

Veteran Badmintoncularda Hedef Yönelimleri ile Yaşam Doyumu ilişkisi

Neşe GENÇ** Yunus YILDIRIM** * Nejla Ezgi MÜFTÜOĞLU****

Özet

Bu çalışmanın amacı, veteran badmintoncuların hedef yönelimleri ile yaşam doyumlarını tespit etmek; yaş, spor yaşı ve cinsiyet değişkenlerine göre farklılıkları belirlemek; hedef yönelimleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın örneklem grubunu 2016-2017 sezonunda Veteranlar Türkiye Şampiyonasına katılan 51'i kadın 89'u erkek toplam 140 sporcu oluşturmuştur. Araştırmada yaşam doyumunu düzeylerini belirlemek amacıyla "Yaşam Doyumu Ölçeği", hedef yönelimlerini belirlemek için "Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde Kruskal Wallis testi, Mann Whitney U testi ve Spearman korelasyon analizi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre; Veteran badmintoncuların hedef yönelimlerinden ego yönelimi alt boyutu ile cinsiyet, yaş ve spor yaşı değişkenleri arasında, görev yönelimi alt boyutu ile de cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Ayrıca veteran badmintoncuların yaşam doyumunu düzeyleri ile görev yönelimi arasında pozitif bir ilişki olduğu, yaşam doyumunu düzeyleri ile ego yönelimi arasında ise bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak; Veteran badmintoncuların hedef yönelimlerinden görev yönelimleri arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı, görev yönelimleri düştükçe yaşam doyumlarının da düştüğü belirlenmiştir

Anahtar Kelimeler: Badminton, Hedef yönelimi, Görev yönelimli hedefler, Ego yönelimli hedefler, Yaşam doyumunu

The Relationship Between Goal Orientations and Life Satisfaction in Veteran Badminton Players*

Abstract

The aim of this study was to determine the life satisfaction with the target orientations of veteran badminton players; to determine the differences between age, sports age and sex variables; to examine the relationship between target orientations and life satisfaction. Sample group of the study was consisted of 140 athletes (51 female athletes and 89 male athletes) who joined Turkish Veterans Championship during 2016-2017 season. In the study, "Life Satisfaction Scale" was used to determine life satisfaction levels, "Task and Ego Orientation Scale in Sport" was used to determine target orientation. For the analyses of the data; Kruskal Wallis test, Mann Whitney U test, and Spearman correlation analysis were employed. According to the analysis results; It was determined that the veteran badminton players ego orientation dimension from goal orientation had a significant difference between the sex, age and also sport age variables and between task orientation dimension and sex variable. Also, there was a significant difference only between task orientation dimension and sex variable. It was also found that there was a positive relationship between life satisfaction levels of veteran badminton players and task orientation, and no relationship between life satisfaction levels and ego orientation. As a result; As the veteran badmintonist's goal orientations increased, the life satisfaction increased and as the task orientation decreased, the life satisfaction decreased.

Keywords— Badminton, Goal orientation, Task oriented goals, Ego oriented goals, Life satisfaction

*Bu Çalışma 2018 Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

**Beden Eğitimi Öğretmeni, Milli Eğitim Bakanlığı, Adana, Türkiye, nssnmz@hotmail.com

*** Doç.Dr.Mersin Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mersin, Türkiye, ynsyldrm69@gmail.com

**** Beden Eğitimi Öğretmeni, Adana, Türkiye, ezgimuftuoglu1986@gmail.com

GİRİŞ

İnsanlar için başarılı olma hissi çok önemlidir. Lauer ve Patashnick (1989) insanların çeşitli hedeflere ulaşmak için çaba gösterdiklerini ve bunlara ulaştıkça başarı duygusunu elde ettiklerini belirlemiştir. Sporda başarının, arzu edilen hedeflere ve amaçlara ulaşmanın en önemli olgusu; doğru, gerçekçi hedefler oluşturabilme ve bu hedeflere ulaşabilmek için strateji, davranış ve doğru tutumları belirleyebilme yetisi ve becerisidir (Biçer, 2009). Guan (2004)'a göre başarı hedefleri, bireylerin başarı etkinlikleri ile nasıl meşgul olduklarıyla ilgili olmakla birlikte, bireylerin başardıkları şeyi neden başarmak istedikleri ile de ilgilidir.

Kişinin kendi başarısını diğerleriyle kıyaslayarak bir yargıya ulaştığı bilinmektedir. Nicholls ve arkadaşları (1989) bu başarı yargısını hedef yönelimi olarak tanımlamışlardır. Hedef yönelim kuramı üzerine yapılan araştırmalar, iki bağımsız başarı düşüncesinin olduğunu göstermiştir. Bunlar, görev yönelimli hedefler ve ego yönelimli hedefler olarak adlandırılmaktadır (Duda ve Nicholls, 1992; Nicholls ve ark., 1989; Nicholls, Cobb, Yackel, Wood ve Wheatley, 1990).

Görev ve ego ile ilişkili başarı boyutları, hedef yönelimi kapsamı altında, birbirlerinden ayrı ancak birbirleriyle ilişkili alanlardır (Toros, 2004). Bu iki hedef, bireylerin yetenek düzeylerini kişisel olarak yargılama şekliyle ilgilidir. Görev yönelimi ve ego yönelimi her sporcuda var olduğu ve bu boyutların kendini gösterdiği derecede sporcunun sergilediği hedef yönelimini belirlemektedir (Jagacinski ve Nicholls, 1984). Görev yönelimli olan bir kişi; beceri öğrenimi, yeni beceri öğrenme, görevde ustalığı gösterme, benlik gelişimi ve sıkı çalışma üzerine odaklanmaktadır (Moran, 2004). Ego yönelimli hedeflerde ise, bireyin, kendini kanıtlamaya çaba gösterdiği belirtilmektedir. Ego yönelimli hedeflerde birey için bireysel başarının kaynağı, bir yarışmada daha az çaba ile rakibini yenme olarak adlandırılmıştır (Toros, 2001). Görev yönelimli kişiler başarıyı, beceri geliştirme, ilerleme, sıkı çalışma olarak tanımlar. Ego yönelimli olanlar başarıyı daha az çaba

göstererek rakibini yenme, baskın olma olarak tanımlar.

Ego yönelimliler "diğer kişi" kaynaklı iken; görev yönelimli kişi "kendi kendinin" kaynağıdır (Zahariadis ve Biddle, 2000). Tenenbaum ve Eklund (2007) ise ego yönelimli davranış için, başarının diğerlerinden daha iyi performans sergilediğinde elde edileceğini ifade etmiştir. Ego yönelimli olan bir sporcuyu başarıya üstün yeteneği kanıtlayarak ve rakiplerini mağlup ederek ulaşılacağına inanmaktadır (Kocaeşki, 2010). Stephens ve Bredemier (1995), görev yönelimi yüksek olan sporcuların, kendilerini becerikli gördüklerini ve sporda yer almaktan hoşnut olduklarını belirtmektedirler. Mevcut yeteneği gösterme, maksimum çabaya dayandırılır ve birey referanslıdır. Görev yönelimli bir birey, sıkı çalışma ve akranları ile işbirliği yapmanın başarıya götüreceğine inanmaktadır (Kocaeşki, 2010). Uygun beceri düzeyinde yapılan etkinliklerin mutluluğa ve doyuma yol açtığını bilinmektedir. Bu sebeple, sportif etkinlik sürecinde ele alınan amaçların sporcunun yaşamını doyumlu bulmasına yol açacağı söylenebilir.

Yaşam doyumu kavramı, yıllar boyunca özellikle psikoloji alanının ilgi odağı bir araştırma konusu olmuştur. İlk kez Neugarten (1961), tarafından ortaya çıkarılan "yaşam doyumu" kavramı birçok araştırmacıya rehber olmuştur. Diener ve Lucas 'a (1999) göre, yaşam doyumu, hali hazır yaşamdan doyum, yaşamı değiştirme isteği, geçmişten doyum, gelecekte doyum ve kişinin yakınlarının o kişinin yaşamı hakkındaki görüşlerini kapsamaktadır. Yaşam doyumu genel olarak bireyin sahip olduğu yaşam koşullarından duyduğu memnuniyet olarak da ifade edilmektedir (Telman ve Ünsal, 2004). İnsanların değerli ve zor bir faaliyetle uğraşırken, kendilerini tamamen buna verdiklerinde, büyük bir tatmin yaşadıklarını belirtmiştir. İçsel ve kendileri ile ilgili hedefleri başarmaya çalışan bireyler, yaşamlarından daha çok tatmin olurlar (Cantor ve Fleeson, 1991; Kasser ve Ryan, 1993). Yaşamın bütününe kapsayan yaşam doyumu kişinin nasıl bir ruh sağlığı içerisinde olduğunu gösteren önemli bir göstergedir. Yaşamda meydana gelecek çeşitli engellenmeler, zorlanmalar, çatışmalar ve ani olumsuz

değişimler yaşam doyum düzeyinin düşmesine neden olabilir (Demirel ve Canat, 2004).

Veteran sporcular, gerek daha önceden bir müsabaka geçmişi olsun gerek olmasın, spor ile aktif olarak ilgilenen, yüksek düzeyde egzersiz yapan orta yaş ve üstü bireylerdir. Özellikle emeklilik döneminde spor, çalışma hayatının yerine geçerek kişilere verimli olduklarını hissettirir. Bu durumun, olumlu düşünmeyi ve stresle başa çıkmayı kolaylaştırarak yaşam doyumunu etkilemesi beklenmektedir. Görev ve ego yönelimli sporcular farklı özellikler taşıdığı için yaşam doymu ile aralarındaki ilişkinin düzeyi araştırmamız için önem taşımaktadır.

Sporda hedef yönelimi ve yaşam doymu ile ilgili araştırmalar son yıllarda artmakla beraber yurtiçinde ve yurtdışında farklı branşlarda çeşitli araştırmalar yapılmıştır (Harwood, 2004, Dunn vd., 2002). Ülkemizde veteran sporlar çok fazla değer görmemekle beraber, literatürde veteran sporcular için çok fazla araştırma bulunmamaktadır. Ayrıca veteran badmintoncularda görev ve ego yönelimleri ile yaşam doymuları ilişkisinin incelendiği çalışmalarda rastlanmamıştır. Bu bağlamda bu araştırma sonuçlarının spor bilimleri alanına katkı yapacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın Amacı

Sporda başarılı olmada psikolojik şartların da rol oynadığı bilinmektedir. Sporcuların beklentilerini karşılayabilmek, memnuniyetlerini sağlayabilmek, onları motive eden unsurlar içerisinde en etkili olanlarındandır (Mungan, 1995, Uzun ve Ramazanoğlu, 2000, Wampbell ve Jones,1994). Yaşamını doyumlu bulan sporcuların, sportif hedefler ve hedef yönelimi ile daha fazla ilişkisi olması beklenen bir sonuç olacaktır. Sporcunun görev veya ego yönelimli hedef yönelimlerine sahip olma derecesi, bir yaşantı değerlendirmesi yapmasını gerektirir (Toros,2011). Bu bağlamda, çalışmanın birincil amacı, veteran badmintoncuların görev ve ego yönelimleri ile yaşam doymuları arasındaki ilişkinin araştırılmasıdır. Çalışmada ikincil amaç olarak ise, görev ve ego yönelimlerinin cinsiyet, yaş ve spor yaşına göre farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir.

YÖNTEM

Örneklem

Çalışma verileri Antalya ilinde gerçekleştirilen toplam 155 sporcunun katıldığı Veteranlar Türkiye badminton şampiyonasında elde edilmiştir. Araştırmada 89'u erkek, 51'i kadın olmak üzere 140 sporcuya turnuva esnasında ulaşılarak örneklem olarak belirlenmiştir. Örneklem grubu veteran badminton için belirtilen 35 yaş ile 60 yaş ve üstünü içermektedir.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu", Duda ve Nicholls (1989; 1992) tarafından geliştirilen "Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği (SGEYÖ)" ve Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen "Yaşam Doymu Ölçeği" ile toplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formunda veteran badmintoncuların cinsiyetlerine, yaşlarına, kaç yıldır bu sporla uğraştıklarına ilişkin sorular yer almaktadır.

Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği

Duda ve Nicholls (1989; 1992) tarafından hedef belirlemede bireysel farklılıkları ortaya çıkarmak amacıyla geliştirilmiştir. Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği 7'si görev, 6'sı ego yönelimi olmak üzere 13 maddeden oluşmuştur. Ölçekteki maddelerin 2-5-7-8-10-12-13 (7 madde) görev yönelimini, 1-3-4-6-9-11 (6 madde) ise ego yönelimini ifade etmektedir. Ölçeği yanıtlayanlar her bir maddeye katılımlarını 5'li değerlendirme sistemine göre yaparlar. Ölçeğin Türk sporcuları için geçerlik ve güvenilirlik çalışması Toros (2001) tarafından yapılmıştır. Belirtilen çalışmada genel olarak ölçeğin güvenilirlik katsayısı 0,86 olarak tespit edilmiştir. Bizim çalışmamızda ise "görev yönelimi" alt ölçeğinde Cronbach alpha değeri 0,75, "ego yönelimi" alt ölçeğinde ise 0,89 olarak bulunmuştur. Ölçeğin toplam güvenilirlik katsayısı 0.82'dir.

Yaşam Doymu Ölçeği

Bireylerin yaşamdan aldıkları doymu belirlemek amacıyla Deiner, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir.

Kişinin yaşamından memnun olup olmadığını içeren maddeler vardır. Toplam beş maddeden oluşan ölçek Likert tipinde olup, ifadeler 1 asla katılmıyorum ve 7 tamamen katılıyorum derecelendirme aralığında puanlanmaktadır. Diener ve arkadaşları (1985) orijinal çalışmada ölçeğin güvenilirliğini 0.87 olarak, ölçüt bağımlı geçerliliğini ise 0.82 olarak bulmuşlardır. Bizim çalışmamızda ise ölçeğin güvenilirlik katsayısı 0.87'dir. Ölçek Yetim (1993) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Yaşam doymu ölçeğinden alınabilecek en yüksek puan 35, en düşük puan ise 5'tir. Ölçekten alınan yüksek puanlar yaşam doyumunun fazla olduğunu gösterirken; düşük puanlar yaşam doyumunun düşük olduğunu göstermektedir.

İşlem

Bir batarya haline getirilen ölçekler, yüz yüze görüşme tekniğiyle sporculara uygulanmıştır. Ölçekler cevaplandırılırken, her hangi bir

zaman sınırlamasına gidilmemiş, ölçeklerin doldurulması sağlanarak, sporculardan sorulara doğru ve samimi cevaplar vermeleri istenmiştir.

Verilerin Analizi

Öncelikle elde edilen verilere hangi testlerin uygulanacağını belirlemek amacıyla değişkenlerin dağılımının normalliği Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiştir. Kolmogorov-Smirnov testi sonucuna göre tüm değişkenlerin ($p < .05$) normal dağılım göstermediği bulunmuş, bu nedenle çalışmada nonparametrik testler kullanılmıştır. Kolmogorov-Smirnov testi sonucuna göre cinsiyet değişkeninde Mann-Whitney U testi, yaş ve spor yaşı değişkenlerinde Kruskal-Wallis Testi, görev ve ego yönelimi ile yaşam doymu arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi (spearman's rho) yapılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Sporcuların 'Ego Yönelimi' Puanlarının Yaş ve Spor Yaşı Değişkenlerine göre karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Yaş	n	Sıra Ortalaması	SS	X ²	p	Anlamlı Fark
35-39 yaş	43	73.63				
40-44 yaş	30	85.80				
45-49 yaş	30	72.52	5	11.98	.03	2-5
50-54 yaş	15	53.13				
55-59 yaş	15	49.63				
60 yaş ve üstü	7	59.00				
Spor Yaşı	n	Sıra Ortalaması	SS	X ²	p	Anlamlı Fark
1-4 yıl	15	110.93				
5-9 yıl	34	104.31				1-3, 1-4, 1-5
10-14 yıl	26	68.87	4	66.64	.00	2-3, 2-4, 2-5
15-19 yıl	33	42.98				3-4, 3-5
20 yıl ve üstü	32	45.33				

Tablo-1'deki Kruskal Wallis testi sonuçları incelendiğinde, veteran badmintoncuların ego ve görev yönelimi alt boyutunda aldıkları toplam puanların yaşlarına göre anlamlı olarak farklılaştığı bulgusuna ulaşılmıştır. 40-44 yaş grubundaki sporcuların ego yönelimlerinin 55-59 yaş grubundaki sporculardan

daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca 1-4 yıl aralığında spor yaşı olan sporcuların ego yönelimi alt boyutundaki puanlarının, 10-14 ve 15-19 yıl aralığında spor yaşı olanlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Benzer şekilde, 5-9 spor yaşı grubundaki sporcuların ego yönelimi puanlarının 10-14, 15-19 ve 20 ve üzeri spor yaşı grubundakilerden, 10-14 spor yaşı grubundaki sporcuların ise 15-19 ve 20 ve üzeri spor yaşı olanlardan daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 2. Sporcuların ‘Görev Yönelimi’ Puanlarının Yaş ve Spor Yaşı Değişkenlerine göre karşılaştırılmasına İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Yaş	n	Sıra Ortalaması	SS	X ²	p	Anlamlı Fark
35-39 yaş	43	70.37				
40-44 yaş	30	62.35				
45-49 yaş	30	79.62	5	4.94	.42	-
50-54 yaş	15	63.00				
55-59 yaş	15	67.43				
60 yaş ve üstü	7	89.79				

Spor Yaşı	n	Sıra Ortalaması	SS	X ²	p	Anlamlı Fark
1-4 yıl	15	76.73				
5-9 yıl	34	75,51				
10-14 yıl	26	73,56	4	2.47	.65	-
15-19 yıl	33	68,05				
20 yıl ve üstü	32	62,30				

Tablo 2’deki değerlere göre sporcuların spor yaşına göre görev yönelimi alt boyutu puanları arasında farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir [$\chi^2_{(5)} = 4,94, p>0.05$].

Tablo 3. Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Ego ve Görev Yönelimleri Arasındaki Mann Whitney U Testi Sonuçları

Boyutlar	Cinsiyet	n	Sıra Ort	Sıra Toplamı	Z	U	p
Ego Yönelimi	Kadın	51	60,23	3071,50			
	Erkek	89	76,39	6798,50	-2,278	1745,50	.023
Görev Yönelimi	Kadın	51	85,55	4363,00			
	Erkek	89	61.88	5507,00	-3,336	1502,00	.001

p<0.05

Tablo 3’de araştırmaya katılan sporcuların cinsiyetlerine göre ego yönelimi ile görev yönelimi bakımından anlamlı bir farklılık görülmektedir. Tabloya göre: kadın sporcuların görev yönelimi alt boyutu puanlarının erkek sporculara göre yüksek olduğu, ego yönelimi alt boyutu puanları ise erkek sporculara göre daha düşük olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Veteran Badmintoncuların Hedef Yönelimleri ile Yaşam Doyum arasındaki İlişki

	Görev Yönelimi	Ego Yönelimi
Ego Yönelimi	.072	
Yaşam Doyumu	.387**	0.86

**p<.01

Tablo 4'e göre veteran badmintoncuların görev yönelimi ve yaşam doyumları arasında pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir ($r=.38$, $p<.01$). Bu bulgu doğrultusunda Veteran badmintoncuların görev yönelimi arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı ya da yaşam doyumları azaldıkça görev yönelimlerinin de azaldığı söylenebilir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Elde edilen bulgulara göre, çalışmaya katılan veteran badmintoncuların ego yönelimi puanlarının yaş ve spor yaşı değişkeni açısından farklılaştığı bulunmuştur. Flores ve arkadaşları, (2008) Kolombiyalı öğrencilerin beden eğitimi derslerindeki hedef yönelimleri ve motivasyon iklim algılarının incelendiği bir araştırma ego hedef yönelimlerinde yaş ile birlikte azalma gözlemlenmiştir (Flores, vd., 2008). Alan yazında benzer çalışmalarda görev ve ego yönelimleri ile yaş arasında anlamlı farklılık olduğu belirtilmektedir (Çavdarlı, 2013, Duda, 1998). Spor yapma süresi arttıkça sporcular daha çok müsabakaya çıkarak maç tecrübelerini arttırmaktadırlar. Kazanılan tecrübeler sonucunda rakiplerini alt etmeye yönelik düşünce veya hırslarının daha az olduğunu söylenebilir.

Treasure, Carpenter ve Power (2000) profesyonel rugby oyuncularının ego yönelimlerinin amatör rugby oyuncularından daha yüksek olduğunu bulmuştur. Araştırma bulgularının literatürdeki bazı bulgulardan farklı olma nedeni spor branşı farklılığı olabilir.

Çalışmaya katılan sporcuların görev yönelimi puanları yaş ve spor yaşı değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Üngür (2009) de amatör ve profesyonel futbolcularda görev yönelimi ve deneyim değişkeni arasında bir ilişki gözlemlenmiştir. Yine elit ve elit olmayan sporcuların görev yönelimi alt boyutu ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Toros, 2001). Araştırmamızın bulgularına bakıldığında hedef yönelimi alt boyutlarından olan görev yöneliminin, yaş ve spor yaşı değişkeni açısından bir farklılığın çıkmaması araştırma grubumuzun yaş

dağılımının yüksek olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan kadın ve erkek sporcuların ego ve görev yönelimi puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Yapılan analizler, kadın sporcuların görev yönelim puanlarının, erkek sporcuların da ego yönelim puanlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Duda (1989)'nın bireysel ve takım sporları yapan, üniversiteli ve liseli sporcular üzerinde yaptığı çalışmada, erkek ve kız öğrencilerin hedef yönelimleri arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. Bu araştırma sonucuna göre, bayanların daha çok görev yönelimli, erkeklerin ise ego yönelimli olduğu belirtilmiştir. Ego yöneliminin kadın sporcularda düşük olmasının kaynağı toplumsal normların etkileri ve dolayısıyla kadınlar üzerindeki toplumsal etkinin ego yönelimli davranışı baskıladığı düşünülmektedir. Literatürde bulunan pek çok çalışmanın sonucu da araştırmamızın sonucunu destekler niteliktedir (Duda, 1989; Duda ve Hom, 1993; Li, Harmer ve Acock, 1996; Keller ve Bless, 2008). Hem görev hem de ego yönelimli sporcuların ortak amacı kazanmak olsa da görev yönelimli bir sporcu müsabakada kendi performansını aşmayı önemserken ego yönelimli sporcu müsabakanın sonucunu önemsemektedir.

Elde edilen bulgulara göre, veteran badminton sporcularında yaşam doyumunu ile görev yönelimi arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Görev yönelimli bireyler, görevle ilgili ustalığı geliştirmeye, bu gelişmeyi ortaya koymaya gayret ederler. Nicholls, Cheung, Lauer, ve Patashnick'in (1989) hedef yönelim kuramına

göre: insanlar, hedeflere ulaşmada başarı hissi elde etmektedirler. Kocaekşi, (2010) görev yönelimi ile performans arasında pozitif bir ilişki olduğu ifade etmiştir. Görev yönelimli davranışa sahip bireylerin, ego yönelimli davranışa sahip bireylere göre daha iyi performans gösterdiği saptanmıştır (Locke ve Latham, 1990). Veteran sporcular, sürekli sporla iç içe olmanın ve sosyal bir çevre edinmenin sonucunda, fiziksel ve ruhsal olarak kendini daha iyi hissetmektedir. Bu durumun araştırma sonucumuza benzer şekilde yaşam doyumunu da etkilediği düşünülmektedir.

Veteran badminton sporu yapanlarda, yaşam doymu ile ego yönelimi arasında bir ilişki bulunmamasının sebebi, yaşam doyumunun genel olarak kişinin tüm yaşamını ele alması olarak düşünülmektedir. Ego yönelimli sporcular maç sonucuna odaklandıkları ve en iyi olmak istedikleri için sosyal bir çevre edinmekte zorlanmaktadırlar. Sporcu performansı özellikle veteran sporlarda çok değişken olmakla beraber ego yönelimli sporcularda anlık sevinç ve üzüntüye sebep olabilmektedir. Bu anlık yaşanan sevinç ve üzüntünün toplam yaşam doyumuna etki etmediği düşünülmektedir.

Araştırma bulguları ışığında, veteran badmintoncuların hedef yönelimleri ile yaşam doyumlarının ölçülmesi, sporcuların başarısı için yararlı olacağı düşünülmektedir. Hedeflenen başarıya ulaşmak için sporcuların hedef yönelimi puanlarının bilinmesi ve görev yönelimi puanı düşük badmintoncuların, görev yönelimi puanlarının yükseltilmesi için desteklenmesinin faydalı olacağı beklenmektedir. Antrenörler antrenman programlarını hazırlarlarken sporcuların hangi hedef yönelimini tercih ettiklerini göz önünde bulundurmalıdır. Ayrıca ileride badminton üzerine yapılacak diğer araştırmalarda, araştırmacılar badminton sporunda yarışma kategorilerinden olan tekler, mix ve çiftler kategorisinde yer alan sporcuların, yaşam doymu ve hedef yönelimlerini incelenebilir. Veteran sporcuların maç performansları ile çeşitli değişkenler eklenerek çalışmanın güncellenmesi literatür bilgileri açısından faydalı olacaktır. Sonuç olarak, veteran sporcularla ilgili çalışmaların çoğaltılması, ileri sürülecek yorumların, tartışmaların ve önerilerin artması, hedef yönelimi ve yaşam doymu ile ilgili literatür bilgilerine önemli katkılar sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Biçer, T. (2009). *Futbolculuk Kariyeri Belirlemede Amaç ve Hedef Belirlemenin Önemi*. 3.Ulusal Futbol ve Bilim Kongresi. Antalya.
- Cantor, N., Fleeson, W. (1991). Life tasks and self-regulatory processes. *Advances in Motivation and Achievement*, 7, 327-369.
- Çavdarlı, Ş. (2013). *Liseli Sporcularda Görev ve Ego Yönelimleri İle Sporda Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Demirel, S., Canat, S. (2004). Ankara'daki Beş Eğitim Kurumunda Kendini Yaralama Davranışı Üzerine Bir Çalışma. *Kriz Dergisi*, 12(3), 1-9.
- Diener, E., Lucas, R. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-303.
- Diener, E; Emmons, R.A; Larsen, R.J; Griffin, S. (1985). "The Satisfaction With Life Scale". *Journal of Personality Assessment*. 49 (1), 71-75.
- Duda, J. L. (1998). *Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement: Sport Motivation and Perceived Competence*. Morgantown: Fitness International Technology.
- Duda, J. L., Hom, H. L. (1993). Interdependencies between the perceived and self-reported goal orientations of young athletes and their parents. *Pediatric Exercise Science*, 5, 234-241.
- Duda, J.L. & Nicholls, J.G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *J Educational Psychology*, 3, 290-299.
- Dunn, J. GH, Janice, C. Daniel G., S. (2002). "Relationship Between Multidimensional Perfectionism And Goal Orientations In Sport", *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 376-395
- Flores, J. Salguero A. Márquez, S. (2008). "Goal orientations and perceptions of the motivational climate in physical education classes among Colombian students", *In Teaching and Teacher Education*, 246.
- Guan, J. (2004). *Achievement Goals among High School Students in Physical Education*. Unpublished doctoral dissertation Texas A&M University, Office of Graduate Studies, Texas.

- Harmer, P., Acock, A. (1996). The task and ego orientation in sport questionnaire: construct equivalence and mean differences across gender. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 68, 228-238.
- Harwood, C. (2004). Motivational Profiles And Psychological Skills Use Within Elite Youth Sport, *Journal of Applied Psychology*, 16, 318-332.
- Jagacinski, C- M, Nicholls, J., G. (1984). "Conceptions of ability and related affects in task involvement and ego involvement", *J Educational Psychology*, Vol.5, pp. 909-919.
- Kasser, T., Ryan, R.M. (1993). A dark side of the American dream: Correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 410-422.
- Keller, J., Bless, H. (2008). Flow and regulatory compatibility: An experimental approach to the flow model of intrinsic motivation. *Society for Personality and Social Psychology*, 34, 196-209.
- Kocaeşki, S. (2010). *Hentbol Bayan Milli Takımında Zaman Değişimi Ve Performansın Grup Sarginliği, Sportif Kendine Güven, Öz-Yeterlik, Hedef Yönelimi Ve Yarışma Kaygısı Üzerine Etkisi*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Locke, Edwin A. Latham Gary P, (1990). "A Theory of Goal Setting and Task Performance", *Englewood Cliffs, NJ:Prentice Hall*.
- Moran, A. (2004). *Sport and Exercise Psychology*. A Critical Introduction. New York: Roudledge.
- Mungan, A., S. (1995). *Sporda Motivasyon Faktörü Olarak Ödül ve Ceza*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, M.Ü.S.B.E. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul.
- Neugarten, B.L., Havighurst, R.J. and Tobin, S.S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
- NichollsI, J., G. (1984). Achievement motivation: Concepts of ability, subjective experience, task choice and performance. *Psychological Review*, 91, 329-346.
- Nicholls, J. G., Cheung, P. C., Lauer, J. ve Pastashnick, M. (1989). Individual differences in academic motivation: Perceived ability, goals, beliefs, and values, *Learning and Individual Differences*, V: 1, pp. 63-84.
- Nicholls, J.G., Cobb, P.C., Yackel, E., Wood, T. ve Wheatley, G. (1990). Students' theories about mathematics and their mathematical knowledge: Mutiple dimensiojns of assessment. In G.Kulm (Ed) *J Res Mathematics Education*, 21, 109-122
- Stephens, D.,E. Bredemeier. B.,J.,L. (1995). Moral atmosphere and judgements about aggression in girls' soccer: Relationship among moral and motivation variables. *J Sport Exer Psychology*, 18, 158-173.
- Telman, N., Ünsal, P. (2004). *Çalışan memnuniyeti*. İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Tenebaum, G., Eklund C.R. (2007). *Handbook of Sport Psychology*, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey, Canada
- Toros, T. (2001). *Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel iklim ve hedeflerin özgünlük güçlük derecesi özelliklerinin yaşam doyumuna etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Toros, T. (2004). Sporda görev ve ego yönelim ölçeği –SGEYÖ-’nin Türk sporcuları için güvenilirlik ve geçerlik çalışması, *Hacettepe Üniversitesi SporBilimleri Dergisi*, 15(3), 155-166.
- Treasure, D. C., Paul J. Carpenter, P. J., Power, K.,T.,D. (2000). Relationship Between Achievement Goal Orientations And The Perceived Purposes of Playing Rugby Union For Professional and Amateur Players, *Journal of Sports Sciences*, 18, 571 – 577
- Uzun S., Ramazanoğlu N. (2000). *Elit Taekwondocularının Spor Motivleri*, 3.Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi, 11-13 Mayıs İstanbul.
- Üngür, G. (2009). *Amatör Ve Profesyonel Futbolcularda Hedef Yönelimi Ve Algılanan Motivasyonel İklim Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Wampbell, E., Jones E. (1994). "Psychological Well-being in Wheelchair Sport Participants and Nonparticipants." *Adapted Physical Activity Quarterly* 11: 404-15.
- Yetim, Ü. (1991). *Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu*. Doktora Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi.
- Zahariadis, N. & Biddle, H. (2000). Goal Orientations and Participation Motives in Physical Education and Sport: Their Relationships in English Schoolchildren. *Journal of Sport Psychology*. 2 (1), 1-12.