Bunun anlamı da haftada 2-3 saatlik bir toplantı demekti.

## SONUÇLAR

1. Test sonuçları aşağıdaki gibi özetlenebilir. Sporcuların kişilik testi sonuçlarının genel popülasyona göre bir anlamlığının olmadığı bulundu.

16 PF testini Vanek ve Hosek (1977) birbirine benzer performans sergileyen 21 Çekoslovak yelkenciye uyguladılar. Elde edilen en belirgin farklar şunlardır.

Faktör M. (Eylemsellik-Hayalcılık)

Faktör N. (Açıklık-Akıllılık)

Faktör Q<sub>2</sub> (Yaşanan gruba bağlılık-kendine yeterlilik)

Faktör Q<sub>4</sub> (Gevşeme-Gerginlik)

Sporcuların 16 PF ve FPI test sonuçlarında benzeyen özelliklerin korelasyon sonuçlarında önemli farklar vardır (Hobi ve Kea, 1973). Bu özellikler şöyle sıralanabilir:

16 PF Faktör C (Duygusal etkililik-duygusal denge) ve FPI ölçek 1 (neurotiklik bozukluk ve psikosomatik olmayan bozukluklar).

16 PF Faktör G (Tedbirlilik-dürüstlük) ve FPI ölçek 2 (saldırganlık-saldırgan olmama, duygusal disiplinlilik-kendiliğinden saldırganlık, gelişmemiş duygusallık)

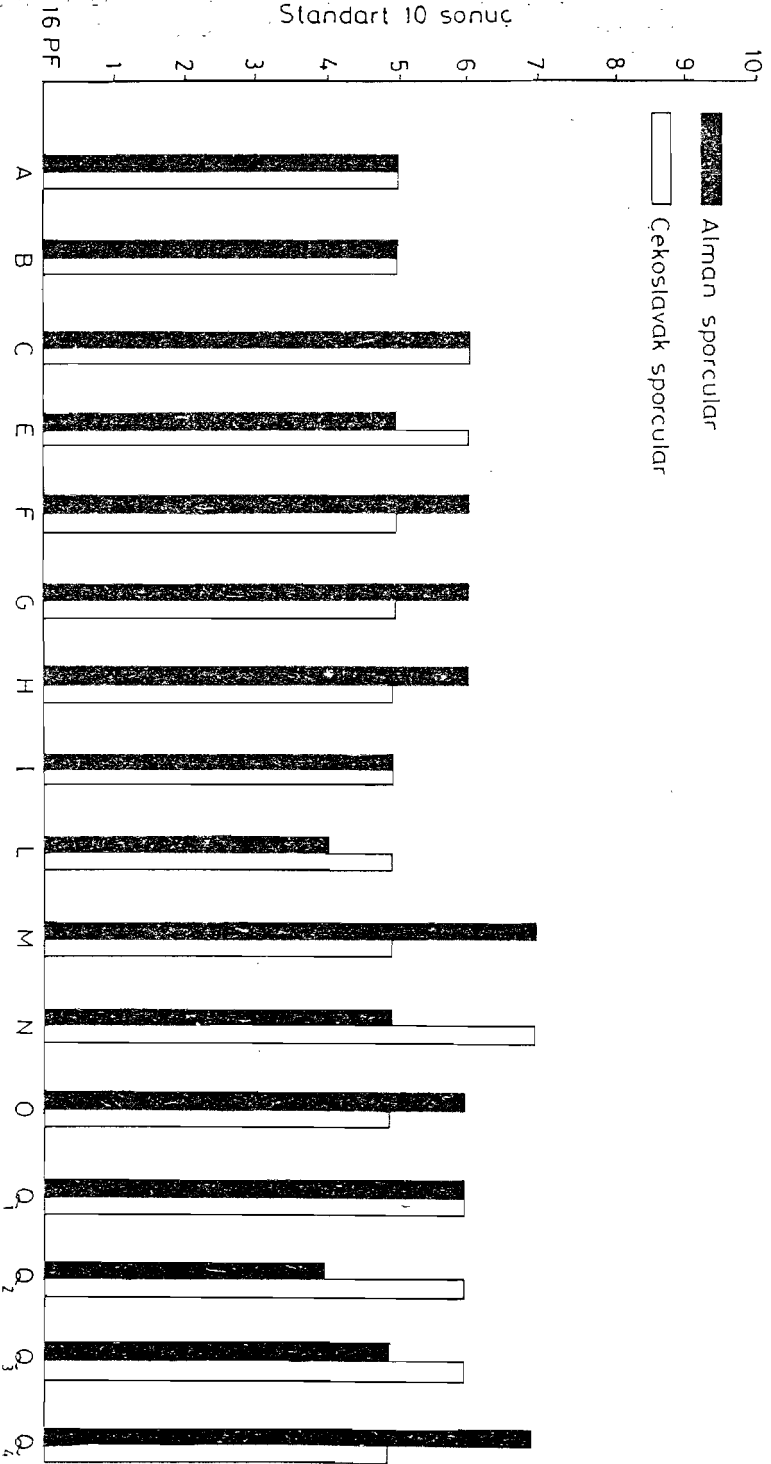
16 PF Faktör H (Sıkılganlık-maceraperestlik) ve FPI ölçek E (içe dönüklük-dışa dönüklük)

16 PF Faktör Q<sub>4</sub> (Gevşeme=gerginlik) ve FPI ölçek N duygusal denge-duygusal dengesizlik)

16 PF Faktör C (Duygusal etkililik ve duygusal denge) ve FPI ölçek M (kadınsı tip-erkeksi tip olarak kendini tanımlama).

2. Danışma programlarında sporcuların yarışma süresince psiko-fizyolojik durumlarına ilişkin gelişmelerin sonuçları şöyledir. Program sonunda tek tek sporcular kendi bağımsızlıklarını teşvik edebilmişler ve bireysel olarak da

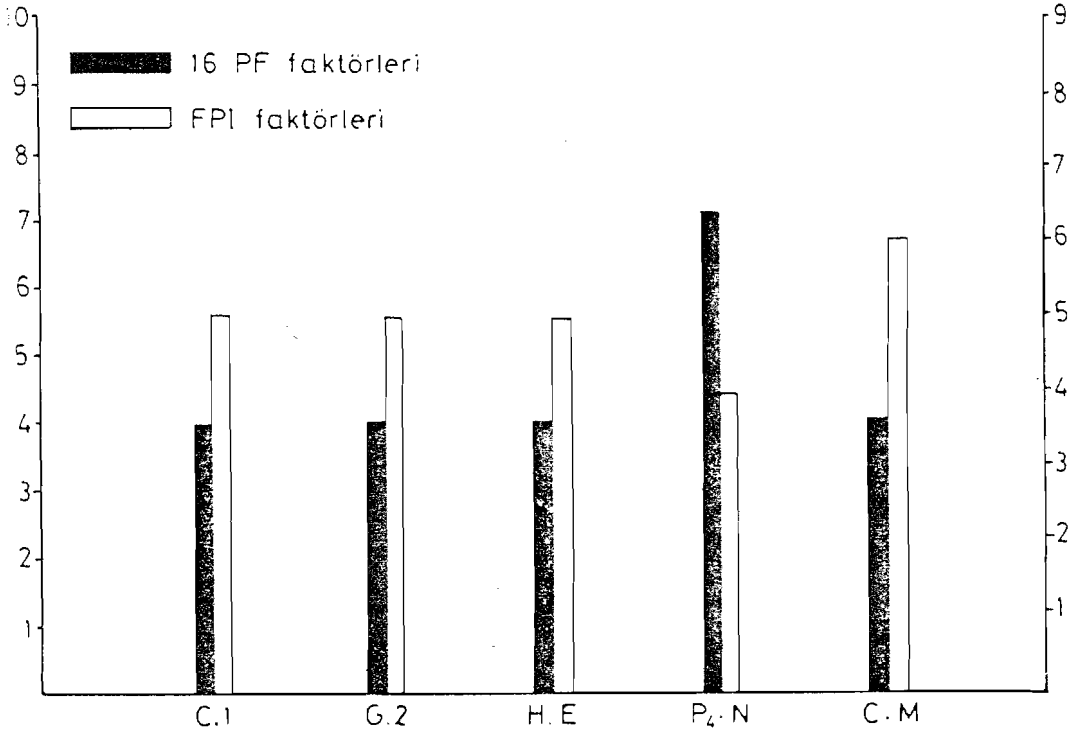
TABLO I. ALMAN VE ÇEKOSLAVAK SPORCULARIN 16 PF TEST SONUÇLARI



bunu ideal sınırlar içerisinde tutabilmişlerdir. Ortaya çıkan bir kısım sorunlarda sporcular ile bireysel veya grup olarak tartışıldı ve çözümlendi. Böylece bu sorunların onların sportif performanslarına engel olmaması sağlandı. Sporcuların enaz düzeyde gerginlik ve kaygı ile müsabakaya girdiği durumlarda başarılı oldukları gözlemlendi. Yani sporcular böyle bir durumda daha rahat yarışabilmişlerdir.

Tablo I. Alman ve Çekoslovak Yelken Sporcularının 16 PF Sonuçları.

Tablo:2. 16 PF Faktörleri ve FPI Ölçeklerinden seçilmiş Korelasyonlar (Hobi ve kelâr, 1973)



## TARTIŞMA

Test verileri yüksek seviyeli yelken sporcularının psik profillerinin genel popülasyon içinde anlamlı bir sonucunun olmadığını göstermiştir. Dolayısı ile tanıya ilişkin paradizimde genel direnme özelliklerine odaklanmış ve kişilik ile ilgili etkin değişkenlerin tanımlanmasına çalışılmıştır.

Herşeye karşın sportif performans ile kişiliğin birbirine olan bağlılığı ilişkisi tamamen dışlanmamalıdır. Till (1981) özel bir kişilik envanteri oluşturmuş daha sonra da bunu üst düzey Fransız yelkencilerine uygulamıştır. Sonuçta

dümenciler ile diğer sporcuların yetenekleri ve sportif başarıları arasında fark olduğunu yordamıştır. Dikkate alınan diğer görüşlerde de sportif etkinliklerdeki kişilik farklılıklarının, durumsal farklılıklara bağlı olabileceği , sporcuları da bir miktar etkileyebileceği belirtilmektedir. Kişilik envanterleri kullanmakla bu farklılıklar ne açıklanabilir ne de temsil edilebilir niteliktedir.

Traid modellerle ilgili uluslar arası karşılaştırmalar yapıldığında bir kısım sorunlar ortaya çıkmaktadır. Federal Alman ve Çekoslovak yetkencilerin test profillerinde birbirine denk düşen değişkenlerde bir puanlık farklılık olduğu görüldü. Sporcuların durumluk kişilik profillerinin geliştirilerek uluslararası düzeyde ortaya konmasında farklı toplumsal çevreler etkili olabilir. Bu tür yargılar kişilik ile sportif performansın toplumsallaşma ile ilgisinin olduğu hipotezini doğrular yöndedir (Sack, 1975). Bu gerçek ayrıca şunu da göstermektedir. Kişilik ile yetkendeki mükemmellik daha farklı bir yöntemle karşılaştırılmaz.

Fakat eldeki diğer 16 PF test verilerindeki uluslararası karşılaştırmalara ilişkin uyumsuzluk semantik nedenlerden ve orjinal düzenlemenin diğer dillere çevirisindeki eksiklikten kaynaklanmış olabileceğini de gösterdi.

Tüm bu yorumlar temel treitlere dayalı görüşlerin açık bir şekilde yetersizliğini göstermektedir. Spor psikolojisindeki danışma programlarının geliştirilebilmesi için geçerli bilgilere gereksinim duyulmaktadır. Bu nedenle idiografik ve özel yaklaşım biçimleri ile sporcularla uğraşan genel özellikler modeli, treit modelden yarışmaya yönelik psişik sorunları çözme açısından daha iyiymiş gibi görünür. Sadece bu bilgilere dayalı olarak danışma programları geliştirilmez, ayrıca sporcunun katlandığı uyumsuzluk sorunlarının geçmişini de anlamak gereklidir.